

第7期  
南島原市高齢者福祉計画

【素案】

令和 6年 1月  
長崎県 南島原市



(市長挨拶)

# 目次

第1章 計画の概要.....	1
1 計画策定の背景と趣旨 .....	1
2 計画の位置づけ .....	2
3 計画の期間と進行管理 .....	3
4 計画の策定体制と住民参画 .....	3
第2章 高齢者を取り巻く南島原市の現状.....	4
1 人口構造と高齢化の状況.....	4
(1) 年齢3区分人口と高齢化率の推移.....	4
(2) 人口ピラミッド .....	5
(3) 日常生活圏域別高齢者人口と高齢化率.....	6
2 高齢者のいる世帯の状況.....	7
3 要介護等認定者の状況 .....	8
(1) 要介護等認定者数及び要介護等認定率の推移.....	8
(2) 要介護度別認定者数等の推移 .....	8
第3章 計画の基本的な考え方 .....	9
1 計画の基本理念 .....	9
2 目指す将来像.....	9
3 施策の3本の柱 .....	10
第4章 高齢者保健福祉施策の展開.....	11
1 生きがい・健康づくり .....	11
(1) 社会活動への参加促進 .....	11
(2) 健康づくりの推進 .....	15
2 介護予防・生活支援.....	18
(1) サルコペニア・フレイル予防の推進 .....	18
(2) 認知症施策の推進 .....	23
(3) 生活支援体制整備の推進 .....	26
3 在宅医療・介護連携の推進 .....	29
第5章 施設整備の方向性 .....	36
資料編.....	37
南島原市高齢者福祉計画策定に係るアンケート調査結果.....	37

# 第1章 計画の概要

## 1 計画策定の背景と趣旨

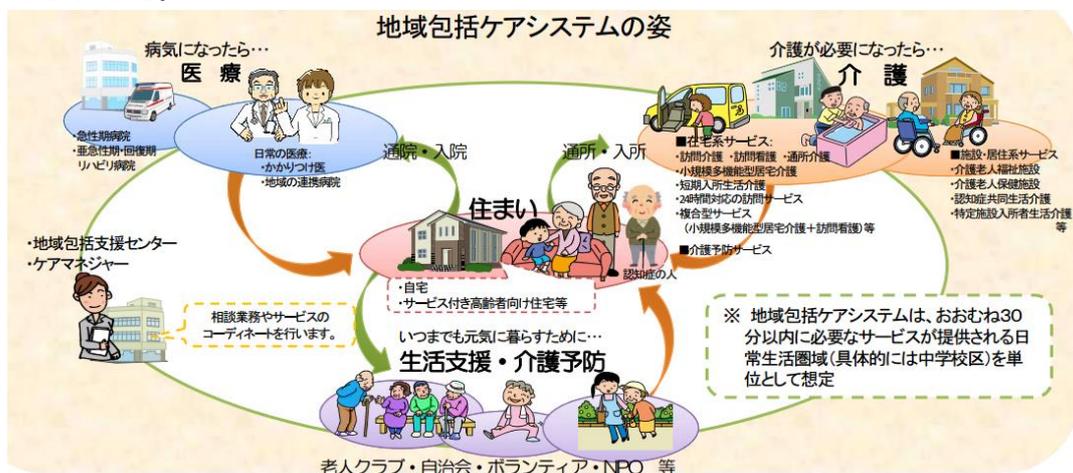
日本の人口構造は、近年人口減少の局面を迎え、高齢化が進展し 2025 年（令和 7 年）にはこれまで日本経済を担ってきたいわゆる団塊の世代すべてが 75 歳以上の後期高齢者となります。また、2040 年（令和 22 年）までを見通すと、いわゆる団塊ジュニア世代が 65 歳以上となることに加え、85 歳以上の割合が急速に増加することが見込まれています。

本市における令和 5 年 10 月 1 日現在の高齢者人口は 17,520 人（高齢化率 41.9%）であり、うち、医療・介護ニーズが高くなる 85 歳以上人口は 3,844 人となっています。近年の推移をみると、高齢者人口は令和 3 年以降緩やかな減少傾向となっていますが、高齢化率は伸び続け、85 歳以上の割合も増加傾向となっており、福祉サービスや医療・介護等のニーズが増大する一方でその担い手の不足の問題が顕在化しています。

こうした状況を見据えたうえで、高齢者が、可能な限り、住み慣れた地域でその有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、医療、介護、介護予防、住まい及び自立した日常生活の支援が包括的に確保される「地域包括ケアシステム」を充実・深化させるとともに、更には、福祉の上位計画である地域福祉計画との調和を図り「地域共生社会」にも繋がる取り組みが求められております。

本市では、令和 3 年 3 月に策定した「第 6 期南島原市高齢者福祉計画」（以下、「前計画」という。）に基づき、「高齢者がいつまでも安心して住み慣れた地域で暮らせるまちづくり」を基本理念とし、高齢者の生きがいつくりや日常生活を支える地域づくり、医療と介護の連携体制強化など、地域包括ケアシステムの深化に向けて、市民、関係団体、関係機関と協働して取り組んできました。

前計画の計画期間が、令和 6 年 3 月をもって満了することから、計画期間内におけるこれまでの取り組みを評価し、地域包括ケアシステムの充実・深化を図るとともに、高齢者の生活満足度（幸福感）や、医療・介護の職務従事者満足度（やりがい）が高まるよう、令和 6 年度から令和 8 年度を計画期間とする「第 7 期南島原市高齢者福祉計画」（以下、「本計画」という。）を策定しました。



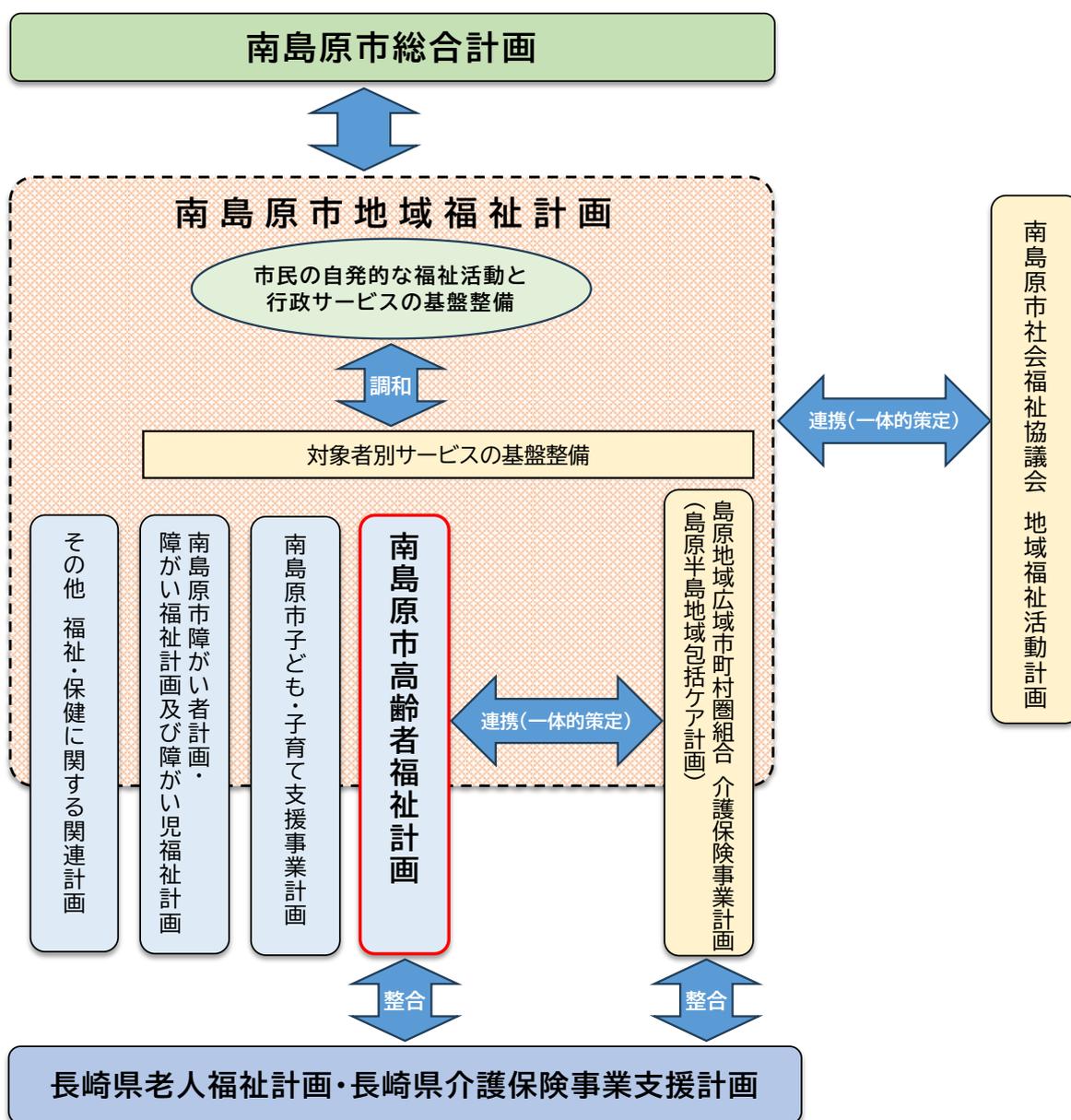
資料：地域包括ケアシステム研究会

## 2 計画の位置づけ

本計画は、老人福祉法第 20 条の 8 の規定に基づく市町村老人福祉計画であり、すべての高齢者を対象とした保健福祉事業全般に関する総合計画です。

計画の見直しにあたっては、国の定める策定指針及び「長崎県老人福祉計画・長崎県介護保険事業支援計画」を踏まえ、島原地域広域市町村圏組合が策定する「第 9 期介護保険事業計画（島原半島地域包括ケア計画）」と一体的に作成し、地域包括ケアシステムの充実・深化を図ります。

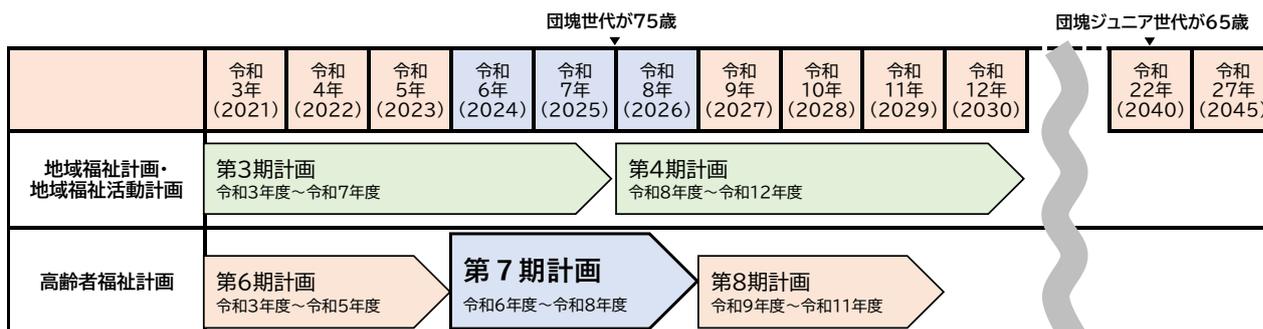
更には、福祉の上位計画である「第 3 期南島原市地域福祉計画」との調和を図り、地域共生社会にもつながる取り組みを推進します。



### 3 計画の期間と進行管理

本計画の期間は、令和6年度から8年度までの3年間です。

令和8年度の目標値達成に向け、本計画を推進するとともに、実施状況の把握と進行管理を行います。本計画の目標値は、「生活満足度（幸福感）」や「職務従事者満足度（やりがい）」といった指標であることから、その成果については令和8年度にアンケート調査等を実施して評価・分析を行います。



### 4 計画の策定体制と住民参画

高齢者に対する福祉施策や医療・介護サービスの更なる充実に向け、高齢者及び医療・介護専門職のニーズや意見を把握することを目的として、計画の策定にあたっては以下の取り組みを実施しました。

#### (1) アンケート調査の実施

高齢者の生活状況や高齢者福祉に関する各種施策に関する意識・意向などを把握し、計画策定の基礎資料とするため、65歳以上の市民と、市内の医療・介護専門機関に勤務する医師及び医療・介護専門職を対象にアンケート調査を行いました。

#### (2) 南島原市高齢者福祉計画策定委員会による協議検討

本計画の策定にあたり、保健医療関係者や福祉施設関係者のほか高齢者代表等から構成される「南島原市高齢者福祉計画策定委員会」を設置し、令和5年11月から令和6年3月まで計●回の策定委員会を開催して協議検討を行いました。

