



※各施策（一部施策を除く）の取組目標等は資料編P 148から記載しています。

高齢者が住み慣れた地域で最期まで自分らしく過ごしていくためには、高齢者自身が元気で心身ともに健康であることはもちろんのこと、自分の生活について高齢者が自ら選択していくことが最も重視され、その選択に対して本人、家族がどのように行動していくかが重要です。

そのため、わかりやすい情報提供や相談体制、高齢者の権利を守るための権利擁護の取り組みや、たとえ要介護状態になっても本人の生活を尊重し、本人の選択を受け止めながら支えていかななくてはならない家族介護者への支援も必要となります。

西東京市では、高齢者自らの選択を尊重するために、必要なときにはいつでも相談し、必要な支援が受けられるしくみを推進します。また、高齢者を支える家族介護者への支援など、高齢者が最期まで「自分らしく過ごせるまちの実現」を目指した様々な取り組みを推進していきます。

1 情報提供の充実

高齢者や高齢者の暮らしを支える家族にとって、日常生活の様々な悩み事や、どこに行けば求める支援やサービスが受けられるのかなど、気軽に相談できて、適切な支援を受けることができるしくみはとても重要です。支援を必要とする人が、必要なときに適切な支援を受けられるよう、関係機関や多職種の専門職などと市が連携・協力を深め、相談体制や情報提供の充実を図ります。

No.	施策名	施策内容
1	情報提供体制の強化	地域住民、関係機関・団体それぞれに向けて必要な情報が、適切に、タイムリーに伝わるしくみを強化します。研修会や講習会等の情報提供方法について、市報や窓口、ホームページ等の様々な情報通信技術を活用していきます。
2	出前講座の実施	自主グループや団体へ出前講座を積極的に実施し、ニーズをきっかけとした効率の良い介護予防や健康づくり等の支援を行います。 平成32年度末実施予定：高齢者支援課出前講座 開催回数 年40回・参加者数 年400人、西東京しゃきしゃき体操出前講座等健康教育 年14回
3	相談体制の充実	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、介護予防、住まい等の様々な相談に応じ、地域住民や自治会、地域福祉コーディネーター、民生委員、専門職等の多職種と地域包括支援センターや市が連携・協力を深め、総合的な相談体制を構築します。

2 権利擁護の取り組みの充実

認知症で判断能力が十分でない方はもちろんのこと、認知症でなくても、高齢者にとって、日常生活における契約や金銭管理等の場面では、なんらかの支援を必要とする場合があります。

高齢者の尊厳と主体性を尊重しながら、住み慣れた地域での生活を継続していただくために、権利擁護や成年後見制度の普及・啓発に取り組み、あんしん西東京と協働しながら、市民への普及啓発活動を推進します。

No.	施策名	施策内容
1	日常生活の自立支援と成年後見制度への移行支援	高齢者や障害のある方に対して、日常的な金銭管理や重要な書類の預かり、適切な福祉サービスの選択の支援など安心して自宅で生活ができるよう支援を行います。また、判断能力に応じて、成年後見制度への移行を支援します。 平成32年度末実施予定：日常生活自立支援事業 新規契約件数 年24件
2	権利擁護事業の普及啓発	パンフレットの配布やホームページへの掲載により、市民への普及啓発を実施します。また、消費者センターやパリティ等関係機関と連絡会を開催し、情報の共有を行い、意識啓発を進めます。 平成32年度末実施予定：権利擁護担当者連絡会 開催回数 年12回

3 高齢者虐待の防止

日々の介護によって介護者の心身の負担が大きくなり、高齢者虐待に至ってしまうこともあります。高齢者の尊厳を守り、要介護状態になっても安心して暮らすためには、高齢者虐待はあってはならないことです。西東京市では、高齢者に対する虐待を未然に防止するために、各関係機関と連携して検討し、支援のために必要な計画を作成していきます。また、市民に対する高齢者虐待防止の啓発活動を推進します。

No.	施策名	施策内容
1	高齢者虐待防止連絡会での施策の検討	高齢者が尊厳を保ちながら、住み慣れた地域で安心して生活するために、専門家や関係機関で構成する「高齢者虐待防止連絡会」において、虐待防止法に基づく調査結果の分析を行い、高齢者の虐待防止のための施策について検討し、必要な支援に結びつけます。また、関係機関との連携方法を具体化し、即応性、継続性のある支援を進めます。 平成32年度末実施予定：開催回数 年2回
2	高齢者虐待防止のための意識啓発	どのような行為が虐待にあたるのか、なぜ起こるのか、どのようにすれば防げるのかなどの基本的事項や、高齢者虐待の相談・通報先が地域包括支援センターであることをリーフレットなどで周知し、虐待についての意識啓発を進めます。また、「虐待防止キャンペーン」と題し、他課と連携して虐待防止の啓発活動を行います。 平成32年度末実施予定：虐待防止キャンペーン 開催回数 年1回 事業所への虐待防止出前講座については、実施していない事業所に対し重点的に実施を進めていく。

No.	施策名	施策内容
3	高齢者虐待に関する支援計画の評価と見直し	地域包括支援センターの社会福祉士を中心とする虐待対応モニタリング会議を定期的に行い、支援を必要とする高齢者の情報を共有するとともに対応の方向性を確認し、本人および家族への支援計画の評価と見直しを図ります。 平成32年度末実施予定：虐待対応モニタリング会議 開催回数 年16回（8包括で各2回ずつ開催）
4	介護施設従事者等への虐待に関する普及啓発	養介護施設従事者等へ向け、虐待の実態や対処の仕方を学ぶための研修を実施します。短い時間でも繰り返し研修を受けられるようにし、早期発見・対応（通報）の意識を高め、連携を図ります。

4 家族介護者への支援

家族などの介護者（ケアラー）のための相談の機会を充実します。家族介護者同士が集う機会を増やし、ネットワークをつくることにより交流の活発化を図り、介護者（ケアラー）の孤立防止や心身の負担軽減を図ります。医療ニーズが高い方の介護者支援としては後方支援病床の確保に取り組みます。また、介護技術の向上や情報提供を目的とした講習会を開催し、家族介護者への支援を行います。

No.	施策名	施策内容
1	家族会・介護者のつどいの支援	家族介護者が日常の不安などを解消できるように、高齢者を介護している家族同士が集う交流の機会や、情報提供や学びの機会としてサロンの開設など、場・機会の提供に向けて取り組みます。 平成32年度末実施予定：全包括で家族会を年6回以上開催、認知症カフェ 10団体
2	介護講習会の開催	家族介護者に対して、介護技術の向上や身体的、精神的負担の軽減を図るため、介護方法や介護予防、介護者の健康維持などについての知識や技術を習得できる介護講習会を開催します。 平成32年度末実施予定：参加者数 年15人
3	家族介護者等の専門相談事業の推進	高齢期の精神症状に悩む家族介護者や支援者が気軽に相談することができ、対応方法を知ることによって精神的負担の軽減を図れるよう、専門医による家族介護者等の専門相談事業を実施します。
4	家族介護慰労金	過去1年以上住民税非課税世帯に属し、一定の要件を満たして、市内に住所を有する高齢者を介護する家族に対し、在宅生活の継続および向上のために慰労金を支給します。
5	在宅療養者の安心できる体制の充実	在宅で療養する高齢者の生活の質の維持向上のため、在宅医療を担う地域の病院と診療所など、医療機関間の連携を進めるとともに、体調悪化時および家族の休養のために入院することができる病床の確保など、安心して療養生活を送るためのしくみづくりを進めます。 平成32年度末実施予定：病床数 5床
6	家族介護者を支えるためのしくみの検討	家族介護者が継続して介護を行うことができるように、居場所づくりや支援のあり方など、家族介護者を支えるためのしくみを作るための調査・研究等を行います。

※各施策（一部施策を除く）の取組目標等は資料編P 148から記載しています。

住み慣れた地域で生活するために基本となるのは、「すまいとすまい方」です。これは個人の選択に委ねられるものですが、例えば、医療サービスが必要な状態になった場合には、必要なサービスが提供される自宅以外の「住（す）まい」も地域の中になければなりません。また、一人ひとりの状況に応じた多種多様な「住（す）まい方」を支援することも重要となります。

