

第2部

基本理念の実現に 向けた施策の展開

第1章 生きがい活動とフレイル予防の推進

第2章 生活支援体制の充実

第3章 認知症施策の推進

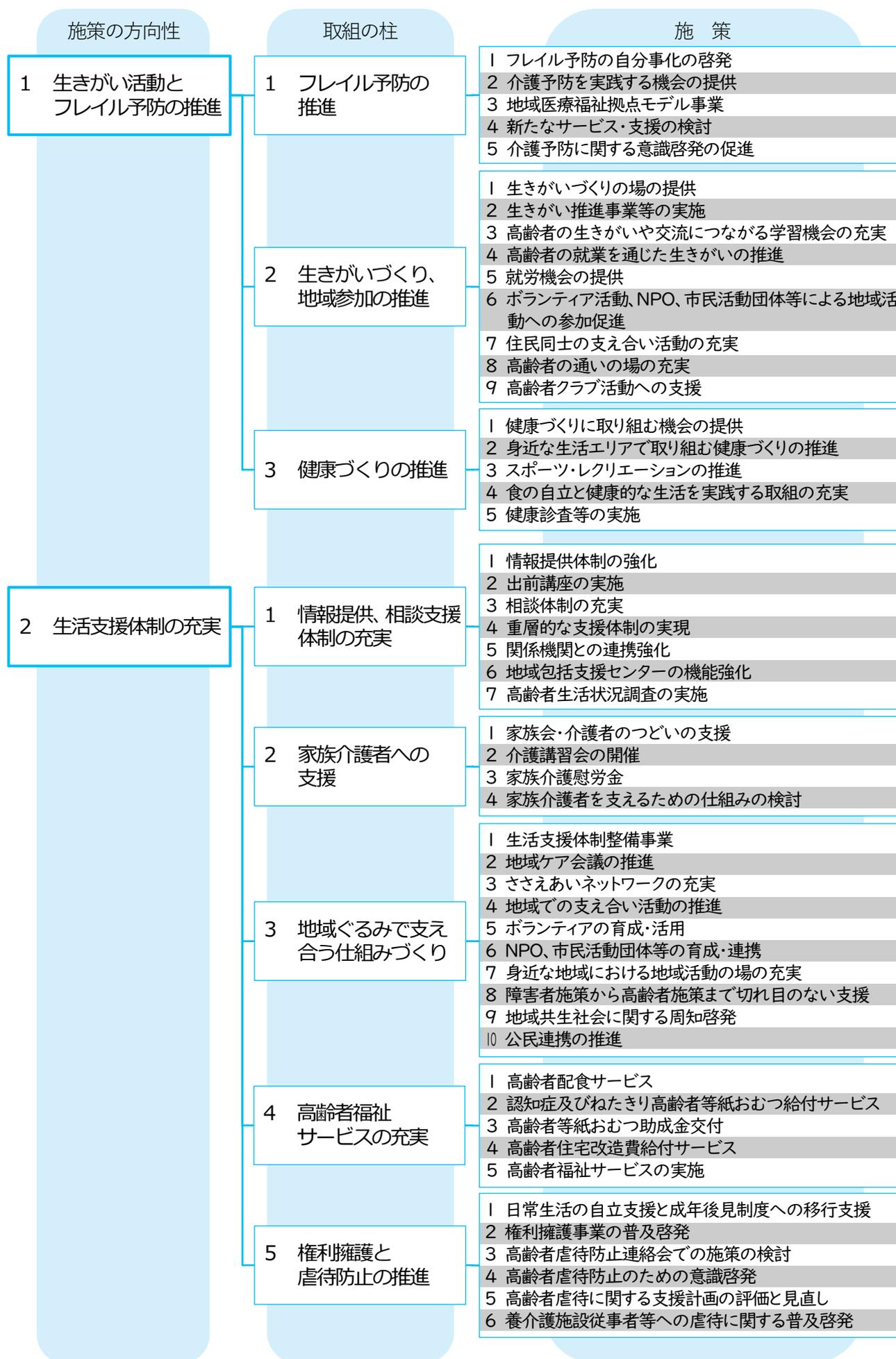
第4章 在宅療養体制の充実

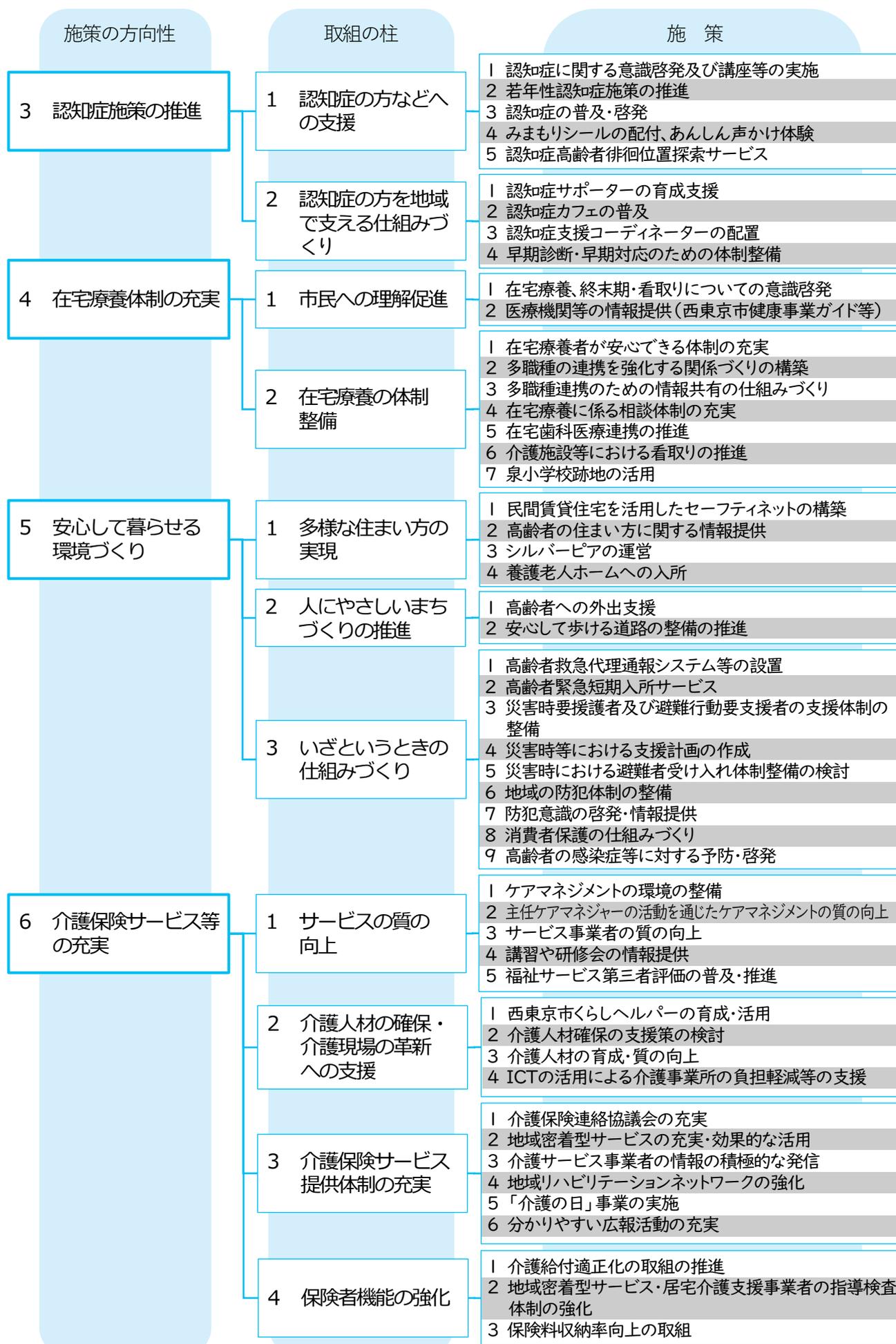
第5章 安心して暮らせる環境づくり

第6章 介護保険サービス等の充実

健康とからだの健康
西東京市
フレイル予
健康長寿

■施策体系図





第1章 生きがい活動とフレイル予防の推進

1 フレイル予防の推進

高齢者が住み慣れた地域、なじみの環境の中で元気に暮らし続けていけるよう、介護予防に対する市民の意識啓発を促進します。また、併せて、介護の一手手前のフレイルの段階からの予防の取組を促進し、栄養（食・口腔）、運動、社会参加に一体的に取り組むことで、高齢者の健康寿命の延伸を目指します。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|-----------------|---|
| 1 | フレイル予防の自分事化の啓発 | 自らフレイル予防に取り組めるよう、自分事化を促すフレイルチェックなどの開催回数を増やすとともに、運営するフレイルサポーターを更に養成します。 また、地域包括支援センターとともに、団地や自治会など地域に密着した場での開催にも取り組みます。 |
| 2 | 介護予防を実践する機会の提供 | 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、いきいき百歳体操、西東京しゃきしゃき体操を始めとする自主グループの立ち上げ支援を行います。 また、栄養（食・口腔）、運動、社会参加の視点をもったミニ講座を始めとする予防事業とフレイルチェックを連携して実施します。 |
| 3 | 地域医療福祉拠点モデル事業 | URひばりが丘団地を活用してのフレイル予防等対策をモデル事業として、地域における医療・介護・福祉の連携拠点モデルについての検討を進めていきます。 |
| 4 | 新たなサービス・支援の検討 | 専門職による短期集中での訪問型・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組への支援（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や支援について検討します。 |
| 5 | 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し、普及啓発を図ります。 また、効果的で継続しやすく、楽しくできる講座を提供するとともに、講座終了後にも継続してトレーニングできるようなプログラムを提供します。 |