#### (3) 市民からの意見募集

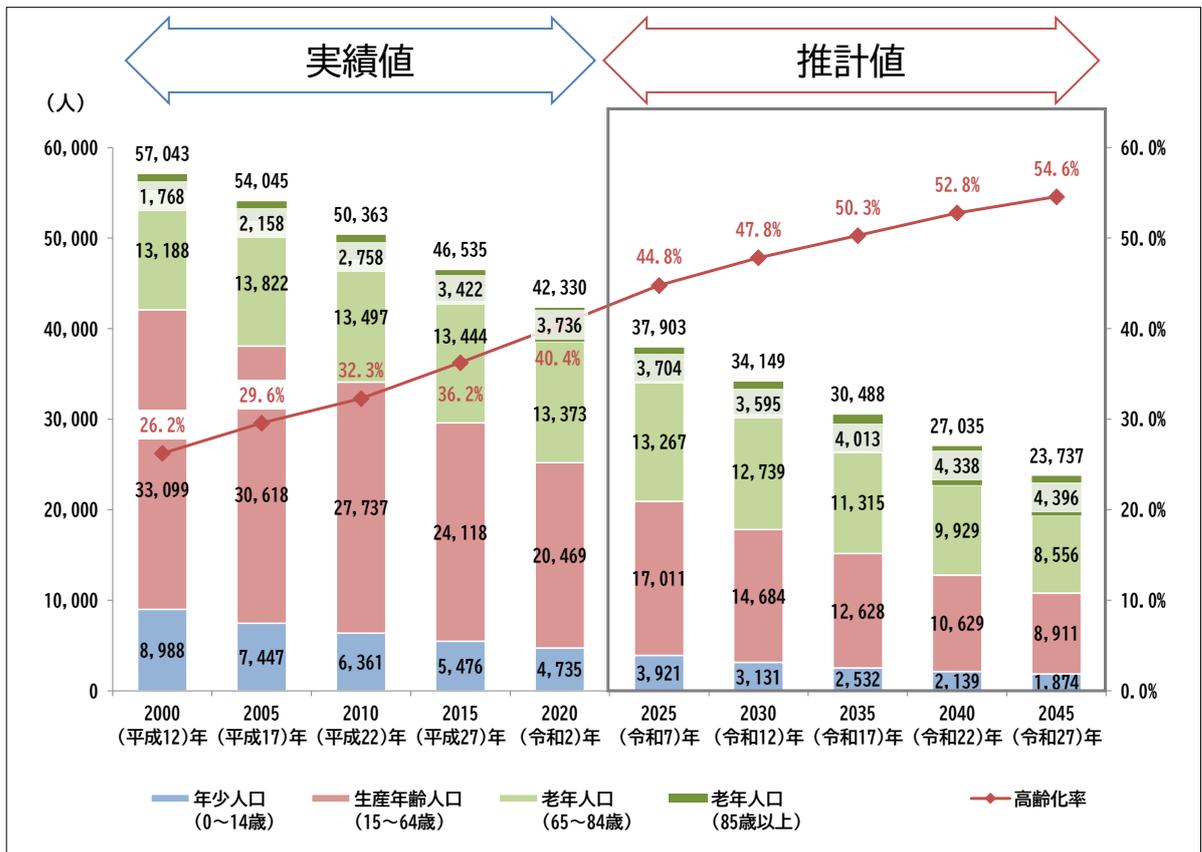
市民からの意見を計画に反映するため、令和6年2月1日から令和6年3月1日までの期間、計画素案を公表し、広く市民からの意見募集（パブリックコメント）を行いました。

## 第2章 高齢者を取り巻く南島原市の現状

### 1 人口構造と高齢化の状況

#### (1) 年齢3区分人口と高齢化率の推移

本市の総人口は減少の一途をたどっており、年齢3区分別にみると、15～64歳の生産年齢人口及び15歳未満の年少人口は減少を続けています。65歳以上の高齢者人口は増加を続けていましたが令和7年以降減少へと転じる予想となっています。なお、住民基本台帳上では令和3年以降緩やかな減少傾向となっております。一方で高齢化率は上昇の一途をたどっており、令和2年には40.4%と、市民の2.5人に1人が高齢者という状況になっています。また、令和17年には5割を超える予想となっております、市民の半数が高齢者となる見込みです。



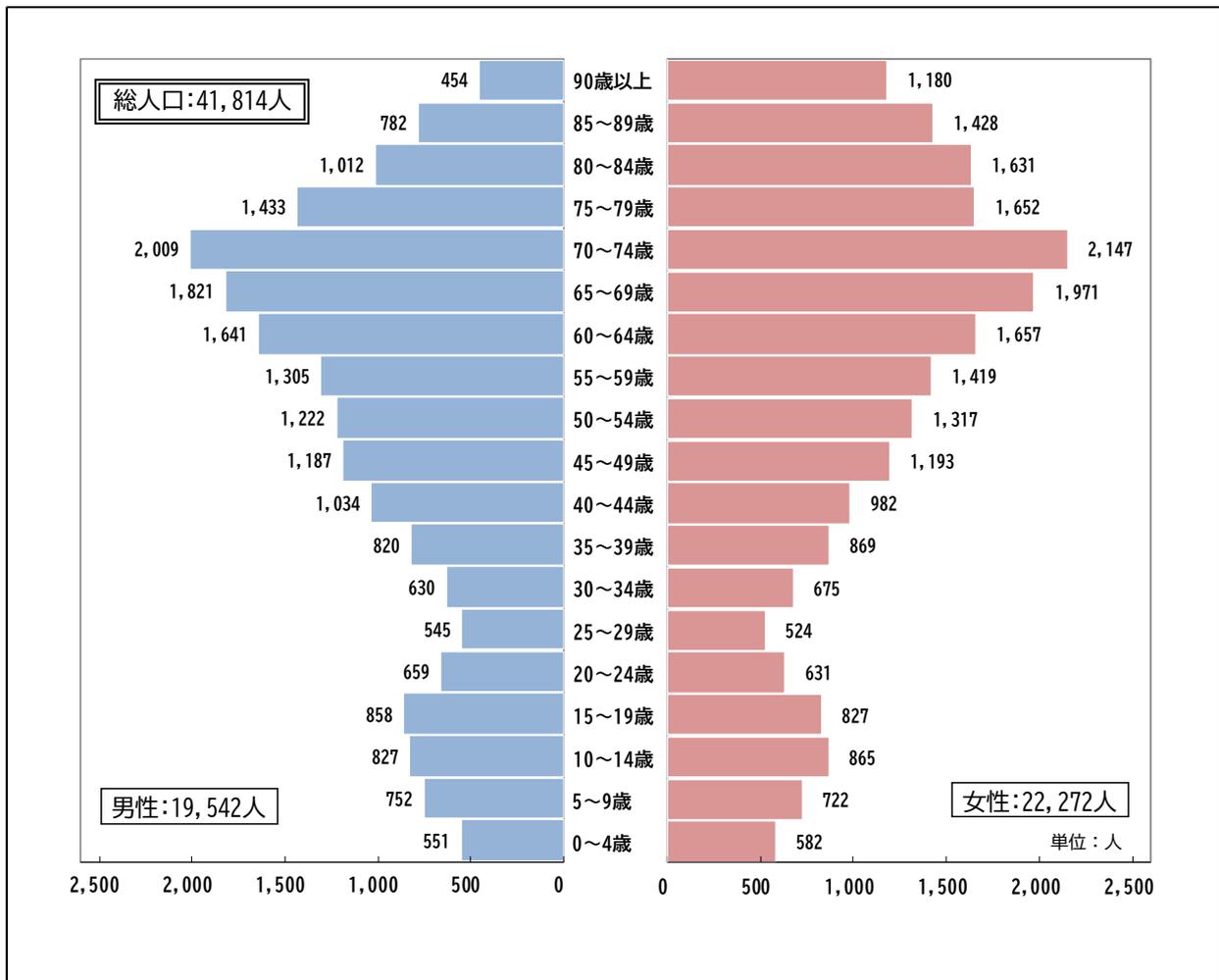
出典：国勢調査（平成12年～令和2年）、社人研（令和7年～令和27年）

## (2) 人口ピラミッド

本市の総人口は、令和5年10月1日現在で、男性19,542人、女性22,272人、合計41,814人となっています。

年齢階層別にみると、70代前半が最も多く、そこから20代後半までは年齢階層が低くなるにつれて人口も少なくなっています。

今後5年間で70代前半の階層が順次後期高齢期に達する事から、特に後期高齢者（75歳以上）の更なる増加が見込まれます。



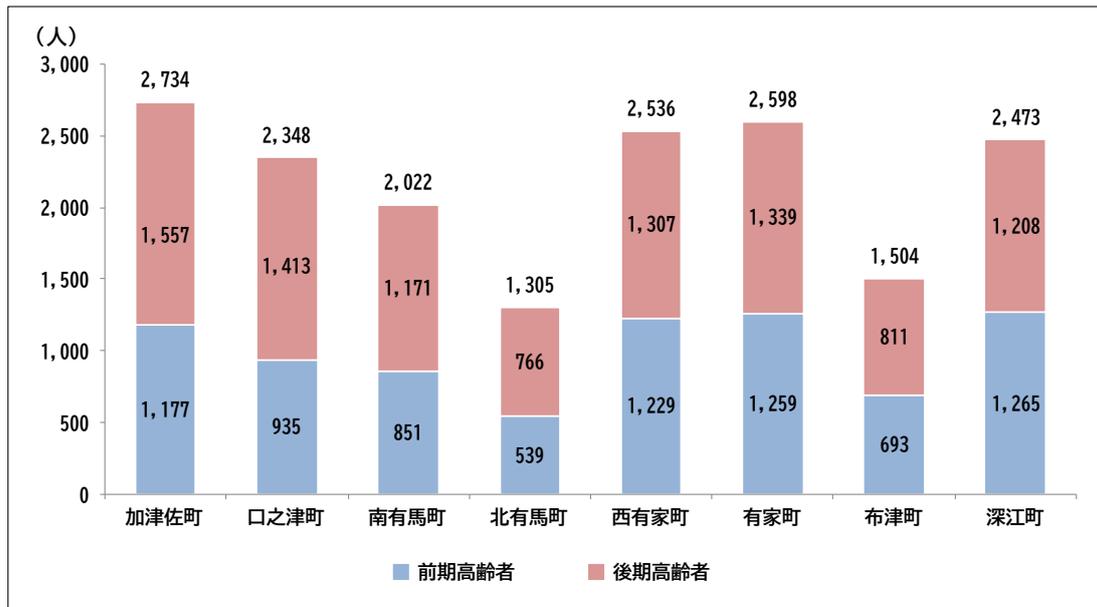
出典：令和5年10月1日 住民基本台帳

### (3) 日常生活圏域別高齢者人口と高齢化率

本市の日常生活圏域別高齢化率は、令和 5 年 10 月 1 日現在で、口之津町が最も高く 50.6%となっており、次いで加津佐町 49.1%、南有馬町 46.5%の順となっています。