併せて、高齢者への閉じこもり予防として、行きたい場所に行くことのできる外出しやすい環境づくり、災害時における安全確保や防犯対策などの対応も求められます。

西東京市では、このような高齢者の「すまいとすまい方」へのニーズに対応した支援や、安心して暮らせる住環境づくりに向けたしくみづくりを行っていきます。

1 多様な住まい方への支援

高齢者の状況に応じた「すまいとすまい方」を実現するための支援や住環境づくりを推進し、住み慣れた地域で安心して暮らせるような環境整備に取り組めます。また、在宅生活が困難な高齢者のためには、特別養護老人ホームなど要介護の状態に対応した施設の活用や、一人暮らしや高齢者夫婦世帯などで、住宅にお困りの方でも自立した安全な生活を送るためのシルバーピアの運営などの取り組みを行います。

一方で、高齢者向けの住宅や施設などの情報提供などにも併せて取り組んでいきます。

No.	施策名	施策内容
1	養護老人ホームへの入所	家庭環境や経済的な理由等により、自宅等での生活に支障がある高齢者に対して、養護老人ホームにおいて自立した日常生活を送ることができるよう支援します。
2	高齢者の住まい方に関する情報提供	高齢者向け住宅（サービス付き高齢者向け住宅など）や介護保険の施設系サービスの情報提供などをしていきます。
3	民間賃貸住宅を活用したセーフティネットの構築	一人暮らし高齢者や高齢者夫婦世帯などが住み慣れた地域で暮らすことができるように、民間賃貸住宅の入居の妨げになっている要因を解消し、入居後の安心した居住を支えるための重層的なセーフティネットの構築を図ります。 平成32年度末実施予定：居住支援協議会による支援
4	シルバーピアの運営	一人暮らし高齢者や高齢者夫婦世帯などのうち、住宅にお困りの方が自立して安全に日常生活が送れるよう、高齢者向けの設備が整い安否確認・緊急時対応などを行う生活援助員などを配置した8ヶ所のシルバーピアを運営します。

2 外出しやすい環境の整備

高齢者の閉じこもり予防として、行きたい場所に行くことのできる環境づくり、建築物や道路、公共交通機関などを移動しやすく安全に利用することができる環境整備を推進します。

No.	施策名	施策内容
1	高齢者への外出支援	介護認定で要支援・要介護の認定を受け、もしくは事業対象者に該当した高齢者等で一般の公共交通機関などの手段では外出が困難な方を対象に、介護予防、健康づくり、生きがいづくりなどを目的として、介助員を配置したリフト付きの福祉車両等による外出支援を行います。 平成 32 年度末実施予定：登録者数 60 人・利用延べ回数 年 400 回
2	安心して歩ける道路の整備の推進	高齢者などが安心して歩くことができる通過自動車が少ない生活道路にするため、都市計画道路を整備推進するとともに、つまずき転倒する要因となる老朽化した舗装を補修していきます。

3 いざというときのしくみづくり

災害時はもちろんのこと、高齢者が地域で安全・安心な生活を送るためには、日常生活における様々な危機管理や環境整備が求められます。日常的な防犯や消費者被害に対する住民の意識啓発とともに、災害発生時の備えとして、高齢者への避難支援を的確に行えるよう、日頃から関係機関や地域の防災市民組織などと連携し、避難行動要支援者の支援体制の整備に取り組みます。

また、一人暮らしや心身機能の低下に不安がある方への防災機器の設置や、認知症徘徊者への位置検索サービスなど、認知症や心身機能の低下が不安になっても、住み慣れた地域で高齢者が安心して暮らせるようなしくみづくりを推進します。

No.	施策名	施策内容
1	高齢者緊急通報システム・火災安全システム等の設置	慢性疾患により日常生活に注意が必要な 65 歳以上の一人暮らし高齢者等が安心して生活できるよう、家庭内での緊急事態を受信センターへ通報できる機器を設置し、救急・消防による救助等へつなげます。また、心身機能の低下に伴い防火の配慮が必要な 65 歳以上の一人暮らし高齢者等に住宅用防災機器を給付します。 平成 32 年度末実施予定：高齢者緊急通報システム年度末設置数 110 件・年間設置件数（火災警報機 1 件・自動消火装置 1 件・電磁調理器 10 件・ガス警報機 1 件）
2	認知症高齢者徘徊位置探索サービス	徘徊位置を早期に発見し、安全を確保することに役立てるとともに、介護者の負担の軽減を図るため、65 歳以上で認知症による徘徊行動が著しく、介護認定で要支援・要介護の認定を受け、もしくは事業対象者とされた高齢者を介護する方に、徘徊位置探索サービスを提供します。 平成 32 年度末実施予定：年度末利用者数 40 人

No.	施策名	施策内容
3	高齢者緊急短期入所サービス	介護する者の病気、けがその他の緊急事態により適切な介護を受けることができなくなったため、緊急に施設入所による保護が必要な高齢者に対して、高齢者施設などのベッドを確保しています。
4	災害時避難行動要支援者の支援体制の整備	災害時の避難に支援が必要な方々の名簿を作成し、警察、消防、地域包括支援センターなどで情報共有を図り、支援体制を整備します。
5	災害時における支援計画の作成	災害時における高齢者の身体の安全を確保するため、援護を必要とする高齢者（災害時避難行動要支援者）を状況別に把握し、緊急性の高い要支援者から個別避難支援プランをつくり、実効性のある支援計画を作っていきます。ささえあい訪問サービスと連携し、日頃から顔の見える関係で地域で助け合えるような体制づくりを引き続き進めます。
6	災害時における避難者受け入れ体制整備の検討	災害時における福祉避難施設や福祉施設などへの避難誘導や受け入れ、地域包括支援センターやケアマネジャー、サービス事業者との連携のあり方を検討し、円滑に受け入れを行うための体制整備を検討します。
7	地域の防犯体制の整備	高齢者の生活と財産を守るため、地域包括支援センターが中心となり関係機関との連携、地域住民の協力、「ささえあいネットワーク」の強化により地域の防犯体制を整備します。また、防犯ステッカー「動く防犯の眼」の配布や防犯活動団体に補助金を交付するなど、地域の防犯体制の強化を図ります。
8	防犯意識の啓発・情報提供	防犯意識向上のため、防犯講演会などを実施するとともに、広報、ホームページ、ポスターなど多様な媒体を通じて防犯啓発に努めます。なお、広報等で「振り込め詐欺等」に関する啓発、注意喚起も行います。
9	消費者保護のしくみづくり	消費者センターにおいて、消費生活に関する様々な問題や疑問について、専門の消費生活相談員が相談に応じます。



「いこいーな」
©シンエイ/西東京市

第3章

地域での生活を支えるしくみづくり

※各施策（一部施策を除く）の取組目標等は資料編 P 148 から記載しています。

介護度が軽い高齢者については、自発的な活動や助け合いの取り組みを通して、社会参加の機会が確保されたうえで、日常における生活支援や介護予防サービスの提供を受けることが望まれます。

これまでの介護予防では、身体機能や生活機能を重視してきましたが、これからは地域や社会に参加し、地域とのつながりの中にも重要です。地域社会と距離がある高齢者は、専門職の支援が必要な生活問題や、個人の問題を超えた生活困窮や家族問題などを抱えていることもあるため、高齢者の地域参加は、身体機能の低下を防止するだけでなく、介護予防の推進にとっても不可欠です。

一人暮らし高齢者や高齢者のみ世帯、認知症の方なども増加するなか、医療や介護のみならず、多様な介護予防や生活支援が必要となるため、西東京市では、高齢者が自分にあったものを、自ら積極的に取り組むことができるように施策を展開していきます。

1 地域参加の促進

高齢者が住み慣れた地域でいきいきとした暮らしを続けていくには、生きがいを持ち、活動的な生活を送ることが重要です。そのためには、自ら地域や社会に積極的に関わって社会的な役割を担い、高齢者自身が様々な活動の担い手として、地域で活躍できるしくみも必要です。したがって、地域のボランティアなどと連携してこれらの活動を支援し、地域資源を活用した高齢者の活動の場の確保や、就業や学習機会の充実なども含め、様々な場面での高齢者の社会参加を促進する活動を推進していきます。

