

# 高齢期

心豊かで生きがいある未来を創る

## 方針

- 1 地域で活躍できる環境を整える
- 2 いつまでもすこやかで心豊かな生活を支援する
- 3 高齢者が安心して暮らせる環境を整える
- 4 とともに支え合う地域をつくる

# 高齢期（生きがいづくり）

## 方針1

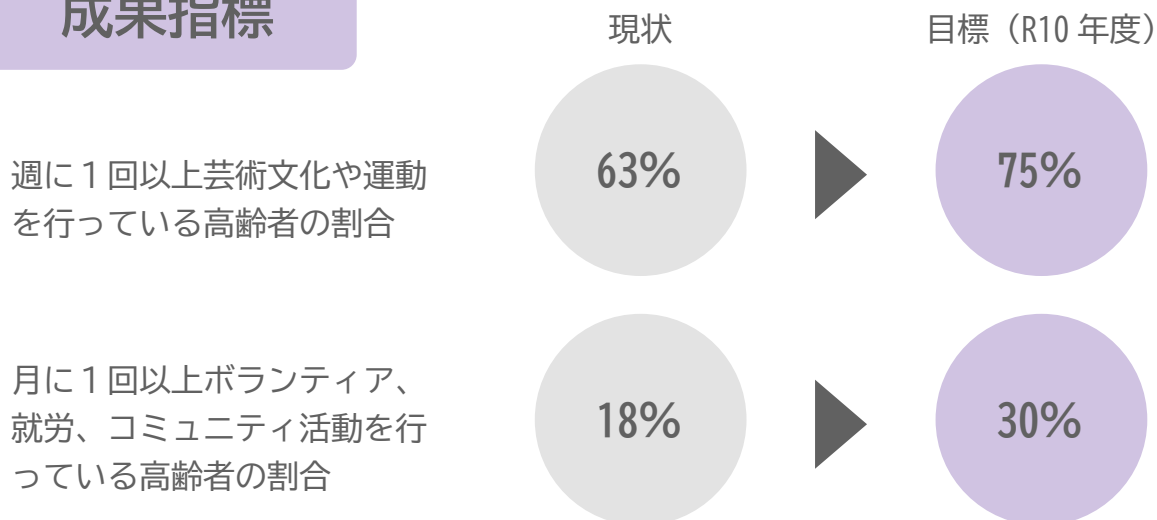
### 地域で活躍できる環境を整える



## 目指す姿

高齢者が積極的に地域社会に参画できる環境が整っており、自分らしく生きがいを持って暮らしている

## 成果指標



## 現状と課題

- ・高齢者が自分らしく生きがいのある生活を送ることができるよう、生きがいづくりと社会参加の場づくりが求められています。
- ・学びの場やスポーツ、芸術文化、ボランティア活動など高齢者が活躍できる機会の一層の充実を図るとともに、魅力ある新たな機会を創出し、生きがいづくりの取組や地域社会に参画しやすい環境づくりを進める必要があります。

## 取組1 文化やスポーツを通じた生きがいづくり

サークル活動や講座、読書ボランティア活動等の情報発信、シニア大学「山城塾」事業、まどかぴあ図書館の予約資料受取サービスなどを実施し、市民が生涯学習や読書活動に参加しやすい環境を提供します。また、高齢者が日常生活で継続して気軽に運動やスポーツができる環境の整備に取り組めます。

## 取組2 社会活動による地域でのつながりづくり

高齢者がそれぞれの能力や経験をいかし、生きがいを持って生活することができる環境を整備します。また、高齢者のニーズを踏まえた就業機会の確保に努めるなど、働く意欲のある高齢者を支援します。

### 関連する計画

高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画／芸術文化振興プラン／読書活動推進計画／スポーツ推進計画

### 関係課

すこやか長寿課／コミュニティ文化課／スポーツ課

## みんなができること

- 地域活動や生涯学習、スポーツなど、定期的に社会参加できる機会をつくる。
- 自分の能力や経験をいかすことができる場を見つける。

## 用語解説

### 【シニア大学「山城塾」】

60歳以上の人を対象として、人文科学、社会科学、自然科学、応用科学などの幅広い分野の講座を設け、社会参加の機会とし、生きがいづくりや生涯学習の促進を目的とした事業。

# 高齢期（健康・医療）

## 方針2

いつまでもすこやかで  
心豊かな生活を支援する



## 目指す姿

自身の心身の変化と向き合いながら、すこやかで心豊かに生活できている

## 成果指標



## 現状と課題

- ・特定健診・後期高齢者健診の受診や、各種健康教室・健康相談等への参加促進、適切な治療継続への支援などを通して、心身の状態把握や生活習慣病の重症化予防及び介護予防を推進していく必要があります。
- ・また、高齢化の進展や医療の高度化などにより、医療費などの社会保障費は増加傾向にあります。引き続き、医療保険制度の適切な運営や医療費の適正化を進めていく必要があります。