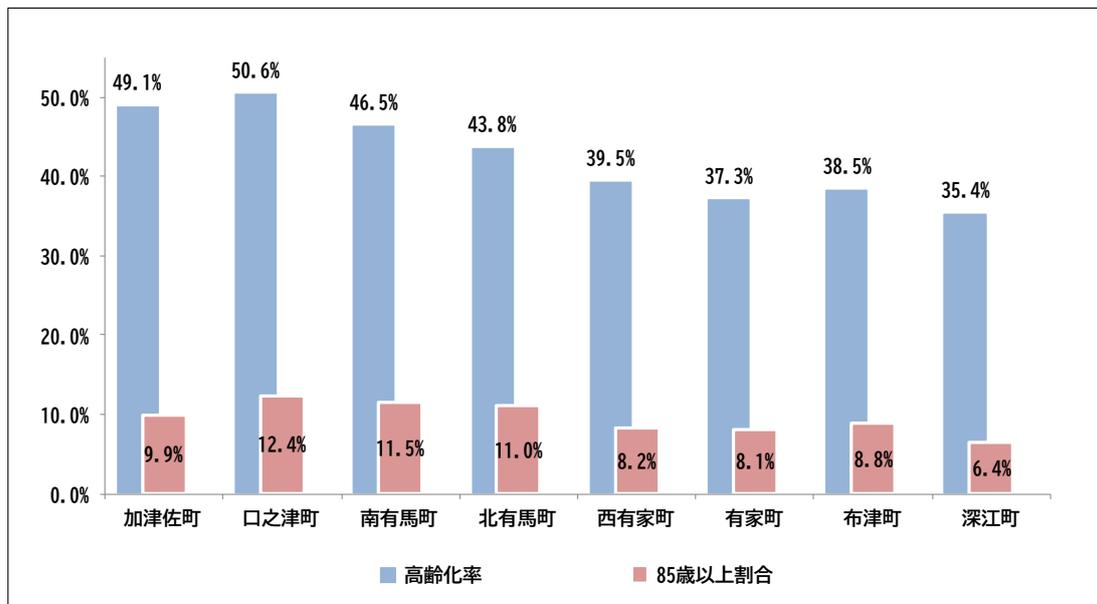
85 歳以上割合は、口之津町が最も高く 12.4%となっています。

【日常生活圏域別高齢者数】



出典：住民基本台帳（令和 5 年 10 月 1 日現在）

【日常生活圏域別高齢化率と 85 歳以上割合】

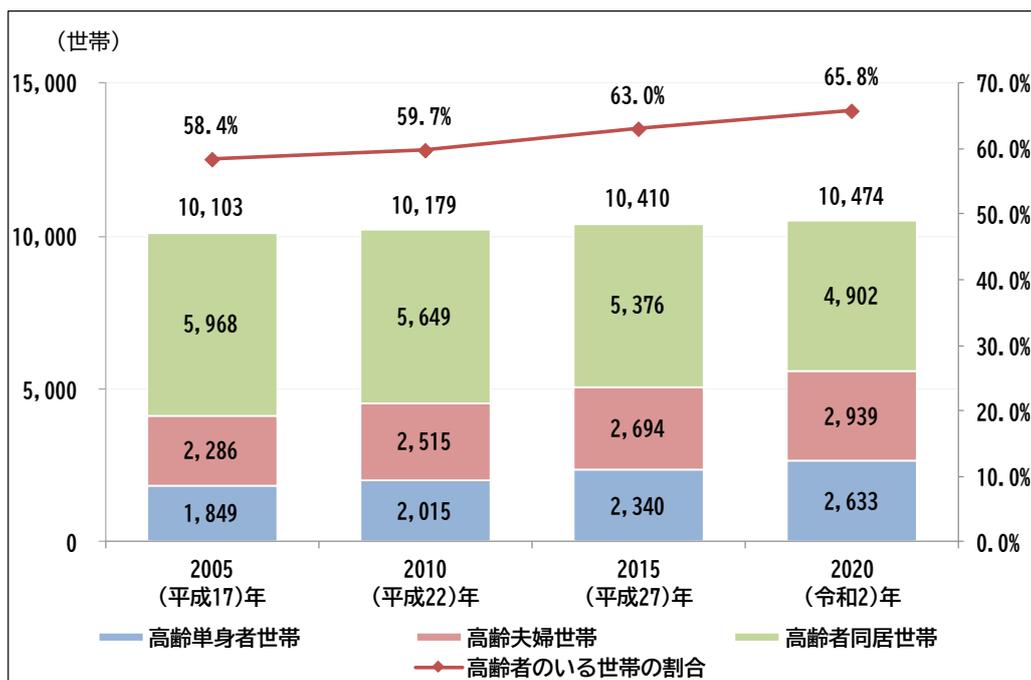


出典：住民基本台帳（令和 5 年 10 月 1 日現在）

## 2 高齢者のいる世帯の状況

高齢化の進展に伴い、高齢者のいる世帯数も増加の一途をたどっており、令和2年では、高齢者のいる世帯は10,474世帯で、総世帯数に占める割合は65.8%となっています。

また、平成17年から令和2年までの15年間の推移をみると、高齢者単身世帯の割合が18.3%から25.1%へと世帯数と共に上昇しています。

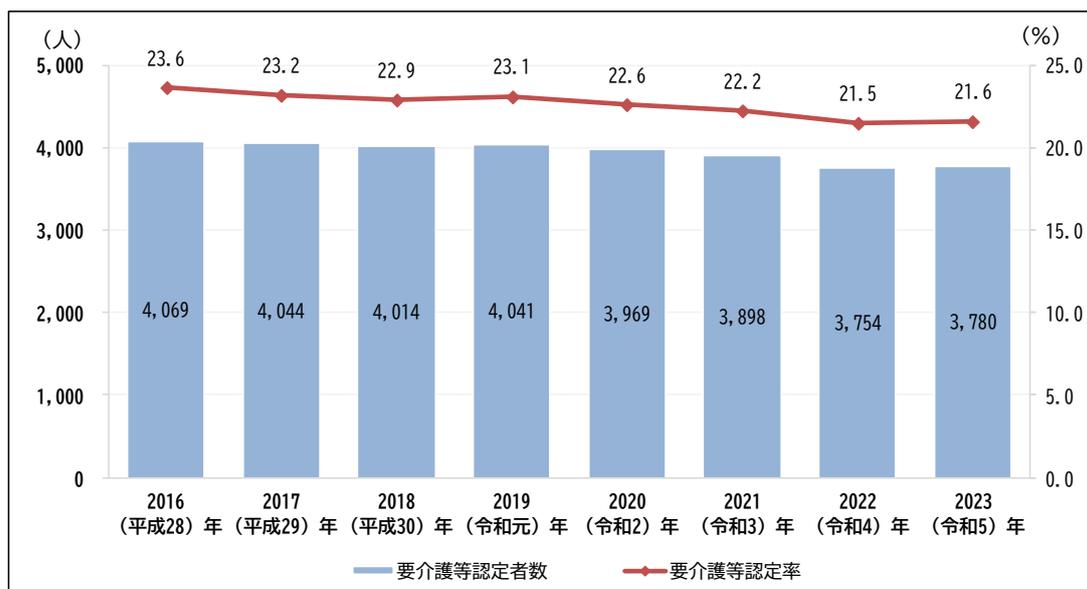


出典：国勢調査

### 3 要介護等認定者の状況

#### (1) 要介護等認定者数及び要介護等認定率の推移

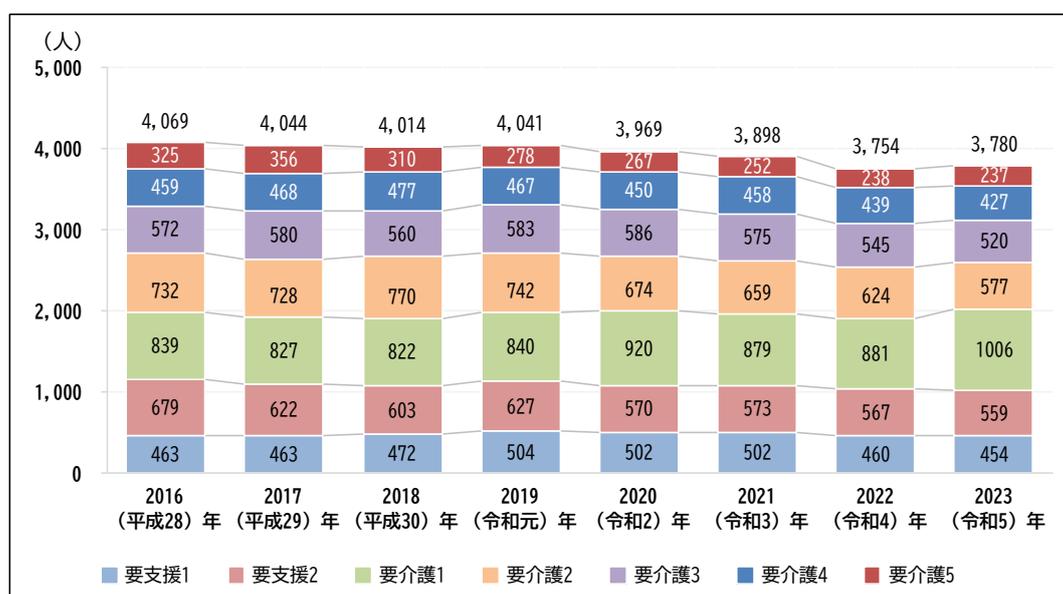
要介護度認定者数は減少傾向にあり、令和5年は3,780人と、平成28年と比較して289人減少しています。また、要介護等認定率も減少傾向となっており、令和5年は21.6%となっています。



出典：南島原市データ

#### (2) 要介護度別認定者数等の推移

要介護度別認定者数の推移は以下のとおりで、「要介護1」の割合が高くなっています。



出典：南島原市データ

## 第3章 計画の基本的な考え方

### 1 計画の基本理念

#### 高齢者がいつまでも安心して 住み慣れた地域で暮らせるまちづくり

住み慣れた地域で健康に生きがいと安心をもって暮らすことは、高齢者のみならず多くの市民の願いです。しかしながら、長い人生の中には、病気や怪我などで医療と介護の両方を必要とする状態となり、これまでの生活が一変してしまうこともあります。

本計画では、前計画の基本理念である「高齢者がいつまでも安心して 住み慣れた地域で暮らせるまちづくり」を継承し、高齢者一人ひとりの人生（自立の状態から終末期に至るまで）に寄り添いながら推進することで、「地域包括ケアシステム」の充実・深化を図ります。

### 2 目指す将来像

#### 「本人が望む生き方」を家族や地域 専門職が支える地域社会が広がる

基本理念を実現するために、市民、関係機関、行政が「目指す将来像」を共有したうえで、高齢者の健康寿命を延伸するための様々な取り組みや、後期高齢者の増加を踏まえた多様な生活支援体制の整備、医療と介護の連携体制強化など、連携・協働して取り組み、本人が望む生活を支える地域社会を広げます。

また、高齢者を中心とするこれらの取り組みを推進するとともに、育児、介護、障害、貧困、さらには育児と介護が同時に直面する家庭など、世帯全体の複合化・複雑化した生活課題を包括的に受け止める重層的支援体制整備事業の実施を見据え、「地域共生社会」にもつながる取り組みを進めます。

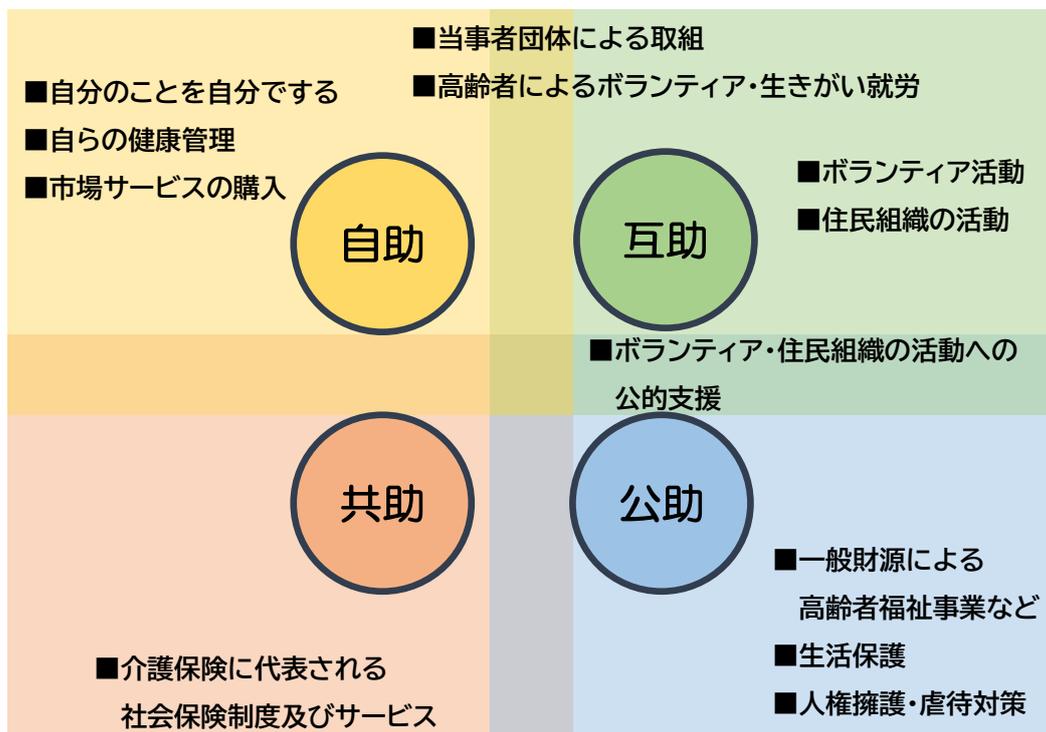
### 3 施策の3本の柱

上記基本理念及び目指す将来像を実現するため、本計画期間中は、次の3つを施策の柱として、自助、互助、共助、公助のバランスのとれたまちづくりを推進します。

第4章では、施策の柱ごとの現状と課題及び今後の取り組みを明らかにするとともに、その進捗を図る指標と数値目標を設定します。

- 1 生きがい・健康づくり
- 2 介護予防・生活支援
- 3 在宅医療・介護連携の推進

#### 【「自助」「互助」「共助」「公助」と地域包括ケアシステム】



資料：地域包括ケアシステム研究会

## 第4章 高齢者保健福祉施策の展開

### 1 生きがい・健康づくり

#### (1) 社会活動への参加促進

##### 現状と課題

全国的に少子高齢化が進行する中、高齢者が、それぞれの能力や経験をいかして積極的に社会活動に参加し、地域社会等でさまざまな役割を担い、活躍することが期待されています。

人生100年時代を見据え、高齢期を豊かで実りあるものにするためにも、日々の生活の中で地域社会との関係を保ち、個人の価値観に基づく生きがいを感じながら健康に暮らすことが重要です。

本市では、高齢者が生きがいを感じる暮らしづくりを推進するため、就労的活動支援事業の実施主体である社会福祉協議会が、就労的活動支援コーディネーターを配置し、高齢者が主体となり、多様な社会資源とつなげて就労的活動（仕事や、趣味、特技を活かした地域交流活動）が広がるよう支援を展開しています。