<第7期 重点施策としての目標値>

	ささえあいネットワーク事業	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
1	高齢者の見守りネットワークである「ささえあいネットワーク」のしくみについて、自治会・町内会をはじめとした地域の様々な団体および事業所に普及啓発を行い、ささえあい協力団体として登録・活動してもらうことで、きめ細やかなネットワークの構築を目指します。また、民生委員や地域包括支援センター等と連携し、地域の見守り活動の充実を図ります。	ささえあい協力員・ささえあい訪問協力員登録者数 1,800人	1,900人	2,000人
		ささえあい協力団体 210団体	220団体	230団体

	生活支援体制整備事業	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
2	生活支援コーディネーターや協議体による地域の資源や生活支援の担い手の養成、関係者のネットワーク化を行います。また、地域のニーズを把握して、ニーズとサービスのマッチングを行い、不足するサービスや資源については開発を行います。	西東京市全域（第1層） 協議体実施回数 年1回	年1回	年1回

<ささえあいネットワーク懇話会>
「居場所を知ろう!」というテーマでグループに分かれ、地図に知っているサロンや人が集まっている場所を落とし込んで、伝えあいました。「初めて知った」「こんなことをしてるよ」などの会話が飛び交い、楽しみながら学ぶ機会となっています。



<その他の施策>

No.	施策名	施策内容
3	ボランティア活動、NPO活動への参加促進	元気な高齢者が持っている社会貢献意識を活かし、様々なボランティア活動やNPO活動への参加を促進します。また、ニーズの高い依頼に応えられるよう、社会福祉協議会、関係機関と連携してボランティアのコーディネート機能充実やボランティア確保のための講座・講習を実施し、高齢者の自己実現と地域での支え合いを進めます。また、市民協働推進センターにおいても、市民活動に関する相談や団体情報等の提供を行います。 なお、地域でのボランティア活動の充実を目指す西東京市シルバー人材センターと地域の支え合い活動の推進に向けて、連携を取り、生きがいづくりや社会参加への支援を図ります。 平成32年度末実施予定：ボランティア講座等開催 年6回
4	生きがい推進事業等の実施	高齢者の生きがいを持った暮らしを支援するため、公共施設において市主催の高齢者大学等を開催します。また、高齢者福祉大会を実施するほか、老人福祉センターと福祉会館で実施している各種講座やサークル活動の参加を通じて、地域で生きがいづくりや健康づくりができるような生きがい推進事業を展開します。
5	高齢者クラブ活動への支援	高齢者の生活を健全で豊かなものにするため、高齢者クラブが行う社会奉仕活動や教養の向上、健康増進への取り組みを支援します。また、高齢者の社会参加を促進するために、高齢者クラブの活性化に向けた取り組みも引き続き行っていきます。 平成32年度末実施予定：団体数 45団体・会員数 2,450人
6	高齢者の生きがいや交流につながる学習機会の充実	高齢者が教養・文化・スポーツ・レクリエーションなどの多様な活動に参加し、ふれあえる学習機会の充実に向けて取り組んでいきます。 図書館では来館が困難な方、来館されても本を持ち帰れない方などに本を自宅へお届けする宅配サービスに取り組みます。公民館では高齢者のニーズに応じた講座等を開設し、学習と交流の機会を提供します。市関連部署との連携はもとより、民間事業者、NPO、大学などとの連携も検討しながら、高齢者が興味を持ち、参加しやすい学習機会の提供を目指します。 平成32年度末実施予定：本の宅配協力員 30人、公民館講座 年2講座・延べ参加人数 年200人

No.	施策名	施策内容
7	高齢者の就業を通じた生きがいの推進	シルバー人材センターの運営を財政的に支援することにより、高齢者が就業を通じてその知識や技術を活かした公共的・公益的な活動を促進し、高齢者の生きがいづくりの機会の提供に努めます。 また、平成28年（2016年）4月より開始した介護予防・日常生活支援総合事業においては、市の独自の基準による訪問型サービス事業に従事できる「西東京市くらしヘルパー」の養成を推進します。 平成32年度末実施予定：シルバー人材センター就業延べ人員 162,000人、西東京市くらしヘルパー就業数 55人
8	人材育成の推進	高齢者の就業機会の拡大を図るため、健康で働く意欲と能力のある高齢者が、新たな職業に就くために必要な知識や技術を習得する研修・講習や訓練などを公共職業安定所（ハローワーク）と連携し支援します。 「西東京市まち・ひと・しごと創生総合戦略」では、シニア人材が活躍できるまちの検討を事業として位置づけ、平成29年度は株式会社セブン-イレブン・ジャパンとの連携協定に基づき、高齢者雇用の取り組みを実施しました。引き続きシニア人材の活躍できる場を支援します。
9	西東京就職情報コーナーの運営	高齢者が雇用関係を結ぶことを前提とした働き方の選択ができるように、就職相談を行い、職業を紹介する体制を今後も継続していきます。具体的には、公共職業安定所（ハローワーク）と連携し、地域職業相談室「就職情報コーナー」により、就職を支援します。
10	高齢者いきいきミニデイ事業の実施	高齢者に趣味、レクリエーション、学習等を通じた生きがい・地域との交流の場を提供し、「いきいきミニデイ」を実施する団体・協力者の取り組みを支援します。今後も既存の各団体と連携を取りながら適切に情報提供などを行い、事業を実施していきます。

2 介護予防・日常生活支援総合事業の推進

平成28年（2016年）4月から開始された介護予防・日常生活支援総合事業を、利用者の状況、地域の状況を踏まえ、各地域にある集いの場などとも連携しながら、専門職の支援なども積極的に取り入れつつ推進していきます。

具体的には、地域住民等がサービスの担い手となるよう、新たなサービスを提供するための人材発掘や介護支援ボランティアポイント制度など、地域での支え合いを進めるためのしくみを構築します。また、高齢者がサービス提供の担い手となることは、「心身機能」「活動」「参加」のそれぞれの要素へバランスよく働きかけることが可能であるため、担い手となる高齢者自身の介護予防の効果も期待できます。

<第7期 重点施策としての目標値>

	介護支援ボランティアポイント制度	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
1	高齢者による介護支援ボランティアを通じた地域貢献を奨励、支援することにより、高齢者自身の社会参加を通じた介護予防を推進します。さらに高齢者施設などのボランティアにも対象を拡充します。	介護支援ボランティア登録者数 360人	380人	400人
2	市独自基準の訪問型サービス	目標値		
	平成30年度	平成31年度	平成32年度	
	市独自の基準による訪問型サービス事業に従事できる「西東京市くらしヘルパー」の利用を推進します。	西東京市くらしヘルパー就業数 31人	43人	55人

<介護支援ボランティアポイント制度>
 市内在住の60歳以上の方を対象に登録を勧めています。地域参加を目的としたボランティア活動に参加すると、ポイントをためて換金できる制度です。定期的に説明会を実施したり、出前講座などで市民の方々に情報提供したりしています。



<その他の施策（総合事業のサービスメニューを含む）>

No.	施策名	施策内容
3	介護予防普及啓発事業 ・実施主体：市	身近な地域で介護予防に取り組めるよう福祉会館、老人福祉センターの運動器具の一般開放を継続して行います。また、「運動器の機能向上」、「口腔機能の向上」および「栄養改善」「認知症予防」などの通所によるプログラムを実施します。
4	街中いこいーなサロン ・実施主体：住民団体等	住民主体のボランティアが運営する、誰でも気軽に参加できるサロン活動です。 平成32年度未実施予定：全町に1つ以上の通いの場を整備
5	住民主体の訪問型サービス ・実施主体：住民団体等	住民主体のボランティアによる無料のサービス（市独自基準の訪問型サービスでは対応できない軽微なお手伝い）を検討します。
6	短期集中予防サービス ・実施主体：市	閉じこもりなどにより通所型サービスの利用が難しい方等に対し、理学療法士、歯科衛生士、管理栄養士などが訪問して相談・指導を行います。※概ね3～6ヶ月程度
7	新たなサービスの検討	専門職による短期集中での通所型サービス、介護予防・生活支援サービスと一体的に行う移動支援、地域における住民主体の介護予防活動の育成・支援、リハビリテーション専門職による介護予防の取り組みへの支援（地域リハビリテーション活動支援事業）などの新たなサービスについて検討します。