# 今後取り組むこと



## 取組1

### 市民に寄り添った健康サポート

後期高齢者健診の受診勧奨及び受診後の支援、介護予防教室や食事・運動に関する教室の開催、各種健康相談、健康増進室での運動指導などの取組を通して、フレイル予防、高齢者の健康保持・増進につなげます。

## 取組2

### 適正な医療保険制度の運営

国民健康保険及び後期高齢者医療制度の被保険者に対する各種医療給付事業を実施するとともに、医療保険制度の適正な運営に努め、安心して医療を受けられる環境を維持します。

## 関連する計画

データヘルス計画／健康・食育プラン／高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画／国民健康保険運営方針

## 関係課

健康課／すこやか長寿課／国保年金課

# みんなができること

- 自身の心身の状態を理解し、健康や体調の維持に努めるとともに、人との触れ合いや会話をする場を持つ。
- バランスのよい食事を心がけ、自分にあった好きな運動や楽しい運動を仲間と一緒に続ける。
- 定期的に予防接種や各種健（検）診を受け、健康管理に努める。

# 高齢期（介護保険）

## 方針3

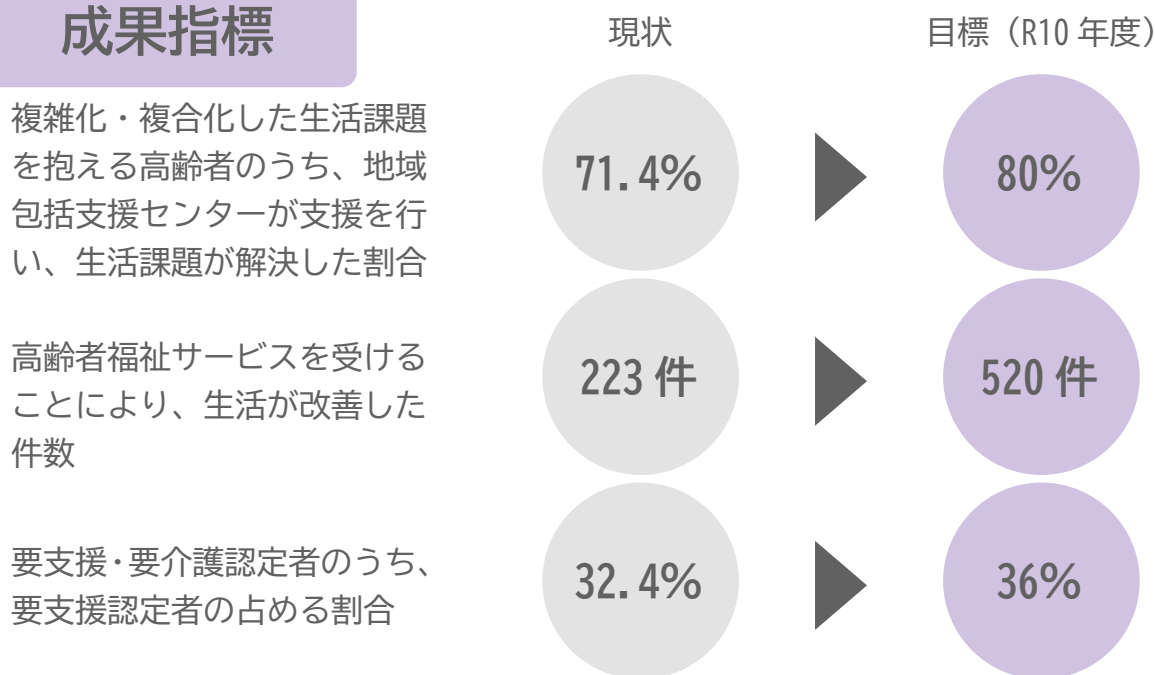
### 高齢者が安心して暮らせる環境を整える



## 目指す姿

自助、互助、共助、公助の力を最大限活用し、高齢者が自立した日常生活を営むことができる環境づくりが進められている

## 成果指標



## 現状と課題

- ・高齢者の増加に伴い、医療や介護などを必要とする高齢者に関する相談も増えていきます。高齢者の相談窓口となる地域包括支援センターの支援体制の充実を図り、住み慣れた地域で安心して生活を送ることができるよう、地域包括ケアシステムの更なる深化・推進に取り組む必要があります。
- ・また、介護を必要とする高齢者に確実なサービスの提供と円滑な保険給付を継続するために、介護保険の適切な運営や介護給付の適正化を進めていく必要があります。

## 取組1 安心して在宅生活を送るための取組

複雑化・複合化した生活課題に対応するため、高齢者の相談支援体制の充実に取り組めます。また、最低限度の生活を保障するとともに、高齢者が引き続き住み慣れた地域で生活できるよう、関係機関との連携や各種制度の活用により、生活支援や権利擁護支援などに取り組めます。

## 取組2 生活の困りごとを助ける事業

在宅の要介護認定者や一人暮らしの高齢者などの日常生活の更なる質の向上を図り、また、家族の介護等の負担を軽減するため、公助としての各種福祉サービスの充実に取り組めます。