また、「生きがいを得るための就業」を目的とするシルバー人材センターの活動及び運営の支援や、「健康寿命を延ばし、自立した生活、生きがいのある生活」を目指す老人クラブ連合会の活動及び運営の支援、世代間交流の促進、スポーツと文化活動の促進、介護予防自主グループ活動の促進など、市民、関係団体、関係機関と連携して取り組んで参りました。

高齢者アンケート調査結果によると、自治会活動やサークル活動、介護予防自主グループ活動などに「参加している」が32.4%（前回調査32.3%）で、生活満足度7点以上が、6点以下と比較して約2倍高くなっています。一方「参加するつもりはない」が13.2%（前回調査12.9%）で、生活満足度6点以下が、7点以上と比較して約2倍高くなっています（図1参照）。

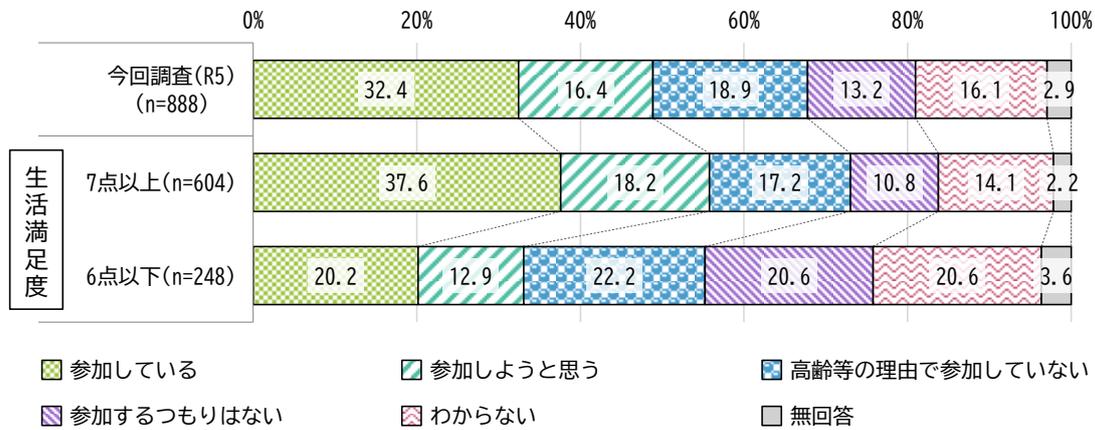
次に、就労的活動（仕事や、ご自身の趣味や特技を活かした地域交流活動）を「行っている」が31.3%で、生活満足度7点以上が、6点以下と比較して約2倍高くなっています。一方「行おうとは思わない」が9.9%で、生活満足度6点以下が、7点以上と比較して約2倍高くなっています（図2参照）。

調査結果から、日々の暮らしの中で地域社会との関係を保つことは、生活満足度の高さにもつながることが明らかとなっています。

高齢者が生きがいを感じる暮らしづくりを推進する本施策の展開にあたっては、高齢者一人ひとりが主体となり、高齢期を豊かで実りあるものにするために日々の生活の中で地域社会との関係を保ち、個人の価値観に基づく生きがいを感じながら健康に暮らすことができるよう、多様な社会資源とつなげて就労的活動（仕事や、趣味、特技を活かした地域交流活動）を広げていく必要があります。

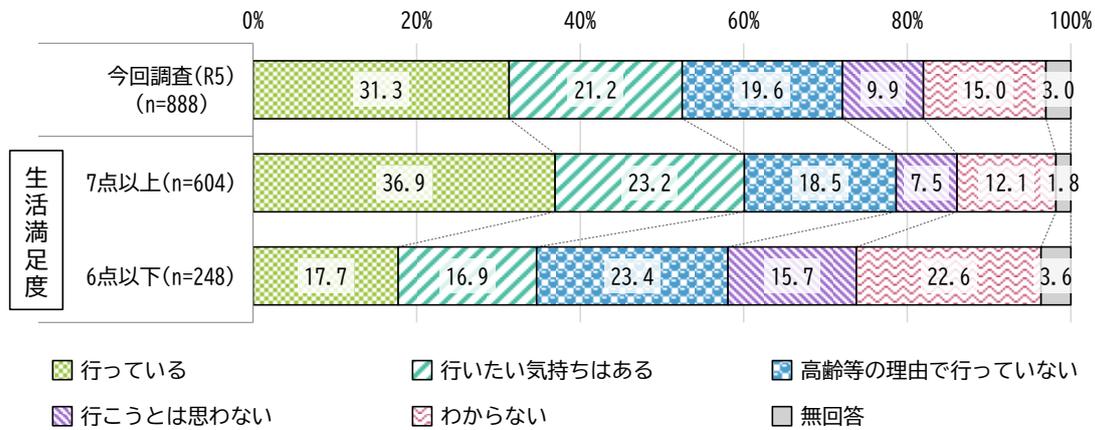
■ 図 1 (高齢者アンケート調査)

問 16 自治会活動やサークル活動、介護予防自主グループ活動などに参加しているか  
 ※高齢者の生活満足度(幸福感)とのクロス集計



■ 図 2 (高齢者アンケート調査)

問 18 就労的活動(仕事や、趣味・特技を活かした地域交流活動)を行っているか  
 ※高齢者の生活満足度(幸福感)とのクロス集計



今後の取り組み

高齢者一人ひとりが主体となり、高齢期を豊かで実りあるものにするために、日々の生活の中で地域社会との関係を保ち、個人の価値観に基づく生きがいを感じながら健康に暮らすことができるよう、従来の取り組みを継続しつつ、就労的活動支援事業の実施主体である南島原市社会福祉協議会と連携を強化し、高齢者の皆さまの多様な社会活動への参加を促進します。

## **1 ボランティアの育成・支援**

高齢者が介護予防ボランティア活動を通して社会参加することで、生きがいを感じることができる地域社会をつくることを目的としています。介護予防の推進や、高齢者自身の健康寿命の延伸とともに福祉人材のすそ野拡大を図り、豊かさを実感できる地域社会の実現に向けて、島原地域広域市町村圏組合及び関係機関と連携して取り組みます。

## **2 就労的活動の推進**

高齢者が豊かな知識や経験を活かしながら、元気に仕事をしたり、地域で活動を行うことで、生きがいを感じることができる地域社会をつくることを目的としています。担い手不足等の地域課題の解消と、高齢者自身の健康寿命の延伸を図り、豊かさを実感できる地域社会の実現に向けて、高齢者が主体となり、多様な社会資源とつなげて就労的活動（仕事や、趣味、特技を活かした地域交流活動）が広がるよう、南島原市社会福祉協議会及び関係機関と連携して取り組みます。

## **3 南島原市シルバー人材センターへの支援及び加入促進**

高齢者が働くことを通じて生きがいを得るとともに、地域社会の活性化に貢献します。「生きがいを得るための就業」を目的とするシルバー人材センターの活動及び運営を支援するとともに、おおむね 60 歳以上の健康で働く意欲のある人を対象に、シルバー人材センターへの加入促進に向けて、南島原市シルバー人材センターと連携して取り組みます。

## **4 南島原市老人クラブ連合会の活動促進**

健康寿命を延ばし、自立した生活、生きがいある生活の実現を目指し、仲間や地域の高齢者とともに継続的な健康活動に取り組む南島原市老人クラブ連合会の活動及び運営を支援します。

## **5 地域コミュニティの活性化と世代間交流の促進**

自治会活動や各種イベント、地域の行事など、高齢者から子どもまで参加できるような地域での活動を推進し、地域コミュニティの活性化を図りながら世代間交流による高齢者の活躍の場が広がるよう、関係機関・団体と連携して取り組みます。

## **6 高齢者のスポーツと文化活動の促進**

高齢者のスポーツと文化交流を通じて、健康の保持・増進と生きがいの高揚を図るとともに、高齢者相互の地域間交流を促進するために、長崎県すこやか長寿財団や関係機関・団体と連携して取り組みます。

## 市民や地域の役割

- 自らの意思や意欲に基づき、地域活動やスポーツ、就労など、生きがいを感じることでできる場を地域で探し、実践しましょう。
- 自らの技術や経験を次世代に伝え広めることで、生きがいを追求しましょう。
- 地域の中で、高い技術や豊かな経験を持つ人材を発掘し、その技術や経験を伝え広める機会をつくりましょう。

## 評価指標と数値目標

評価指標	参考値 (令和2年度)	現状値 (令和5年度)	目標値 (令和8年度)
高齢者の生活満足度(平均点)	7.59点	7.47点	8点
自治会活動やサークル活動、介護予防自主グループ活動等に参加している高齢者の割合	32.3%	32.4%	35%
就労的活動(仕事や、趣味や特技を活かした地域交流活動)を行っている高齢者の割合	—	31.3%	35%

## (2) 健康づくりの推進

### 現状と課題

本市の令和4年度医療費分析データによると、国民健康保険と比較して、後期高齢者医療のほうが、脳血管疾患（脳卒中）が4.6倍、骨折が3.6倍、脊椎障害が3.0倍、虚血性心疾患2.4倍と高く、これらの疾患は、要介護の状態につながりやすく、原因をたどると生活習慣病（高血圧症や糖尿病、脂質異常症など）が密接に関わっていることが明らかとなっています。

高齢者がいつまでも健康に暮らすためには、普段からの食生活の改善や運動の習慣化、こころの健康づくりを行うことが重要です。

本市では、「南島原市こころと体、口腔の健康づくり、食育推進計画（ひまわりプランⅣ）」や「第3期保健事業実施計画（データヘルス計画）」及び「第4期特定健康診査等実施計画」に基づき、高齢者を含むすべての市民の健康づくりを推進しています。

高齢者アンケート調査結果によると、普段から心がけて健康づくりや介護予防に「楽しく取り組んでいる」「取り組んでいる」が、47.3%（前回調査53.9%）で、生活満足度7点以上が、6点以下と比較して約1.5倍高くなっています。一方「何もするつもりはない」が9.2%（前回調査7.6%）で、生活満足度6点以下が、7点以上と比較して約2倍高くなっています（図3参照）。

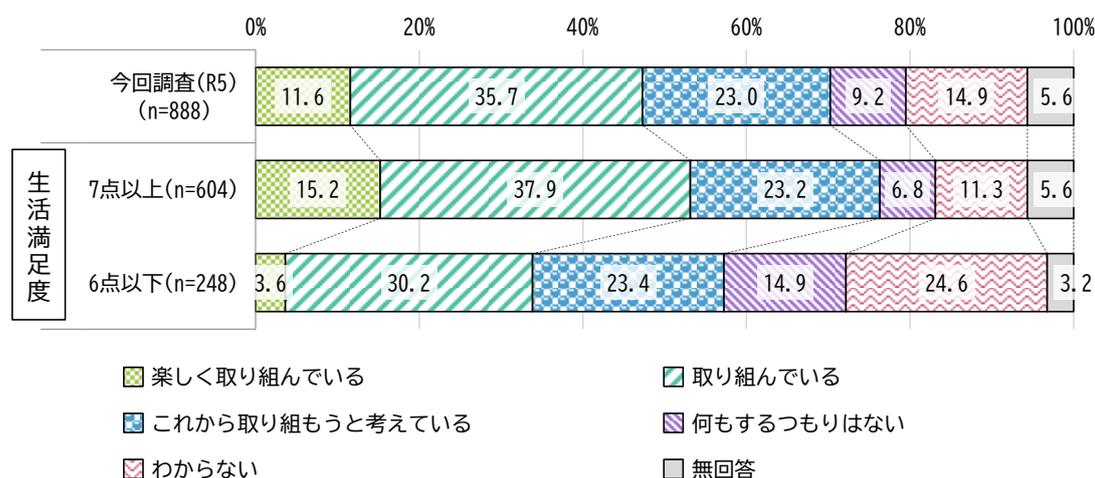
調査結果から、様々な社会活動を通して楽しく健康づくりに取り組むことは、生活満足度の高さにもつながることが明らかとなっています。

高齢者の健康づくりを推進する本施策の展開にあたっては、高齢者がいつまでも健康に暮らすことができるよう、高齢者一人ひとりの主体的な健康づくり活動を広げていく必要があります。

■ 図3（高齢者アンケート調査）

問7 普段から心がけて「健康づくり」や「介護予防」に取り組んでいるか

※高齢者の生活満足度（幸福感）とのクロス集計



## 今後の取り組み

高齢者がいつまでも健康に暮らすことができるよう、高齢者一人ひとりの主体的な健康づくり活動を促進するとともに、「南島原市こころと体、口腔の健康づくり、食育推進計画（ひまわりプランⅣ）」や「第3期保健事業実施計画（データヘルス計画）」及び「第4期特定健康診査等実施計画」に基づき、健康教室や健康相談の実施、各種健診の受診率向上を図り疾病の早期発見や生活習慣病の発症予防と重症化予防の健康づくりを推進します。