3 介護予防の促進

高齢者が住み慣れた地域で、充実した高齢期を過ごし、元気に暮らし続けていくためには、自らも心身ともに健康な生活を心がけ、積極的に社会参加に取り組み健康寿命を延伸することが大切です。そのための介護予防の取り組みとしては、これまで培われてきた地域の資源を活かしつつ、介護予防に対する市民の意識啓発を促進するとともに、さらなる魅力的なプログラムの研究や提供を充実させていきます。

また、健康な状態と介護が必要な状態の間地点のいわゆる虚弱のことを指すフレイルについては、早期に予防を行うことで健康寿命の延伸が期待できることから、自分自身で行えるフレイルチェックを市内で展開します。また、この運営を含めたフレイル予防・啓発の担い手として、元気な高齢者からフレイルサポーターを養成し、活躍の場を提供することで、高齢者自身の生きがいとなる取り組みを進めます。さらに、市が実施するフレイルチェックと並行して、地域の活動団体におけるフレイルチェックの自主化に取り組みます。

<第7期 重点施策としての目標値>

	フレイル予防の推進	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
1	介護の一手前のフレイル（虚弱）の段階から予防することによって、高齢者の健康寿命の延伸を目指します。 そのために、自身のフレイル状態を確認できるフレイルチェックなどの開催、フレイルチェックを運営するフレイルサポーターの養成を行います。さらに、地域団体におけるフレイルチェックの自主化にも取り組みます。	サポーターの 新規養成人数 40人	40人	40人

<フレイル予防の推進>

～元気に暮らせる時間を伸ばそう！～

年齢を重ね、心身の活力が低下した状態を「フレイル（虚弱）」といいます。多くの方が元気な状態からフレイルを経て要介護状態になります。「外出の機会が減った」「前より活動的でなくなった」と感じる人は、フレイルの可能性ががあります。フレイルに早く気付いて、日常生活を見直すことで、フレイルの進行を遅らせ、元気な状態に戻すことができます。

フレイル予防には、「運動」「栄養」「社会性」の三位一体での取り組みが必要です。まずは自分の健康状態や日々の生活を振り返ってみましょう。西東京市では東京大学高齢社会総合研究機構と連携協定を結び、フレイル予防事業を推進していきます。

<その他の施策>

No.	施策名	施策内容
2	生きがいづくりの場の整備・充実	身近な地域で誰もが生きがいづくりに取り組めるよう、福祉会館、老人福祉センターを生きがいづくりの場として整備します。具体的には健康体操、トレーニングマシン一般開放の効果検証や施設の有効活用を図ります。
3	介護予防に関する意識啓発の促進	介護予防の必要性や大切さを多様な媒体を通じて広報するとともに、西東京しゃきしゃき体操の一層の普及啓発を図ります。運動機能に関する予防のみではなく、栄養・口腔・精神面からの予防の普及啓発を行います。 平成32年度未実施予定：介護予防講演会開催 年1回・西東京市しゃきしゃき体操講座（出前講座を含む）開催回数 年48回
4	魅力ある継続性を重視したプログラムの研究	効果的かつ継続しやすく、また楽しくできる講座を提供事業者とともに研究しながら進めます。介護予防講座終了後も継続してセルフトレーニングができるようなプログラムを提供します。
5	高齢者生活状況調査の実施など	住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう見守りの体制を形成するため、民生委員などと協力し、高齢者の生活状況や健康状態などの調査を実施します。調査結果は、緊急時の対応や介護・福祉サービスの検討にも活かします。 また、国が示す介護予防・日常生活圏域ニーズ調査を毎年度実施します。
6	地域医療福祉拠点モデル事業	URひばりが丘団地をモデル地域として、UR都市機構が行政や地域関係者と連携し推進している地域医療福祉拠点化の取り組みと相まって、社会の変化に対応したまちづくりおよび共生できる環境づくりについて、共同で検討・研究します。



「いこいーな」
©シンエイ/西東京市

4 生活支援サービス等の充実

一人暮らし高齢者や高齢者夫婦のみ世帯、認知症の方、心身機能の低下に不安がある高齢者などが、地域で安心していきいきと暮らし続けられるよう、様々な生活支援サービスなどの介護保険外の福祉サービスの提供を推進します。

No.	施策名	施策内容
1	高齢者配食サービス	65歳以上の一人暮らしの方、65歳以上の高齢者のみの世帯の方、日中高齢者のみで過ごしている方で配食が必要と認められた方へ、バランスの良い食事と見守りのために昼食を配達します。 平成32年度末実施予定：年度末利用者数 1,492人
2	高齢者入浴券の支給	自宅に入浴設備のない65歳以上の一人暮らし高齢者と70歳以上の高齢者のみの世帯の方に対し、健康保持と保健衛生の向上を図るため、市内の公衆浴場で利用できる入浴券を支給します。 平成32年度末実施予定：年度末利用者数 100人
3	認知症およびねたきり高齢者等紙おむつ給付サービス	ねたきり高齢者などのいる世帯の精神的、経済的負担を軽減するため、在宅で常時おむつを使用する方に紙おむつを給付します。認知症により重度の介護が必要な状態で、常時おむつを使用される方も紙おむつを給付します。 平成32年度末実施予定：年度末利用者数 1,100人
4	高齢者等紙おむつ助成金交付	医療保険適用の病院に入院し、紙おむつの持ち込みが禁止で、紙おむつ代を病院に支払っている介護認定で要介護1以上の認定を受けた高齢者などに助成金を交付します。 平成32年度末実施予定：年間延べ利用者数 650人
5	ねたきり高齢者等寝具乾燥サービス	65歳以上のねたきり高齢者などの保健衛生の向上と介護負担を軽減するため、寝具乾燥などのサービスを実施します。 平成32年度末実施予定：年度末利用者数 20人
6	ねたきり高齢者理・美容券交付サービス	65歳以上のねたきり高齢者などの保健衛生の向上と介護負担を軽減するため、理・美容師が訪問して調髪・顔そり、またはカット・シャンプーを行うサービス券を交付します。 平成32年度末実施予定：年度末利用者数 210人
7	高齢者入浴サービス	介護認定で要介護3以上の認定を受けた65歳以上の方で介護保険の通所や訪問による入浴が困難な方に、健康保持と保健衛生の向上を図るため、通所による専門施設での入浴サービスを提供します。 平成32年度末実施予定：年度末利用者数 3人
8	高齢者日常生活用具等給付サービス	介護認定で非該当（自立）となった65歳以上の高齢者に、介護予防や在宅生活の継続を支援するため、日常生活に必要と認められる歩行補助杖、入浴補助用具、スロープ、歩行器、手すりを給付します。
9	自立支援住宅改修費給付サービス	介護認定で非該当（自立）となった65歳以上の高齢者のいる世帯に、介護予防と転倒予防などのため、手すりの取り付け、段差の解消、床材の変更などの簡易な住宅改修の給付を行います。
10	高齢者住宅改造費給付サービス	介護認定で要支援・要介護と認定され、もしくは事業対象者とされた65歳以上の高齢者のいる世帯に、転倒予防と介護負担の軽減などを図るため、介護保険サービスで対象外の浴槽や洗面台、流し台を交換する簡易な住宅改修の給付を行います。 平成32年度末実施予定：浴槽改修 年90件、流し・洗面台改修 年4件

※各施策（一部施策を除く）の取組目標等は資料編P 148から記載しています。

地域包括ケアシステムの浸透や高齢化の進展により、これからの西東京市では、できるだけ最期まで自宅で過ごしたいと希望する高齢者がさらに増加すると予想されます。

このため、医療ニーズがあり、さらに介護の度合いが重くなった状態になっても、在宅で暮らしていくためには、専門職によるチームケアを推進する必要があります。また一方で、市民に対しては、自身や家族が望む最期について考えることの重要性や、地域とのつながりの重要性などについても啓発していく必要があります。