## 取組3 適正な介護保険の運営

介護保険に関する相談や本市の介護保険被保険者の資格管理、給付などを適切に行い、共助としての介護保険事業を通して、高齢者の自立支援や重度化防止を図ります。また、介護サービス事業所への指導や介護給付の適正化を通して、介護給付費や介護保険料の増加抑制につなげます。

### 関連する計画

高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画／成年後見制度利用促進基本計画

### 関係課

すこやか長寿課／介護支援課／生活支援課

## みんなができること

- 困っていることがあれば、一人で悩まず、地域包括支援センターや地域の民生委員、福祉委員などに気軽に相談する。
- 近所づきあいを大切に、日頃から声を掛け合える関係づくりに努める。

## 用語解説

### 【地域包括ケアシステム】

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、医療、介護、住まい、介護予防・生活支援、地域包括支援センターの各分野の様々な事業やサービスが一体的に提供される体制。



# 高齢期（地域支援）

## 方針4

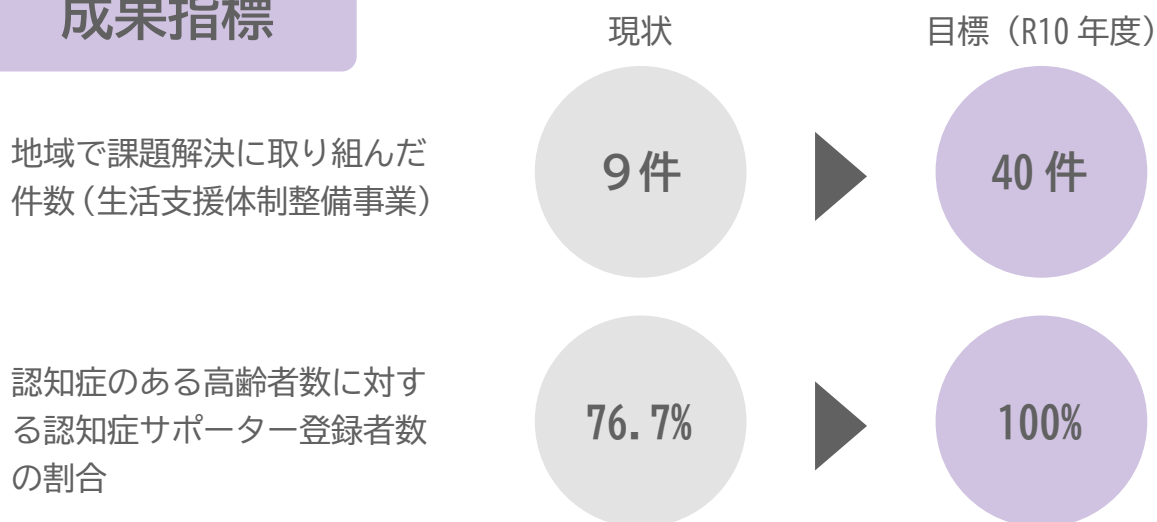
### ともに支え合う地域をつくる



## 目指す姿

多様な社会資源と連携・協力し、地域全体で高齢者を支え合う地域づくりが進められている

## 成果指標



## 現状と課題

- ・ 少子高齢化の進行により、支援を必要とする高齢者が増加する一方で、介護等の高齢者福祉に関わる人材の確保が今後難しくなっていくことが予想されます。そのため、公的サービスだけではなく、地域で暮らす人たちが共に支えあう仕組みづくりを進める必要があります。



## 取組 1

### 日常生活における地域課題の解決

一人暮らしの高齢者や高齢者夫婦、認知症のある人など、支援を必要とする高齢者に対して、住民相互による見守り活動や安否確認、外出支援、家事援助などの活動を行える地域づくりを推進します。

## 取組 2

### 認知症を理解し認め支え合うまちづくり

認知症の正しい知識や理解を深めた認知症サポーターの市民を多く養成するとともに、更なるスキルアップを図り支援者として養成し、認知症のある人やその家族のニーズに合わせて、見守りや話し相手、外出同行などを行う支援に取り組みます。

## 関連する計画

高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画

## 関係課

すこやか長寿課

## みんなができること

- 地域全体で共に支え合い、ちょっとした困り事を手助けできる活力ある地域をつくる。
- ボランティアや区、隣組、コミュニティなどの地域活動に積極的に参加する。
- 認知症のある高齢者が地域で生活を続けることができるよう、認知症の理解を深め、認め支え合う地域をつくる。

## 用語解説

### 【認知症サポーター】

認知症サポーター養成講座を受講し、認知症についての正しい知識や理解を深め、認知症のある人とその家族を地域で見守る人。

### 【生活支援体制整備事業】

地域の住民が各種団体、事業者等と連携しながら、主体的に地域課題を解決し、地域の高齢者の方を支えていく互助活動を行う事業。