### 1 健康長寿につながる食育の推進

自らの食について考える習慣や、食に関する様々な知識と食を選択する判断力を楽しく身に付けるための支援に取り組みます。

### 2 気軽に取り組める運動の促進

日頃の運動は、生活習慣病の予防やストレスの解消など、心身の健康づくりにとって欠かせないものです。日頃から取り組みやすい運動機会の提供や、生活習慣病の予防周知と併せた運動習慣の啓発に取り組みます。

### 3 健康診査等受診の促進

40歳から74歳までを対象とする特定健康診査と、75歳以上を対象とする後期高齢者医療健康診査（フレイル健診）の受診勧奨に努めます。

また、健康診査により自身の健康状態を把握し、望ましい生活習慣が実践できるよう、保健指導などの支援を行います。

### 4 歯・口腔の健康づくりの促進

「むし歯の予防」「歯周病の予防」「口腔機能の向上」に向け、歯科健康診査の受診勧奨に努めます。また、高齢者の口腔機能と維持向上に関する普及啓発や、嚥下体操などによる誤嚥予防等への支援を行います。

## 市民や地域の役割

- 市民一人ひとりが健康づくりの意識を高め、生活習慣の改善など、健康づくりを実践するとともに、年に1回は健康診査を受け、自らの健康状態のチェックを行いましょう。
- 隣近所、同世代など、気軽に集まることのできる仲間同士でウォーキングや散歩、スポーツ交流を行うなど、ふれあいの一環として健康づくりの習慣化を行いましょう。

## 評価指標と数値目標

評価指標	参考値 (令和2年度)	現状値 (令和5年度)	目標値 (令和8年度)
普段から心がけて「健康づくり」や「介護予防」に取り組んでいる高齢者の割合	53.9%	47.3%	55%

## 2 介護予防・生活支援

### (1) サルコペニア・フレイル予防の推進

#### 現状と課題

高齢者の健康状態の特性として、複数の慢性疾患の罹患に加え、要介護状態に至る前段階であっても身体的な脆弱性のみならず、精神・心理的な脆弱性や社会的な脆弱性といった多様な課題と不安を抱えやすく、いわゆるフレイル状態になりやすい傾向にあります。

人生 100 年時代を見据え、できる限り健やかに過ごせるよう、高齢者一人ひとりが介護予防に取り組むことが重要です。

本市では、75 歳以上を対象とする後期高齢者医療健康診査（フレイル健診）の結果や質問票を用いて、高齢者の特性を踏まえた幅広い視点で健康状態を総合的に把握し、フレイル状態からの改善を図る（健康な状態に戻す）ために、高齢者の特性を踏まえた保健事業と介護予防事業を一体的に実施しています。

高齢者アンケート調査結果によると、歩行速度が遅くなった、握力が弱くなったと感じたことがある高齢者の割合は、年齢階層が高くなるにつれて高くなっており（図 4 参照）、直近 1 年間で転倒したことがあると回答した高齢者も、85 歳以上では 41%（前回調査 39.7%）に上っています（図 5 参照）。こうした筋力の低下は、骨折、更には寝たきりとなるリスクを抱え、高齢者の「生活の質」を著しく低下させることが懸念されます。

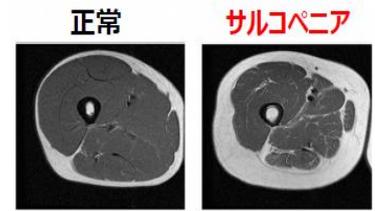
次に、健康づくりや介護予防に取り組んでみて以前より調子が良くなったと「感じている」「やや感じている」が 54.3%（前回調査 55.7%）で、特に「感じている」と回答した方の生活満足度は、7 点以上が 6 点以下と比較して約 3 倍高くなっています。一方「感じていない」が 5.0%（前回調査 5.5%）で、生活満足度 6 点以下が、7 点以上と比較して約 3 倍高くなっています（図 6 参照）。

調査結果から、健康づくりや介護予防に取り組み、改善を実感することは、生活満足度の高さにもつながることが明らかとなっています。

介護予防を推進する本施策の展開にあたっては、人生 100 年時代を見据え、できる限り健やかに過ごせるよう、高齢者一人ひとりの主体的な介護予防活動を広げるとともに、栄養・口腔・リハビリ専門職と連携を図り、「サルコペニア※」と「フレイル※」の予防及び改善に向けた専門的な支援に取り組む必要があります。

※サルコペニア（筋力減弱症）とは

筋肉量が減少して筋力低下や、身体機能低下をきたした状態を指します。具体的には、歩くのが遅くなる、握力が弱くなるなどといった症状が現れます。加齢や疾患により、活動量減少や低栄養（特に筋肉を作るたんぱく質不足）が要因とされています。



（画像出典：令和2年度高齢者の保健事業セミナー 飯島勝矢先生ご講演資料）

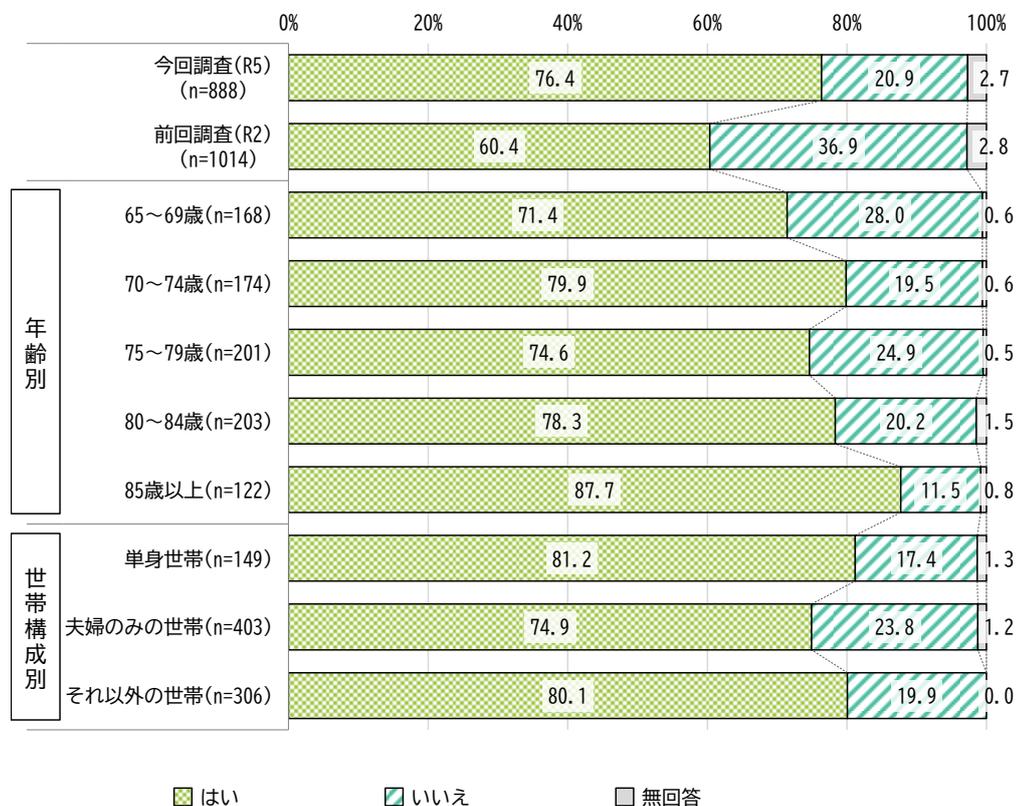
※フレイル（虚弱）とは

加齢と共に心身の活力が低下し、健康障害を起こしやすくなった状態（健康と要介護の間）であり、次の要因があげられます。

- ①身体的要因（サルコペニアなど）
- ②精神的要因（うつ病、認知症）
- ③社会的要因（孤独、閉じこもり）

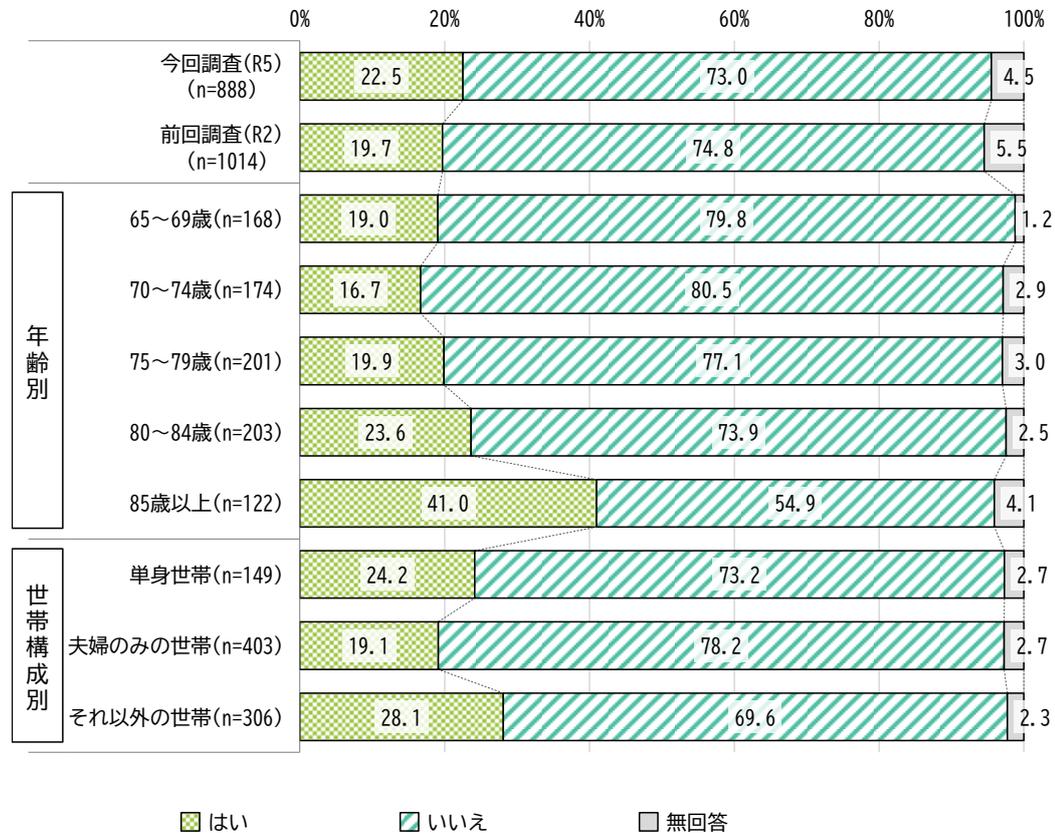
■図4（高齢者アンケート調査）

問6（1）筋力の低下（歩行速度が遅くなった、握力が弱くなった）を感じたことがあるか



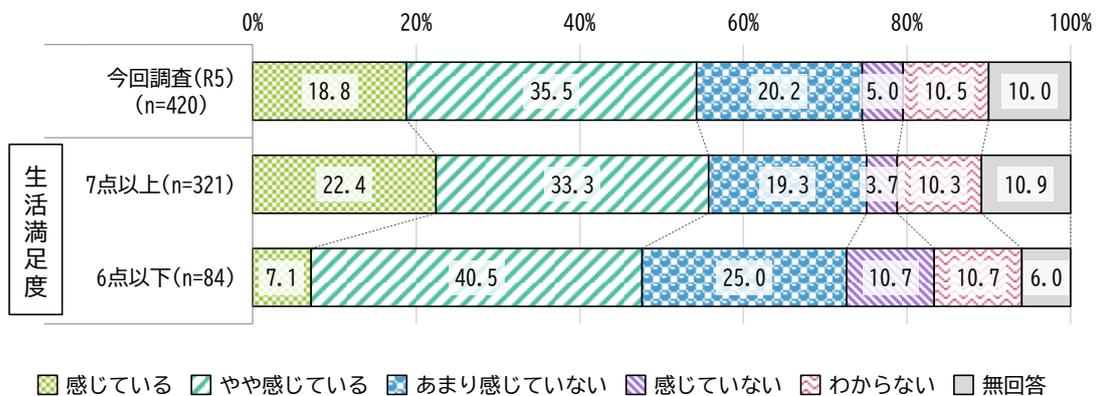
■ 図 5 (高齢者アンケート調査)

問 6 (2) 直近 1 年間で転倒したことがあるか



■ 図 6 (高齢者アンケート調査)

問 8 「健康づくり」や「介護予防」に取り組んでみて、以前より調子が良くなったと感じているか ※高齢者の生活満足度（幸福感）とのクロス集計



## 今後の取り組み

人生 100 年時代を見据え、できる限り健やかに過ごせるよう、高齢者一人ひとりの主体的な介護予防活動を促進するとともに、高齢者の特性を踏まえた保健事業と介護予防事業を一体的に実施するにあたり、栄養・口腔・リハビリ専門職と連携を図り、「サルコペニア」と「フレイル」の予防及び改善に向けた専門的な支援を拡充します。