1 多職種が連携する体制づくり

医療と介護が必要な在宅療養者に適切なサービスが提供され、安心して在宅療養生活が送れるよう、市民、多職種が協働で検討する会議を開催します。また、専門職向けの研修などを充実し、各専門分野の境界を越えた顔の見える関係づくりを推進することで、連携体制の構築を図ります。

<第7期 重点施策としての目標値>

	多職種の連携による顔の見える関係づくりの構築	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
1	医療・介護の連携の促進のため、課題に応じた研修を企画し、顔の見える関係づくりから現場で相談し合える関係づくりをしてチームケアの重要性を理解します。	リーダー研修10人 基礎研修64人 病院・在宅研修50人	リーダー研修10人 基礎研修64人 病院・在宅研修50人	リーダー研修10人 基礎研修64人 病院・在宅研修50人

<その他の施策>

No.	施策名	施策内容
2	多職種連携のための情報共有のしくみづくり	多職種が在宅で療養する高齢者の情報を円滑に共有するために、入退院時や在宅療養時の情報共有のルールづくりや、情報共有に関するシステムの在り方について検討し、多職種で共通に活用できるしくみづくりを図ります。
3	在宅療養に関する相談体制の充実	在宅療養に関する不安や課題に対応し、適切な医療介護のサービスにつなげるとともに、入退院時の円滑な移行ができるよう連携支援体制を構築します。また、在宅療養を支える医療機関、介護事業者などが円滑にサービスを提供できるようにコーディネート機能を充実させます。
4	在宅歯科医療連携の推進	長期の療養生活を必要とする利用者の口腔状態を把握し、早期の治療を促すとともに、その家族に対しても、定期的な口腔ケアの普及啓発などを行い、歯科医療と多職種との連携を進めます。 平成32年度未実施予定：在宅健診・診療の実施回数 年10件、研修会開催回数 年3回

2 市民への理解の促進

病院で最期を迎えることがあたり前になっている現状から、在宅療養という選択肢をそもそも考えていない方や、在宅で療養するためのサービスなどについて情報がなかったために、在宅療養を希望してもその実現は難しいと考えている方が多くいます。

このため、在宅療養を1つの選択肢として選択できるように、様々な形で情報を提供し、理解を促進します。

<第7期 重点施策としての目標値>

	在宅療養、終末期・看取りについての意識啓発	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
1	地域包括ケアシステムの根幹となる「本人の選択と本人・家族の心構え」の重要性について理解するために、市民向け講演会などを開催します。	講演会などの開催回数 年2回	年2回	年2回

<その他の施策>

No.	施策名	施策内容
2	かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局の周知	高齢者が身近な地域で健康診査や治療が受けられる体制を構築するため、高齢者それぞれの身体特性や生活習慣などをよく理解した、かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局の重要性を周知します。 平成32年度末実施予定：ホームページ掲載回数 年12回、医療マップ配布数 年99,000部
3	市民との協働啓発	在宅療養推進協議会の部会の一つである「市民との協働啓発部会」で、市民と専門職、行政が協働で、最期まで西東京市で暮らし続けるため、地域包括ケアシステムの主体となる市民への意識啓発事業を市民目線で検討を行います。

<在宅療養、終末期・看取りについての意識啓発>

～本人の選択と本人・家族の心構え～

在宅療養を推進するためには、サービス支援体制の構築や、医療と介護の連携なども重要ですが、「本人の選択と本人・家族の心構え」が基礎となります。人生の最期について考えることは難しいことかもしれませんが、自分の望むように暮らし続けるためには知っておかなければならないこと、覚悟しておかなければならないことがあります。年齢や病気の有無にかかわらず、自分はどうのように生きていきたいのかを考え、語り始めることの大切さを伝えていきたいと思っています。

(市報 H29 年 6 月 1 日号 在宅療養推進協議会・市民との協働啓発部会の記事より)

3 在宅療養の体制整備

在宅で療養する高齢者の増加が予測されることから在宅で安心して必要な医療や介護のサービスを利用できる環境の整備を進めます。

また、在宅療養者やその家族がいざというときにも安心できる体制の推進に取り組みます。

<第7期 重点施策としての目標値>

	在宅療養者の安心できる体制の充実（再掲）	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
1	在宅で療養する高齢者の生活の質の維持向上のため、在宅医療を担う地域の病院と診療所など、医療機関間の連携を進めるとともに、体調悪化時および家族の休養のために入院することができる病床の確保など、安心して療養生活を送るためのしくみづくりを進めます。	病床数 5床	5床	5床

<その他の施策>

No.	施策名	施策内容
2	在宅療養を支える人材の育成支援	在宅療養を支える体制の検討を行う「受け皿づくり部会」での検討をはじめ、体制の整備を担う人材を育成するための支援策を検討します。
3	在宅療養の機能・体制整備	在宅療養のしくみづくりのための終末期ケアを含めた機能・体制整備について検討します。



第5章

介護保険サービスの充実

※各施策（一部施策を除く）の取組目標等は資料編P 148から記載しています。

高齢化の進展による平均寿命の延伸や後期高齢者の増加、一人暮らし高齢者の増加などに伴い、介護保険サービスの需要は高まり、高齢者がそれぞれのニーズにあった適切なサービスを選択できる利用者本位のサービス提供が求められています。

西東京市では、必要なときに必要なサービスを受けることができるように、わかりやすい情報提供に取り組むほか、介護保険サービスの充実や介護基盤の整備に取り組み、さらには、サービスの質の確保・向上のためにも、サービス提供事業者などの運営状況やサービス提供状況を把握し、適切な指導・監督も行っていきます。

一方で、今後増加する介護ニーズに対応するためには、関係機関と連携し、多様な人材（離職者・求職者や潜在的有資格者など）を活かした介護従事者の量的確保を推進します。また同時に、介護給付を必要とする受給者を適切に認定し、受給者が真に必要とする過不足のないサービスを事業者が適切に提供するように促し、適正なサービス提供の確保と効率化などを通じて介護保険制度の信頼感を高められるよう努めます。

1 介護保険サービス提供体制の充実

西東京市で暮らす介護を必要とする高齢者が、安心して住み慣れた地域で暮らしていくために、介護保険サービスの提供体制を充実していきます。

No.	施策名	施策内容
1	提供事業者の参入誘致の推進	身近なところで介護保険サービスが利用できるよう、日常生活圏域などを勘案し、地域密着型サービスを提供する事業者の参入誘致を推進します。
2	介護保険連絡協議会の充実	介護保険関係者で組織した介護保険連絡協議会は、居宅介護支援事業者、訪問介護事業者、通所介護・通所リハビリ事業者、住宅改修・福祉用具事業者、介護保険施設事業者など10以上の分科会を設置しています。それぞれの分科会は年間1回～12回程度開催し、行政からの情報提供や講演会の開催などにより事業者のスキルアップを行うとともに、事業者相互間の情報共有および連絡体制の整備を行っています。今後も介護保険連絡協議会の開催を積極的に支援し、また、その内容も事例検討、ワークショップ、活動・研究発表など様々な形式を導入することにより、更なる内容の充実を図ります。
3	事業者情報の共有化の推進	サービス選択の機会を広げるため、介護保険連絡協議会を活用して情報交換の場を拡大し、サービス事業者に関する情報の共有化に取り組みます。