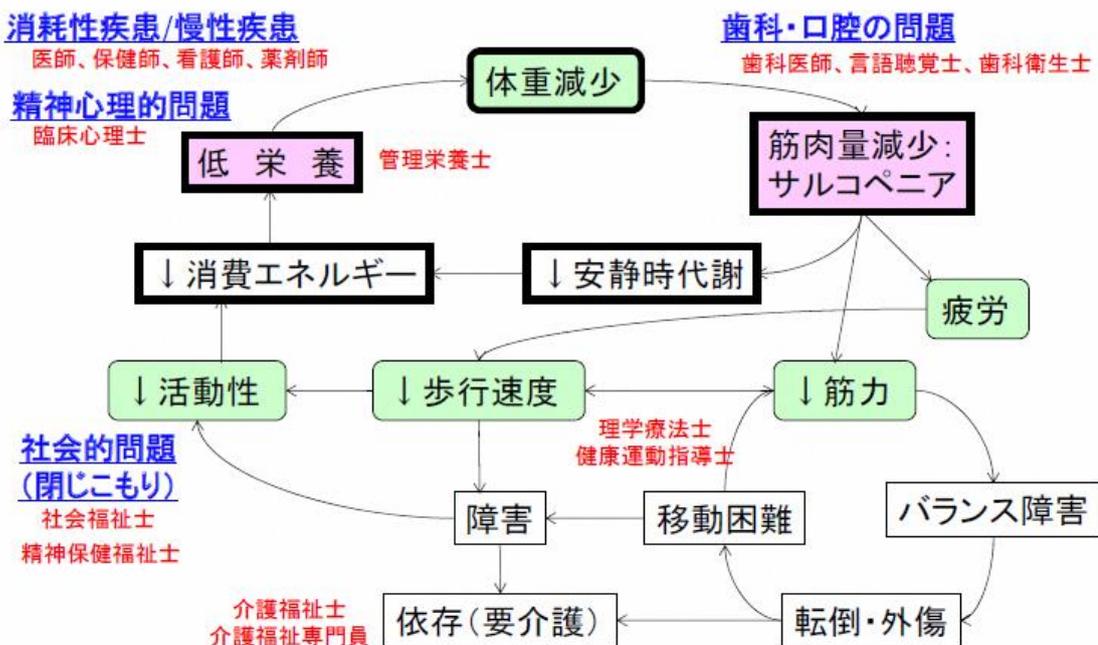
また、社会的フレイルの高齢者（孤立・閉じこもりなど）は、要介護リスクが高い状況にあることから、高齢者の社会活動の範囲を広め、自立更生を助長することでフレイル予防を促進します。

### 1 高齢者の特性を踏まえた保健事業と介護予防の一体的実施

「低栄養」に重点を置き、管理栄養士、歯科衛生士、リハビリ専門職など多職種連携のもと、ハイリスク対象者に対する個別アプローチを行い、サルコペニア・フレイル状態からの改善を図ります。

また、介護予防自主グループなどで健康教育・健康相談を通じてサルコペニア・フレイル予防の意識高揚を図るとともに、質問票を用いてハイリスクのおそれがある対象者の早期把握と健康診査受診勧奨を行います。

#### ■フレイル・サイクルと多職種連携



出典：令和2年度高齢者の保健事業セミナー 飯島勝矢先生ご講演資料  
サルコペニア・フレイル指導士研修会資料から飯島先生が引用

## 2 高齢者の社会活動の促進

「就労的活動支援」や「生活支援体制整備」を行う社会福祉協議会と連携を図り、高齢者の社会活動を促進するとともに、高齢者・障害者交通費助成事業の実施により、高齢者の社会活動の範囲を広め、自立更生を助長することでフレイル予防を促進します。

### 市民や地域の役割

- サルコペニア・フレイル予防に関心をもち、日々の生活の中で自主的に健康づくりと介護予防に取り組みましょう。
- 人とのつながりを大切にし、仲間と一緒に楽しく過ごしましょう。

### 評価指標と数値目標

評価指標	参考値 (令和2年度)	現状値 (令和5年度)	目標値 (令和8年度)
「健康づくり」や「介護予防」に「楽しく取り組んでいる」高齢者の割合	14.5%	11.6%	15%
「健康づくり」や「介護予防」に取り組んでみて、以前より調子が良くなったと「感じている」高齢者の割合	22.1%	18.8%	25%

## (2) 認知症施策の推進

### 現状と課題

認知症施策推進大綱等を踏まえ、「共生」と「予防」を両輪とする認知症施策を総合的に推進する必要があります。一人ひとりが認知症予防に取り組むとともに、認知症になったとしても尊厳を保ちながら穏やかな生活を送り、家族も安心して日常生活を営むことができるようにするためには、市民が認知症について理解し、地域全体で認知症高齢者の生活を支えていくことが重要です。

本市では、認知症予防、認知症に関する相談・支援の充実を基より、認知症高齢者（本人）の地域活動への参加や家族介護者・支援者の交流の場が広がり、そして、認知症高齢者と家族介護者が安心して暮らすことができる地域づくりを推進するため、認知症地域支援推進員が中心となり、市民、関係団体、関係機関と協働して、認知症サポーター養成講座の実施、オレンジカフェをはじめ多様な地域交流の場の充実や、チームオレンジによる本人（ご家族）が参画する地域交流活動の実施、「認知症高齢者見守り・声かけ模擬訓練」等を通じた支え合う地域づくりなどに取り組んでいます。

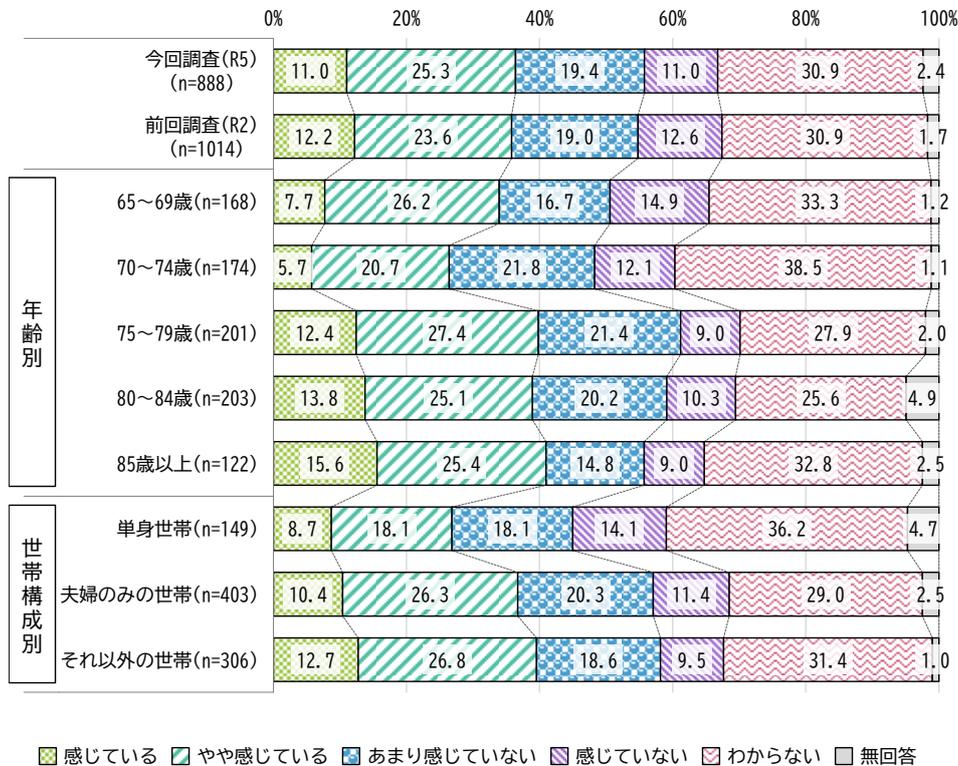
高齢者アンケート調査結果では、地域で認知症の理解が進んでいると「感じている」「やや感じている」と回答した人の割合は 36.3%（前回調査 35.8%）となっています。一方「感じていない」「あまり感じていない」と回答した人の割合は 30.4%（前回調査 31.6%）となっています（図7参照）。

調査結果から、地域で認知症の理解に向けた取り組みが広がっている一方で、認知症高齢者を家族介護者が抱え込み、支援やサービスに繋がっていない実態があることが推測されます。認知症高齢者を介護する家族の多くは、周囲に理解してもらえないといった悩みを抱えています。このような状態が長く続き、介護者の介護疲れや精神的ストレスが重なることで、虐待（全国的な統計データからみても「認知症の症状」は、虐待の発生要因の上位）に至るリスクを抱えています。

本施策の展開にあたっては、一人ひとりが認知症予防に取り組み、認知症になったとしても尊厳を保ちながら穏やかな生活を送り、家族も安心して日常生活を営むことができるよう、認知症高齢者と家族介護者が安心して暮らすことができる地域づくりを推進するとともに、認知症高齢者を介護する家族だけで問題を抱え込んでしまうことがないよう、必要に応じ専門的な支援につながる仕組みを充実させる必要があります。

■図7 (高齢者アンケート調査)

問 13 地域で認知症の理解が進んでいると感じているか



## 今後の取り組み

市民一人ひとりが認知症予防に取り組み、認知症になったとしても尊厳を保ちながら穏やかな生活を送り、家族も安心して日常生活を営むことができるよう、認知症高齢者と家族介護者が安心して暮らすことができる地域づくりを推進するとともに、認知症高齢者を介護する家族だけで問題を抱え込んでしまうことがないよう、必要に応じ専門的な支援（社会資源やサービスなど）につなげる仕組みを充実させます。

### 1 認知症予防の促進（予防）

関係団体、関係機関等と協働し、様々な機会での認知症予防の普及啓発を行い、市民一人ひとりが認知症予防に取り組むことを促進します。

### 2 認知症に関する相談・支援の充実（共生）

認知症高齢者を介護する家族だけで問題を抱え込んでしまうことのないよう、認知症地域支援推進員（南島原市地域包括支援センター）が中心となり、関係機関や、初期集中支援チーム、認知症サポート医等と連携を図り早期支援に取り組みます。

また、軽度の認知症により判断能力が低下する等、福祉サービスの利用援助や金銭管理等の援助が必要な人に対し、日常生活自立支援事業（社会福祉協議会）による支援を行い、認知症の進行等により判断能力がさらに低下した場合には、成年後見制度の利用を支援します。

### 3 認知症高齢者と家族介護者を支える地域づくり（共生）

#### ① 認知症の理解促進

認知症への理解が深まり、人として尊厳が保たれるよう、チームオレンジの取り組みを地域に広げます。また、「認知症高齢者見守り・声かけ模擬訓練」等を通じて理解を深め安心を広げます。

#### ② 地域交流の促進

オレンジカフェをはじめ多様な地域交流の場の充実を図り、本人（ご家族）が参画する地域交流を広げます。

#### ③ 生きがいを感じることができる活動の促進

認知症になっても生きがいを感じることができるよう、本人の経験や能力を活かせる地域交流活動を広げます。

#### ④ 支援につながることの促進

家族が不安や悩みを抱え込むことがないよう、支援（社会資源やサービスなど）につながる安心を広げます。

### 市民や地域の役割

- 認知症高齢者の介護などで困ったら、早期に認知症地域支援推進員（南島原市地域包括支援センター）に相談しましょう。
- 認知症に関する正しい知識を学び、地域で認知症高齢者とその家族を見守りましょう。

### 評価指標と数値目標

評価指標	参考値 (令和2年度)	現状値 (令和5年度)	目標値 (令和8年度)
地域で認知症の理解が進んでいると「感じている」「やや感じている」高齢者の割合	35.8%	36.3%	40%

### (3) 生活支援体制整備の推進

#### 現状と課題

人口減少や核家族化、高齢化の進行などにより、移動手段の減少、近隣商店の閉鎖、地域の担い手不足など様々な生活課題が生じています。また、近隣住民との交流が希薄化するなど、高齢者の社会的孤立が目立つようになってきました。独り暮らしや要介護状態、認知症になったとしても、住み慣れた地域で尊厳ある生活が続けられるよう、専門機関による支援だけでなく、住民同士のつながりを後押しし、社会的孤立を生まない地域づくりを進めることが重要です。

本市では、社会的孤立を生まない地域づくりを目指し、生活支援体制整備事業の実施主体である社会福祉協議会が、生活支援コーディネーターを配置し、生活圏域の生活課題を踏まえて、地域住民が主体的に考え、多様な社会資源とつなげて地域で課題を解決する取り組みが広がるよう支援を展開しています。

これまで、「認知症高齢者見守り・声かけ模擬訓練」を通じた認知症高齢者が安心して暮らすことができる地域づくりや、地域のみんなが集える居場所づくり、移動支援ボランティアがいる地域づくりなど、市民、地域、関係団体、関係機関が協働して取り組んで参りました。

高齢者アンケート調査結果では、近隣住民や友人などと良好な関係を築いていると「感じている」「やや感じている」と回答した人の割合は 75.9%（前回調査 79.9%）となっています（図8参照）。

また、地域であいさつなどの声かけを通じた見守りがあると「感じている」「やや感じている」が 66.9%（前回調査 71.2%）で、生活満足度 7 点以上が、6 点以下と比較して約 1.5 倍高くなっています。一方「あまり感じていない」「感じていない」が 23.0%（前回調査 19.8%）で、生活満足度 6 点以下が、7 点以上と比較して約 2 倍高くなっています（図9参照）。

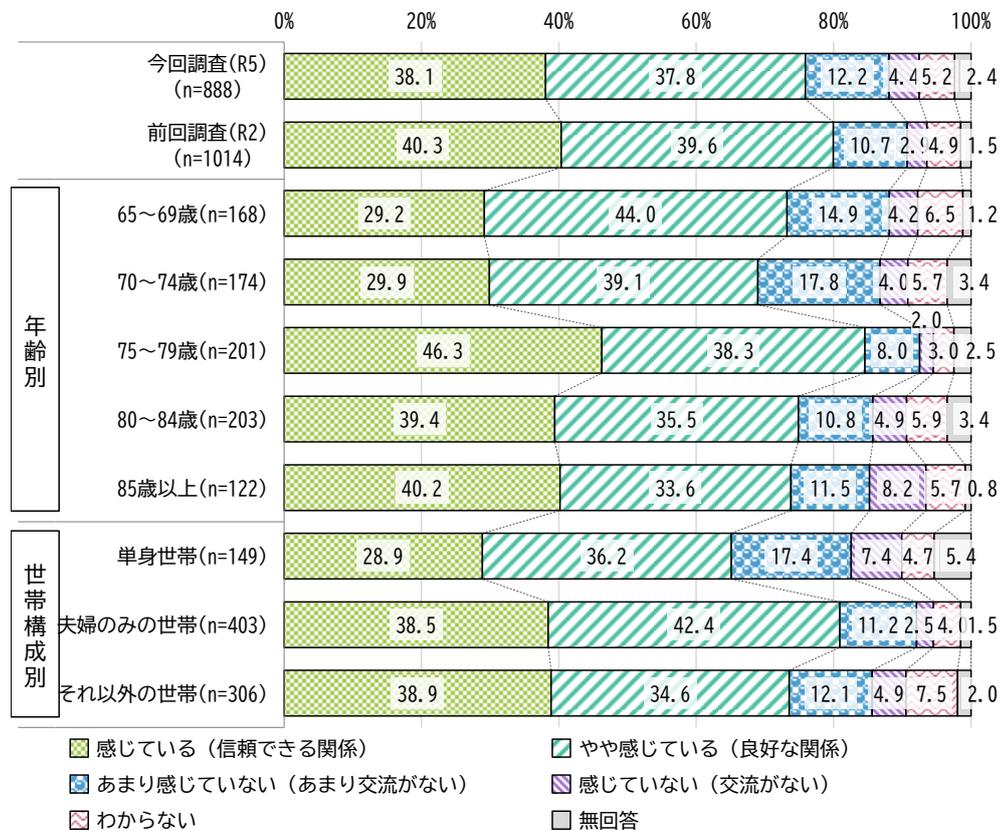
調査結果から、日々の暮らしの中で近隣住民と良好な関係を保ち、自然な形で支え合えることは、生活満足度の高さにもつながることが明らかとなっています。

社会的孤立を生まない地域づくりを目指す本施策の展開にあたっては、「高齢者が安心して住み慣れた地域で暮らすことができる地域づくり」の実現に向け、就労的活動支援との一体的実施、高齢者施策（各種事業）とのコラボ展開を図り、生活課題を踏まえた様々な取り組みが地域で広がるよう支援を継続する必要があります。

更には、年代、属性を問わず、世帯全体の複合化・複雑化した生活課題を包括的に受け止める重層的支援体制整備事業の実施を見据え、「地域共生社会」にもつながるよう推進していく必要があります。

■ 図 8 (高齢者アンケート調査)

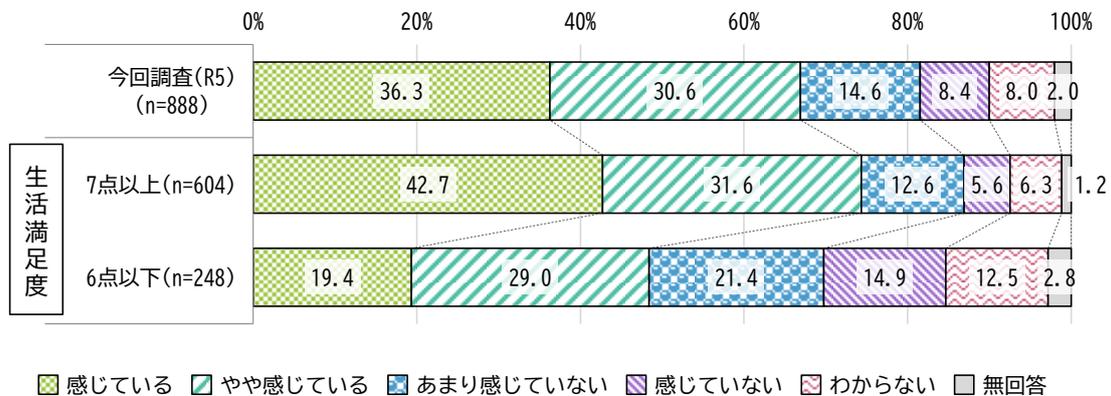
問 11 近隣住民や友人などと良好な関係を築いていると感じているか



■ 図 9 (高齢者アンケート調査)

問 12 地域であいさつなどの声かけを通じた見守りがあると感じているか

※高齢者の生活満足度 (幸福度) とのクロス集計



## 今後の取り組み

「高齢者が安心して住み慣れた地域で暮らすことができる地域づくり」の実現に向け、就労的活動支援との一体的実施、高齢者施策（各種事業）とのコラボ展開を図り、生活課題を踏まえた様々な取り組みが地域で広がるよう支援を継続します。

更には、年代、属性を問わず、世帯全体の複合化・複雑化した生活課題を包括的に受け止める重層的支援体制整備事業の実施を見据え、「地域共生社会」にもつながるよう推進します。

### 1 地域の支え合いの推進

高齢者の生活課題を明らかにして、地域住民が主体的に考え、多様な社会資源とつなげて地域で課題を解決する取り組みが広がるよう支援を継続します。

### 2 社会資源の開発

多様化する高齢者の生活課題に対応するために、既存の社会資源では足りないものを補う担い手養成や、課題を生み出す社会構造に働きかけを行うなど、新たな社会資源の開発に取り組みます。

## 市民や地域の役割

- ご近所や友人などと良好な関係性の維持に努めましょう。
- 誰もが地域社会の一員として、できることから、できる範囲で、支え合いましょう。
- 地域であいさつなどの声かけを通じた見守りを広げましょう。

## 評価指標と数値目標

評価指標	参考値 (令和2年度)	現状値 (令和5年度)	目標値 (令和8年度)
地域であいさつなどの声かけを通じた見守りがあると「感じている」「やや感じている」高齢者の割合	71.2%	66.9%	75%

### 3 在宅医療・介護連携の推進

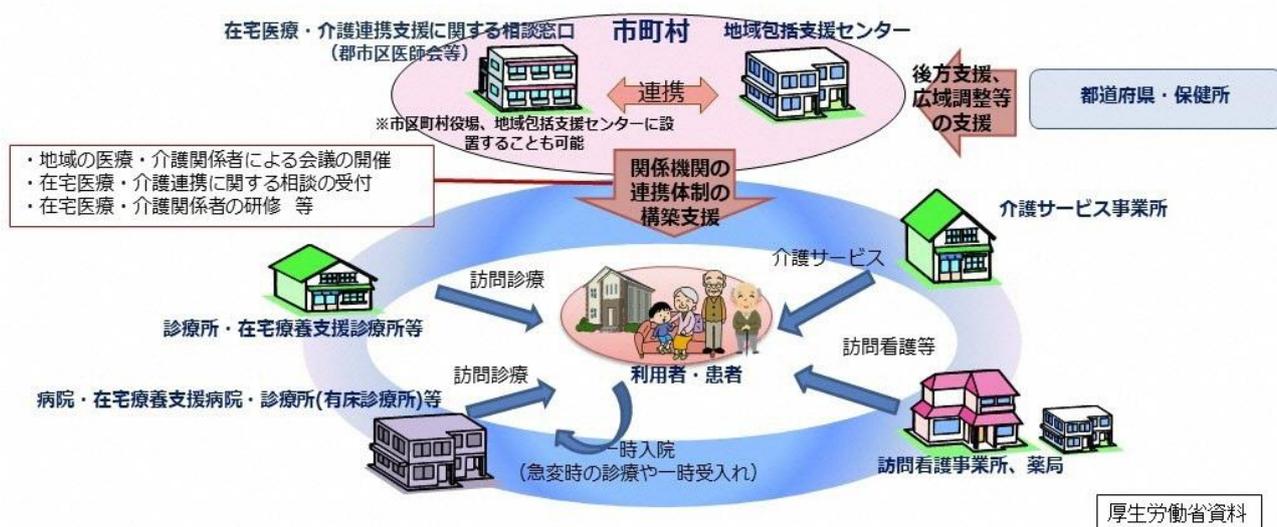
#### 現状と課題

医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、医療機関と介護事業所等の関係者が協働・連携し、医療と介護サービスが切れ目なく一体的に提供されることが重要です。

本市では、「南島原市在宅医療・介護連携推進協議会」において、「入退院支援」「日常の療養支援」「急変時の対応」「看取り」の4つの場面ごと、地域の実情を踏まえた課題の分析、対応策の検討、評価、見直しを行い、施策の展開にあたっては、在宅医療・介護連携サポートセンター（一般社団法人南高医師会）が中心となり、かかりつけ医を中心とした多職種連携体制の充実・深化に向け取り組んでおります。

これまでの取り組みについて、高齢者アンケート調査結果（図 10～12 参照）及び医療・介護職アンケート調査結果（図 13～16）を踏まえ、評価・見直しを行うとともに、本計画で定める「入退院支援」「日常の療養支援」「急変時の対応」「看取り」の4つの場面ごとの「目指すべき姿」（P.38 参照）を地域の医療・介護関係者と共有し、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、その実現に向け推進していく必要があります。

在宅医療・介護連携の推進体制

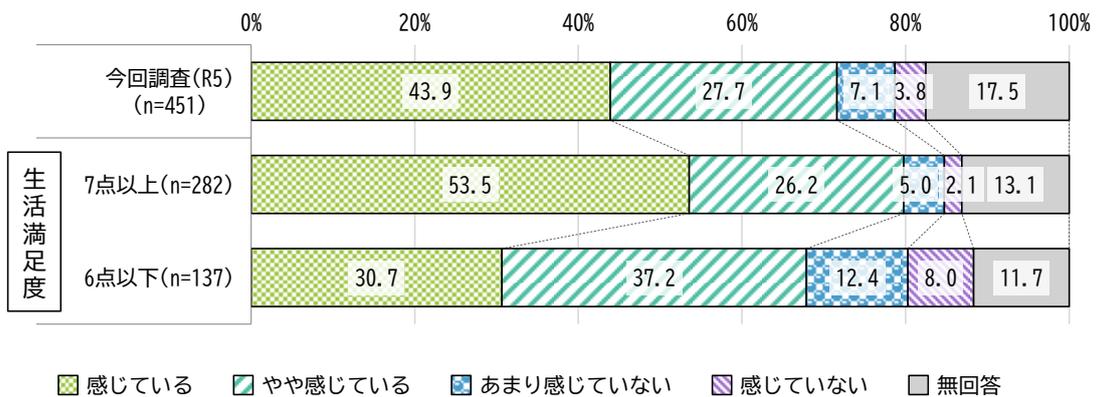


## 在宅医療と介護連携イメージ（在宅医療の4場面別に見た連携の推進）



■ 図10（高齢者アンケート調査）

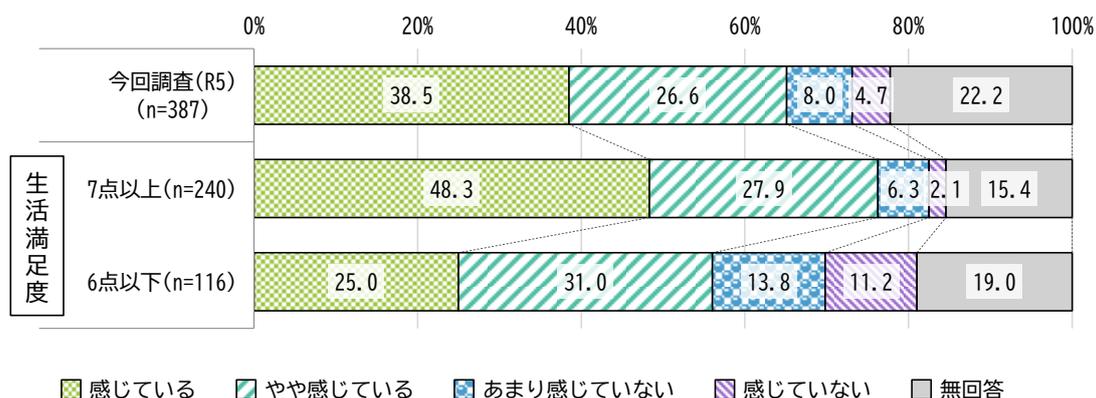
問 20 退院後の療養生活では、医師及び専門職（医療・介護）の支援があったから安心であったと感じているか ※高齢者の生活満足度（幸福感）とのクロス集計