No.	施策名	施策内容
4	介護保険連絡協議会参加事業者への情報提供の充実および事業者の参加促進	介護保険連絡協議会の参加事業者を掲載した「介護保険事業者ガイドブック」を発行し、市民への配布とホームページへの掲載により、最新の情報を積極的に発信するとともに、新たな介護保険事業者の参加を促進します。
5	地域リハビリテーションネットワークの強化	住み慣れた地域で自分らしく生活するためのリハビリテーションの充実を図ります。急性期から回復期・維持期に至るまで、効果的なりハビリテーションの利用ができるように、病院や施設、在宅に携わる多職種がネットワークの構築を目指し、地域住民も含めた総合的な地域支援体制づくりに取り組みます。 平成32年度未実施予定：意見交換会参加者数 年30人、講演会参加者数 年50人
6	小規模多機能型居宅介護または看護小規模多機能型居宅介護の充実	利用者が安心して自宅で生活できるよう、「通い」を中心として、利用者の状態や希望に応じて「訪問」や「泊まり」を組み合わせたサービスを提供する小規模多機能型居宅介護、または「小規模多機能型居宅介護」と「訪問看護」を組み合わせるサービスを提供する看護小規模多機能型居宅介護のいずれか一方の充実を図ります。 平成32年度未実施予定：小規模多機能型居宅介護または看護小規模多機能型居宅介護いずれか1箇所（再掲）の導入
7	定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスの導入	日中・夜間を通じて、訪問介護と訪問看護の連携の下で、短時間の定期巡回型訪問と通報システムによる随時対応などを適宜・適切に組み合わせる新たなサービスの導入を目指します。
8	わかりやすい広報活動の充実	介護保険制度や介護保険サービスの周知を図り、制度への理解と適正なサービス利用ができるよう、市報やホームページ、手引きなどの媒体を通じて広報活動を行います。また、出前講座などによる市民への広報を積極的に実施します。
9	福祉機器等の展示	介護保険連絡協議会と連携して福祉機器などの展示会を開催し、最新機器の紹介や利用にあたっての相談などに応じます。
10	「介護の日」事業の実施	介護を身近なものとして理解を深めるとともに、地域での支え合いや交流を促進するため、市、社会福祉協議会、介護保険連絡協議会などが連携し、毎年11月11日の「介護の日」事業を継続して実施します。 また、「介護の日」事業の一環とし、永年にわたり介護保険に係る事業に従事し、西東京市民への功績が顕著であると認められる介護・看護職員に対して表彰を行い、感謝の意を表することを目的として「介護・看護永年従事者表彰」を実施します。
11	サービス事業者の質の向上	サービス事業者の質の向上を支援するため、介護保険連絡協議会などを通じた情報提供とともに、事例検討やワークショップ、活動・研究発表などの形式を取り入れた交流を進め、法令遵守と技術向上を図ります。

2 サービスの質の向上

サービスの質の確保・向上のため、福祉サービスの事業者に対する第三者評価システムの普及に努めます。また、ケアマネジメントの質の向上のため、ケアマネジャーおよび関係機関の連携体制やネットワークの構築を目的とした支援計画の策定に基づくケアマネジメント環境整備の推進や、介護保険サービスに携わる職員やケアマネジャーなどの質の向上のための研修や研究活動などの推進を支援します。

No.	施策名	施策内容
1	福祉サービス第三者評価の普及・推進	多くの事業者が第三者評価を受審し、その評価結果が公表されることにより、利用者の福祉サービスの選択の便を高め、事業者のサービスの質の向上を図れるよう福祉サービス第三者評価の普及に努めます。 平成32年度末実施予定：市の補助を受けて受審した事業所数 35事業所
2	ケアマネジメントの環境の整備	ケアマネジメントの質の向上、関係機関との連携体制の構築およびケアマネジャー同士のネットワークの構築などを目的として、地域包括支援センター、主任ケアマネジャー、行政の三者が協働で現場の課題を共有・検討し、支援計画を策定します。この計画に基づき、技術的支援やケアマネジャーなどを対象とした研修会の企画と開催支援につなげます。
3	講習や研修会の情報提供	ケアマネジャーや介護保険サービスに携わる職員の資質の向上を図るため、講習や研修会に関する情報提供を行います。
4	主任ケアマネジャーに関する質の向上の充実	主任ケアマネジャー研究協議会の研究活動（「制度・サービス資源」「質の向上」「医療と福祉の連携」「地域リレーションシップ」）を通し、西東京市のケアマネジメントの質の向上を図ります。 平成32年度末実施予定：主任ケアマネジャー研究協議会 4部会を適宜開催、三役会年6回開催、全体会 年2回開催

3 介護人材の確保

介護ニーズの増加に対応し、質の高いサービスを安定的に提供するために、介護従事者の専門性の向上のための人材育成や研修機会の確保に関する事業者啓発と、働く環境の整備など、職場への定着を促すための取り組みの推進を支援します。一方で、介護人材の量的な確保に向けて、関係機関と連携し、介護職の面接会、市民の資格取得支援などの支援策を検討していきます。

No.	施策名	施策内容
1	介護人材確保の支援策の検討	中長期的な介護人材の確保に向けて、介護職の面接会、市民の資格取得支援も含めた人材の量的確保を検討するとともに、介護職の専門性の向上を図ります。
2	介護従事者に対するワーク・ライフ・バランスの推進の支援	介護保険連絡協議会などによる講演会や、研修会を通じ、事業所の管理者や介護従事者双方に、個人の生活と仕事の両方を充実し、両立できるような「働き方改革」である「ワーク・ライフ・バランス推進」の普及、啓発に取り組むとともに、環境整備を支援します。
3	介護人材の育成・質の向上	ケアマネジャーの資質の向上、ホームヘルパーの養成・質的向上を図るため、研修会などの実施を通じて福祉サービスの充実を図ります。
4	サービス提供事業者に対する人材育成の意識啓発	ケアマネジャーや介護保険サービスに携わる職員が研修を受ける機会が確保されるよう、事業者に対し、人材育成について意識啓発と積極的な研修参加を促します。
5	ICTの活用による介護事業所の負担軽減等の支援	次世代介護機器の技術や介護業務の負担軽減に資するICTの活用事例について、介護事業所などへ情報提供や研修などを行い、介護職員の定着や負担軽減、高齢者の生活の質の向上につながる取り組みを支援します。

4 保険者機能の充実

適切な介護保険運営や要支援・要介護認定の適切な実施のため、認定調査員・主治医・介護認定審査会委員の研修などを充実させていきます。また、適正な介護給付のために、事業者への指導や検査、認定調査内容の点検なども強化していきます。

一方で、第1号被保険者の利用料負担の軽減も支援し、受給者が真に必要とする過不足のないサービスの提供に努めていきます。このような取り組みによって、西東京市では、保険者としての機能を充実させ、介護保険制度の信頼感を高められるよう取り組んでいきます。

No.	施策名	施策内容
1	地域密着型サービスの指導検査体制の強化	給付の適正化を図るため、近隣市とも情報を共有しながら、指導検査体制を強化していきます。
2	介護給付の適正化	適正な介護給付を行うため、引き続き認定調査結果の点検、利用者への給付費通知の発行、医療情報との突合・縦覧点検、ケアプラン点検などを実施します。 平成32年度末実施予定：給付費通知の実施 年1回、ケアプラン点検を管内の全事業所で実施（年20事業所程度）
3	低所得者の利用料の軽減	社会福祉法人などによる低所得者への負担軽減を実施し、介護保険サービスの利用などの際に自己負担額の軽減を行います。さらに、市独自の低所得者に対する軽減として、医療的なケアが必要で在宅療養生活を送る高齢者を支援するため、介護保険の訪問看護について自己負担額の軽減を行います。 平成32年度末実施予定：年1回の勸奨通知
4	保険料収納率向上の取り組み	保険料を滞納している被保険者に個別に制度の説明を行い、収納推進嘱託員などが訪問徴収するなど、きめ細かい収納率向上の取り組みを強化します。
5	認定調査員研修の充実	要介護認定の公平性・公正性を確保するため、市が直接行っている新規・変更申請者の認定調査について、認定調査員を確保するとともに、調査員研修などを充実させ、適正な認定調査を行います。
6	介護認定審査会の充実	介護認定の審査判定の平準化をさらに推進するため、保健・福祉・医療の専門家により構成されている介護認定審査会について、引き続き合議体の長の会議、審査会委員の研修などを実施します。

※各施策（一部施策を除く）の取組目標等は資料編P 148から記載しています。

「健康」であることは誰もが願うことですが、高齢期では心身機能の低下に不安を覚えたり、認知症になったりと、なかなか思うようには暮らせないこともあります。

充実した人生を送るためには、心身ともに健康な期間である健康寿命を延伸することが重要であり、健康意識の向上や自己管理の知識を住民に広めていく上で、健康指導などの「保健」の役割をこれまで以上に拡大していくことが大切です。

さらに、高齢者福祉の分野においては、身体的な支援に重点が置かれるケースが多いなか、実際には、社会的孤立や認知症などといった心理的・社会的な支援が必要となるケースに対するニーズがこれまで以上に大きくなっています。

西東京市では、高齢者を含む市民が日頃から健康づくりに取り組む自主活動の支援や、その環境整備に取り組む一方で、一人暮らしでも、認知症になっても、誰もが健やかに暮らせるまちの実現を目指したしくみづくりを推進します。

1 健康づくりの促進

健康で充実した人生にとって必要な健康寿命を伸ばしていくには、日ごろから「自分の健康は自分でつくり、守る」という意識と実践が肝心です。

こうした市民一人ひとりが主体的に行う健康づくりへの意識を、社会全体で支援し、高齢者が自分の健康状態や生活の状況に応じて健康増進に取り組めるよう、地域の健康に関する自主活動の支援や環境整備に努めます。

No.	施策名	施策内容
1	健康づくりに取り組む機会の提供（健康応援団・健康チャレンジ事業）	市民の主体的な健康づくりを応援するために設立した健康応援団、さらには、健康づくり活動に取り組むきっかけづくりとして行う健康チャレンジ事業を組み合わせ、市内で健康づくりに気軽に取り組める機会を増やします。 平成32年度末実施予定：健康チャレンジ事業参加者数 年500人
2	身近な生活エリアで取り組む健康づくりの推進（西東京しゃきしゃき体操、健康講座等の実施）	運動の習慣化・継続化のために、身近な生活エリアにおける健康体操（西東京しゃきしゃき体操）の出張講座など、小グループで気軽に行える健康づくりの場を提供します。また、公園などの身近な生活エリアでの健康づくりに取り組みます。生活に身近で気軽に参加できる健康講座を実施します。 平成32年度末実施予定：健康応援団登録数・自主グループ数 67団体、みどりの散策路めぐりなど実施・協力回数 年5回

No.	施策名	施策内容
3	スポーツ・レクリエーションの推進	高齢者の社会参加と健康維持のため、各種スポーツ大会の開催や無料で参加できる高齢者向け運動・体操プログラムの実施および情報提供を行い、スポーツ活動に参加する機会を提供します。 誰でも参加できる市民体カテストを実施し、スポーツを通じた健康・体力づくりを提案し、介護予防を推進します。 高齢者に社会参加の機会提供の場として、各種スポーツ大会やスポーツ事業を西東京市体育協会などと連携しながら実施します。
4	食の自立と健康的な生活を実践する取り組みの充実	健康で自立した生活を送るために、栄養バランス・料理技術を学ぶ料理教室や生活習慣病予防および健康づくりのための栄養・食生活相談を実施していきます。 高齢者配食サービス、食生活教室、料理教室の実施のほか、口腔ケアの重要性について意識の向上を図ります。 また、低栄養の高齢者に対しては訪問相談に取り組みます。 平成32年度末実施予定：支援する自主グループ団体数 5 団体、 集団指導 年 10 回（参加者数 100 人）
5	健康診査等の実施	高齢者が自らの健康状態を定期的に知り、自覚症状がない生活習慣病などの早期発見・早期治療を行うため、継続した受診を促します。また、がん検診や成人歯科検診などを引き続き実施していきます。 平成32年度末実施予定：64歳～74歳の特定健康診査受診率 60%、後期高齢者医療保険加入者受診率 東京都後期高齢者医療広域連合会が定める目標値
6	高齢者の感染症に対する予防・啓発	高齢者が感染症にかかると、肺炎などにより重篤化する可能性が高まります。感染症に対する知識の啓発や予防接種の勧奨を行います。 平成32年度末実施予定：高齢者インフルエンザ予防接種者 65歳以上 17,200人・60歳～65歳未満 20人、高齢者肺炎球菌予防接種者 [定期接種]65歳 1,550人・60歳～65歳未満 1人・[任意接種] 1,150人



「いごいな」
©シンエイ/西東京市

2 認知症の方などへの支援

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、認知症の方を支援し、見守りのある地域づくり推進のため、平成28年度より地域包括支援センターに配置された認知症地域支援推進員とともに市民に向けた認知症に関する啓発活動や、講座の開催、認知症サポーターの育成などに積極的に取り組み、さらなる認知症対策の充実を推進します。

<第7期 重点施策としての目標値>

	認知症サポーターの育成支援	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
1	地域の人々が、認知症について正しく理解し、認知症本人やその家族を温かく見守ることができるよう、認知症サポーターの養成を行います。	(新規登録者) 認知症サポーター 1,500人	1,500人	1,500人
	また、養成講座の学びをさらに深めることのできるステップアップ講座を実施し、認知症サポーター・ボランティアの登録を促進し、活動支援を図ります。	(新規登録者) 認知症サポーター・ ボランティア登録者 30人	30人	30人
2	認知症初期集中支援チーム事業	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
	多職種で構成された認知症初期集中支援チームが、認知症の人を適切な医療・介護サービスにつなげるなどの支援を集中的に行い、自立生活をサポートします。	(対象件数) 7件	8件	9件
3	認知症カフェの普及	目標値		
		平成30年度	平成31年度	平成32年度
	認知症の人やその家族、地域の人や専門職がお互いに理解し合い、情報共有できる場の普及に取り組みます。	(実施団体数) 6団体	8団体	10団体

<その他の施策と目標>

No.	施策名	施策内容
4	認知症支援コーディネーターの配置	市に認知症支援コーディネーターを配置し、認知症の疑いのある方を把握、訪問し、状態に応じて適切な医療・介護サービスに繋がります。このような取り組みでも解決できない方については、北多摩北部医療圏の認知症疾患医療センターに配置する認知症アウトリーチチームと協働し、認知症の早期発見・早期診断に取り組んでいきます。 平成32年度末実施予定：相談件数 年5件（うちアウトリーチチームとの連携・訪問回数 年5件）
5	認知症に関する意識啓発および講座等の実施	認知症を予防するための知識を幅広く地域住民に普及・啓発し、日常生活の中での生活習慣病を予防する意識の向上を図るとともに、認知症への理解を深めます。 平成32年度末実施予定：認知症講演会 年1回・参加者数 150人
6	若年性認知症施策の推進	若年性認知症の特性に配慮し、家族の集いや講演会の開催、認知症カフェなどのサポート体制づくりを推進し、本人や関係者が交流できる居場所づくりなどに取り組みます。

No.	施策名	施策内容
7	標準的な認知症ケアパスの普及	認知症の方を支える取り組みを整理し、疾患の進行に合わせてどのような医療・介護サービスを受けることができるのかを明示した認知症ケアパスを作成しました。今後は広く認知症の普及・啓発を推進するため、認知症ケアパスの配布を行います。平成32年度末実施予定：3,000部配布
8	「みまもりシール」の配付	認知症で行方不明になったことがある方、または認知症で行方不明になるおそれのある方を対象に、申請者固有の番号が記載された反射シールとアイロンシールを配付し、行方不明時にできるだけ早く身元が判明し自宅に戻ることができるよう取り組みます。
9	認知症チェックサイトの普及	市民が認知症などの問題に対し携帯電話やスマートフォン、パソコンで気軽にチェックできる環境を整備し、認知症の早期発見・早期受診を図ります。
10	認知症地域支援推進員の配置	市・各地域包括支援センターに認知症地域支援推進員を配置し、認知症疾患医療センターを含む医療機関、介護サービス・地域の支援機関の間の連携のための支援、認知症の人や家族を支援する相談業務などを行います。
11	あんしん声かけ体験	認知症の方の行方不明模擬捜索活動を通じて、認知症の方への声のかけ方や接し方を理解し、安心して生活できる地域づくりなどに取り組みます。