■ 図 1 1 (高齢者アンケート調査)

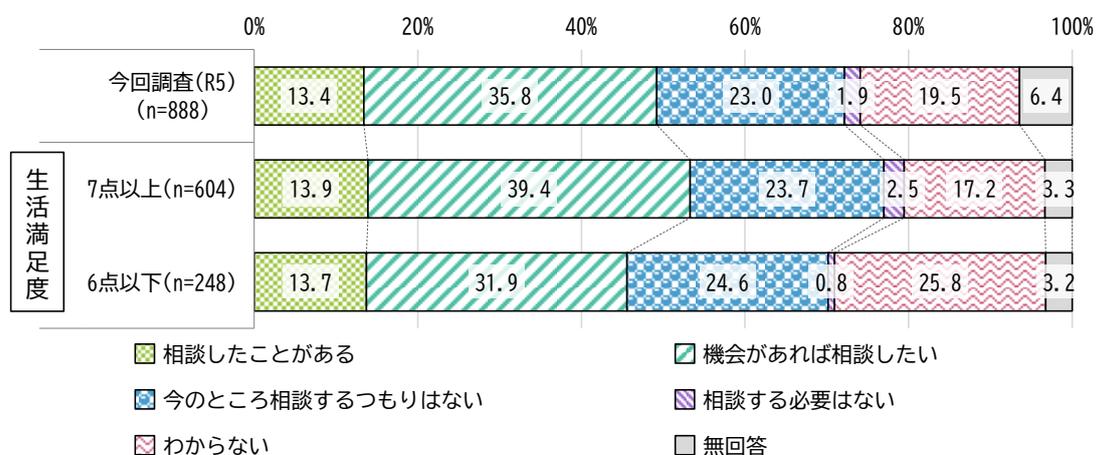
問 22 退院後の療養生活中に容態が急変（悪化）した場合であっても、医師及び専門職（医療・介護）の支援があったから安心であったと感じているか

※高齢者の生活満足度（幸福感）とのクロス集計



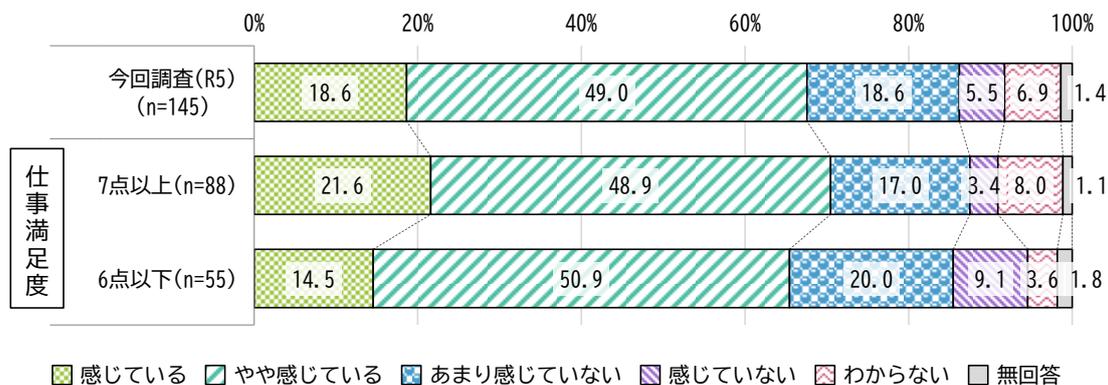
■ 図 1 2 (高齢者アンケート調査)

問 23 人生の最終段階の過ごし方について、あなた自身の考えをご家族や主治医などと相談したことがあるか ※高齢者の生活満足度（幸福感）とのクロス集計



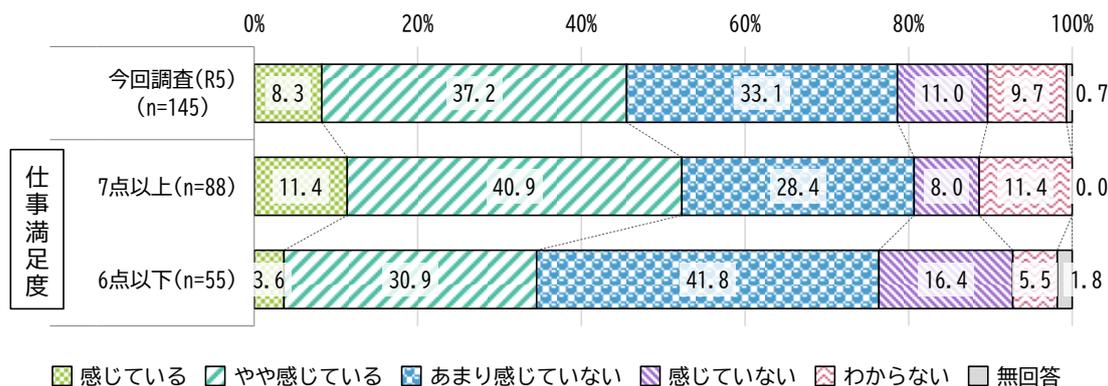
■ 図 1 3 (医療・介護職アンケート調査)

問 4 医療と介護の両方を必要とする患者（利用者）の「入退院支援」において、医療・介護のサービスが切れ目なく提供できていると感じているか  
 ※職務従事者の満足度とのクロス集計



■ 図 1 4 (医療・介護職アンケート調査)

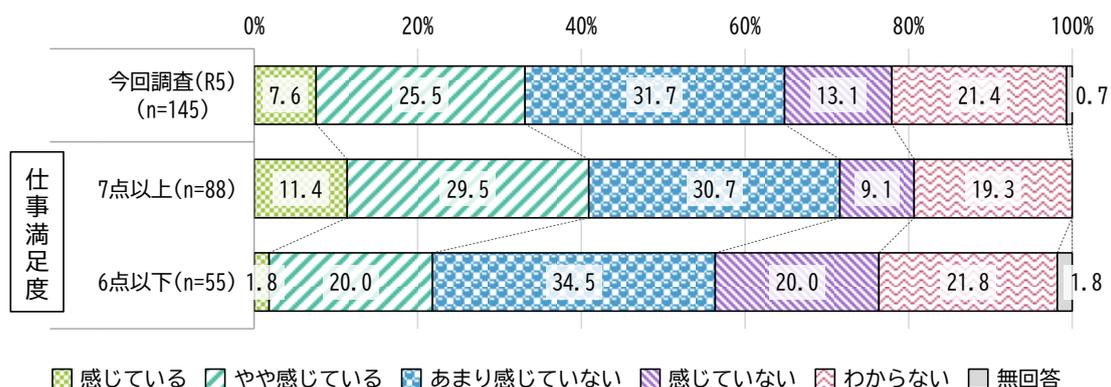
問 6 医療と介護の両方を必要とする患者（利用者）の「日常の療養支援」において、かかりつけ医師を中心とした多職種連携による支援ができていると感じているか  
 ※職務従事者の満足度とのクロス集計



■ 図 1 5 (医療・介護職アンケート調査)

問 8 医療と介護の両方を必要とする患者（利用者）の「急変時の対応」において、多職種連携による支援により、負担が軽減されていると感じているか

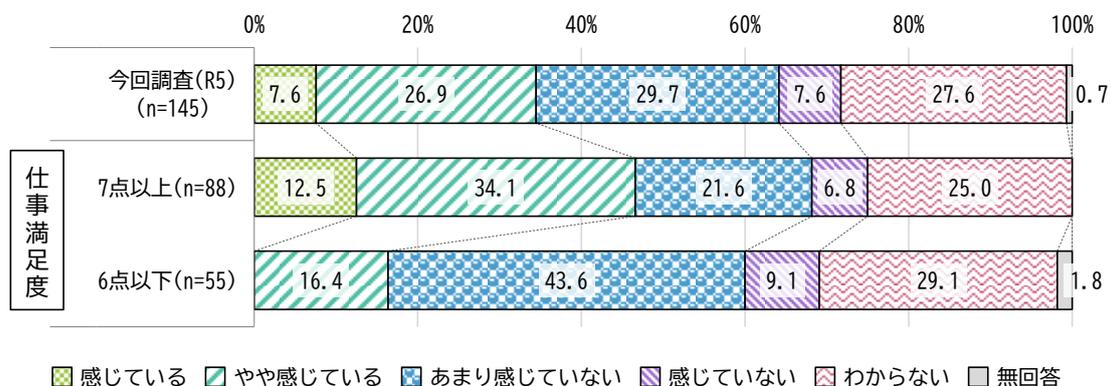
※職務従事者の満足度とのクロス集計



■ 図 1 6 (医療・介護職アンケート調査)

問 9 医療と介護の両方を必要とする患者（利用者）の「看取り」において、「本人の望む生き方」を尊重した医療ケアが提供できていると感じているか

※職務従事者の満足度とのクロス集計



## 今後の取り組み

地域の医療・介護関係者が、在宅医療の4つの場面における「目指すべき姿」を共有し、その実現に向かって各々が自らの役割を理解して自律的で実効性のある在宅医療・介護連携体制を推進し、PDCA サイクルに沿った取り組み（現状分析、課題の抽出、施策立案、対応策の実施、対応策の評価・改善）を行います。

### ■在宅療養の4つの場面における「目指すべき姿」

#### ◎「入退院支援」の場面

入退院の際に、医療機関、介護事業所等が協働・情報共有を行うことで、一体的でスムーズな医療・介護サービスが提供され、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、希望する場所で望む日常生活が過ごせるようになる。

#### ◎「日常の療養支援」の場面

地域のかかりつけ医を中心とした医療・介護関係者の多職種協働によって、患者・利用者・家族の日常の療養生活を支援することで、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、住み慣れた場所で生活できるようになる。

#### ◎「急変時の対応」の場面

医療・介護・消防（救急）が円滑に連携することによって、在宅で療養生活を送る医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者の急変時にも、本人の意思も尊重された適切な対応が行われるようにする。

#### ◎「看取り」の場面

地域の住民が、在宅での看取り等について十分に認識・理解をしたうえで、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者の人生の最終段階における看取りが、本人の望む場所で行えるように、医療・看護関係者が、対象者本人（意思が示せない場合は、家族）と人生の最終段階における意思を共有し、それを実現できるように支援する。

## 市民や地域の役割

- 本人が人生の最終段階において、どのような医療・ケアを望んでいるのか、どのような人生を送りたいのかを日頃から家族など大切な人と共有しましょう。

## 評価指標と数値目標

評価指標	参考値 (令和2年度)	現状値 (令和5年度)	目標値 (令和8年度)
人生の最期の過ごし方について、自身の考えを家族や主治医などと「相談したことがある」「機会があれば相談したい」高齢者の割合 ※参考値は、「ぜひ相談したい」「機会があれば相談したい」高齢者の割合である。	54.5%	49.2%	55%
医療と介護の両方を必要とする患者(利用者)の「看取り」において、「本人が望む生き方」を尊重した医療ケアが提供できていると「感じている」「やや感じている」医療・介護職の割合	31.3%	34.5%	40%
職務従事者満足度(今の仕事)(平均点)	6.97点	6.77点	7点
職務従事者満足度(現在の生活)(平均点)	6.80点	6.58点	7点

## 第5章 施設整備の方向性

### (1) 養護老人ホーム

環境上の問題があり、かつ経済的に困窮し居宅での生活が困難な 65 歳以上の方を入所対象とする施設です。

#### 利用者の状況

各年4月1日現在

名称	定数	入所者数				入所率
		R3	R4	R5	平均	
大乘苑	60	45	43	40	42.7	71.1%
積徳苑	50	27	26	24	25.7	51.3%

#### 施設の整備方針

新規の整備はしない。

### (2) 生活支援ハウス

原則 60 歳以上のひとり暮らしの方、高齢者のみの世帯に属する方で、家族による援助を受けることが困難で独立して生活することに不安がある方を入所対象とする施設です。

#### 利用者の状況

各年4月1日現在

名称	定数	入所者数				入所率
		R3	R4	R5	平均	
なごみ荘	8	7	7	7	7.0	87.5%
ライフヴィラ望海	10	7	8	6	7.0	70.0%

#### 施設の整備方針

新規の整備はしない。

## 資料編

---

---

### 南島原市高齢者福祉計画策定に係るアンケート調査結果

---

※調査結果を掲載