運動・活動で認知症予防に取り組みましょう

認知症の多くは、生活スタイルを改善し健康的な生活を送ることで予防が可能と言われています。認知症を防ぐポイントをご紹介します。



食生活に気をつけましょう

塩分を控えめに、魚、野菜、果物を取り入れて、バランスのよい食事を心がけましょう。

適度な運動を心がけましょう

ウォーキングや体操などの運動を継続的に行いましょう。運動をしながら頭を使うと、効果が高まります。



人と積極的に交流しましょう

地域の活動や市が行っている介護予防講座などに参加し、積極的に人と会う機会を持ちましょう。

生活を楽しみましょう

旅行をしたり、趣味を充実させたり、さまざまな活動を通して生活を楽しみましょう。



※各施策（一部施策を除く）の取組目標等は資料編P 148から記載しています。

現在、我が国が進めている地域包括ケアシステムにおいては、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすために、自助・互助・共助・公助の点から、特に地域では、お互いに助け合い、支え合うしくみづくりを進めることが求められています。

西東京市では、地域の中で潜在的に存在している高齢者自身による積極的な社会参加や支え合いの活動に対して積極的な働きかけを行うことで、住民の取り組みを側面的に支援し、地域活動を活性化させ、さらには地域で支え合うしくみづくりを推進していきます。

また今後は、子育てと介護を同時に抱えるダブルケアや、経済的な問題を抱える世帯における介護問題など、多様化・複雑化する課題に総合的に対処していく必要があることから、分野を超えて、地域に遍在する諸課題を検討する体制や支援体制の構築が必要となります。このため、協働の中核を担う地域包括支援センターを中心として、「地域共生社会」の促進に努めます。

1 地域ぐるみで支え合うしくみづくり

地域に暮らす住民が、互いに思いやりを持って支え合う活動を支援するため、高齢者を地域の中で見守る活動などについても充実を図り、これらの活動を支えるボランティアやNPOなどの育成なども推進します。また、関係機関と協力しながら、地域活動の拠点の整備や多世代間での交流なども促進します。

さらに今期からは、市民同士で自分の虚弱状態をチェックしあうフレイル予防をきっかけに、既存の介護予防事業をはじめとする取り組みや地域の団体活動とつなげることで、地域における支え合いのしくみづくりを行います。

No.	施策名	施策内容
1	自主グループの育成、活動支援	地域住民が身近な場所で気軽に介護予防に取り組むことができるように、介護予防のための自主グループの立ち上げを支援します。 また、活動を継続していくなかで生じた問題などについて、相談の対応や必要な支援を行います。
2	地域での支え合い活動の推進	地域が抱える様々な問題の解決や、介護保険制度の改正に伴い住民主体の相互の助け合いの必要性が高まるなかで、既存の地域の支え合いに関する事業（「ほっとするまちネットワークシステム」「ふれあいのまちづくり事業」「ささえあいネットワーク」など）間の連携を強化して、支え合い活動の促進・支援・育成に積極的に取り組むとともに、システムの統合や再構築などについても検討を行います。 平成32年度末実施予定：第1層協議体実施回数 年1回

No.	施策名	施策内容
3	ボランティアの育成・活用	住民同士が支え、助け合う活動を充実させるため、社会福祉協議会のボランティア・市民活動センターのほか、市の各種事業においてもボランティアの育成・活用の機会の拡充を図ります。また、こうしたボランティアのコーディネートの機能を一層充実させ、施設や特定の活動に限らず、地域の様々なところで活躍してもらえるようしくみづくりに取り組みます。 平成32年度末実施予定：ボランティア講座など開催回数 年6回
4	多世代の交流促進	多世代交流を進めるため、様々な年代が参加できる老人福祉センターの事業や地域イベントの開催、幼稚園・保育園・小中学校の子どもたちが高齢者施設の訪問などを実施します。
5	NPO等の育成・連携	西東京市のNPOなどの多くは、社会貢献意向に基づいた活動に取り組んでいますが、NPOなどへの様々な支援を行い、新たな活動の担い手の育成や市民活動のより一層の活性化を図ります。 平成32年度末実施予定：ゆめサロン 年2回、講座セミナー 年2～3回、おとばミディサロン 年12回、サロンスペースの提供 随時、機材の貸出・提供 随時、メールボックスの提供 年90回、機関紙の発行 年6回、イベント情報の発行 年12回、ホームページでの情報提供 随時
6	地域活動の拠点の整備（社会福祉協議会との連携）	支え合う地域社会の形成の土台として、サロンやいきいきミニデイなどの、地域住民が集い、交流し、生きがい活動を行う場や拠点を増やすことでより多くの住民が集まれるよう支援します。また、地域住民が地域の相談に応じるなど地域課題の解決に取り組み、地域の拠点が地域住民の主体的な活動の場となることのできるよう支援します。
7	地域の見守り活動の充実	高齢者の見守りネットワークである「ささえあいネットワーク」のしくみについて、自治会・町内会をはじめとした地域の様々な団体および事業所に普及啓発を行い、ささえあい協力団体として登録・活動してもらうことで、きめ細やかなネットワークの構築を目指します。また、民生委員や地域包括支援センター、生活支援コーディネーターなどと連携し、地域の見守り活動の充実を図ります。
8	フレイル予防の推進（再掲）	介護の一手手前のフレイル（虚弱）の段階から予防することによって、高齢者の健康寿命の延伸を目指します。 そのために、自身のフレイル状態を確認できるフレイルチェックなどの開催、フレイルチェックを運営するフレイルサポーターの養成を行います。 平成32年度末実施予定：サポーターの新規養成人数 40人

2 地域共生社会の促進

高齢者だけでなく障害者なども含め地域で支え合う「地域共生社会」を促進するために、地域ケア会議などの会議体を活用し、各関係機関の連携強化を図り、地域づくりや社会資源の充実などの検討を行います。また、現在市内に8か所ある地域包括支援センターにおいても、地域包括ケアシステムにおける中核的な機関としての役割やセンター間の連携を強化するとともに、職員の専門性向上など、地域包括支援センターの機能強化を図ります。

No.	施策名	施策内容
1	地域ケア会議の推進	個別ケースの課題分析および高齢者の自立支援に資するケアマネジメント対策を行うことによって地域課題を把握し、地域住民をはじめとする様々な関係機関と連携して、地域づくりや社会資源の開発・充実などの検討を行います。 平成32年度末実施予定：地域ケア会議Ⅰ 平成30年度までに数値目標を検討、地域ケア会議Ⅱ 各包括にて年1回実施、地域ケア会議Ⅲ 年1～2回実施
2	障害者施策から高齢者施策まで切れ目のない支援	富士町福祉会館と保谷障害者福祉センターとの合築について、合築施設の機能・規模などの検討を継続します。 また、共生型サービスについて検討をします。
3	地域包括支援センターの機能強化	市内8か所に設置されている地域包括支援センターでは、地域包括ケアシステムにおける中核的な機関として、総合相談支援業務、権利擁護業務、包括的・継続的ケアマネジメント支援業務、介護予防ケアマネジメント業務などを行っています。 高齢化の進行、それに伴う相談件数の増加などを勘案し、センターに対する人員体制を業務量に応じて適切に配置します。 地域ケア会議の推進、在宅医療・介護の連携強化、認知症施策の推進を図るなかで、それぞれのセンターの役割に応じた運営体制の強化を図り、効率的かつ効果的な運営を目指します。地域包括支援センターがより充実した機能を果たしていくため、運営協議会による評価の取り組みやPDCAの充実など、計画的な評価・点検の取り組みを強化します。
4	関連機関との連携強化	介護保険や保健福祉サービスに関する解決困難な苦情・相談に対して、関連機関の連携強化を図ります。
5	地域共生社会に関する周知啓発	地域共生社会に関する市民や関係者への周知啓発のためのシンポジウムなどを関係部署・関係機関と連携して実施します。
6	民間活力の活用促進	平成30年度以降、旧泉小学校跡地において、高齢者福祉機能も含め、西東京市における医療・介護など拠点の方向性を定め、民間事業者などによる施設整備に向けた取り組みを進めます。