COLUMN フレイル予防のすすめ

フレイルとは、健康と要介護の間で筋力や活力が衰えた状態です。フレイルの兆候を早期に発見して、健康寿命の延伸を目指しましょう！

フレイルチェックを受けてみませんか？

御自身のフレイルの状態をチェックしていつまでも元気であるために、西東京市では東京大学高齢社会総合研究機構と共同で「フレイルチェック」を開催しています。

このチェックは質問形式と計器を使って、専門の指導を受けた市民のサポーターと一緒に楽しく筋肉量等を計測できます。

興味のある方は市報や市ホームページをチェックしてください。

2 生きがいづくり、地域参加の推進

高齢者が住み慣れた地域、なじみの環境の中でいきいきとした暮らしを続けていくためには、生きがいを持ち、活動的な生活を送ることが重要です。

高齢者一人ひとりがそれぞれの興味や関心、趣味や特技、知識や経験に基づいて、趣味活動やサークル活動、ボランティア活動や就労など様々な活動への参加につながるための機会の提供を行い、高齢者の社会参加を推進します。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|-------------------------|--|
| 1 | 生きがいづくりの場の提供 | 高齢者が生きがいをもって活動的な生活を送ることにより、社会とのつながりを持ち、フレイル予防につなげていけるよう、生きがいづくりの場を提供します。 |
| 2 | 生きがい推進事業等の実施 | 高齢者大学や各種講座、サークル活動の参加を通じて、高齢者が地域で生きがいづくりや健康づくりができる場を提供します。 |
| 3 | 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、触れ合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、高齢者に様々な学習と交流の機会を提供し、豊かな人間関係を形成しながら地域活動に参加していくことを支援します。高齢者の課題を取り上げた講座や、多世代が交流する事業、地域参加につながる事業などを実施します。 |
| 4 | 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生かした公共的・公益的な活動を促進します。また、令和2年（2020年）5月より開設している「福祉丸ごと相談窓口」内に「生涯現役応援窓口」を設置し、生きがいや社会参加という意義を求めた働き方を含む様々な就労形態の希望に対して、情報提供やハローワークとの連携による就職支援、就職後の職場訪問等のアフターフォローを行う伴走型支援を行います。 |
| 5 | 就労機会の提供 | 高齢者の就業機会の拡大を図るため、働く意欲のある高齢者が、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）や東京しごと財団と連携し支援します。 また、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。 引き続き、株式会社セブン-イレブン・ジャパンとの地域活性化包括連携協定に基づき、シニア向け「お仕事説明会」を開催するなど、高齢者の就労支援の取組を推進します。 |

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|-----------------------------------|---|
| 6 | ボランティア活動、NPO、市民活動団体等による地域活動への参加促進 | <p>高齢者の知識や経験に基づいて、様々なボランティア活動やNPO、市民活動団体等による地域活動への参加を促進します。</p> <p>市民協働推進センターゆめこらぼにおいて、地域活動に関する相談や団体情報等の提供を行うことで、元気な高齢者が持っている社会貢献意識を生かし、様々な地域活動や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、NPO、市民活動団体、地域コミュニティ、社会福祉協議会、関係機関等と連携し、地域参加コーディネート機能の充実や、参加促進のための講座・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。</p> <p>なお、地域でのボランティア活動の充実を目指す西東京ボランティア・市民活動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も図ります。</p> |
| 7 | 住民同士の支え合い活動の充実 | <p>高齢者が地域におけるボランティア活動に参加することにより介護予防を推進する「介護支援ボランティアポイント制度」の充実、住民主体のボランティアがちょっとした生活支援を行う「住民主体の訪問型サービス」への補助による活動の活性化等を通じて、住民同士が支え合う地域づくりを行います。</p> |
| 8 | 高齢者の通いの場の充実 | <p>「街中いきいーなサロン」や「地域の縁側プロジェクト」等高齢者の通いの場の充実を図ります。併せて高齢者が参加しやすいよう、「街中いきいーなサロン」や「地域の縁側プロジェクト」、「いきいきミニデイ」に登録している団体のみでなく、高齢者の通いの場の情報を広く収集し、整理して発信していきます。</p> |
| 9 | 高齢者クラブ活動への支援 | <p>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、健康増進への取組を支援します。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組も引き続き行っていきます。</p> |

COLUMN

街中いきいーなサロンに参加しませんか？

街中いきいーなサロンは、住民の方が主体となって運営している通いの場（サロン）です。

参加するための事前登録は不要で、子どもから高齢者まで、どなたでもふらっと気軽に参加できるのが特徴です。

公共施設や団地の集会所、代表者の自宅等、市内の色々な場所で月に1回以上、定期的で開催されています。内容は、体操や茶話会、歌声喫茶や健康麻雀、傾聴活動等、サロンごとに様々な活動をしています。

市では、地域において通いの場が活発に運営されるよう、街中いきいーなサロンの運営団体に補助を行っています。

3 健康づくりの推進

市民一人ひとりが主体的に行う健康づくりを地域全体で支援し、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、第2次西東京市健康づくり推進プラン後期計画におけるがん予防やメタボリックシンドローム等の予防、飲酒や喫煙等の分野別の健康づくりと連動しながら、地域で行われる健康に関する自主活動の支援や環境整備に努めます。

また、令和2年（2020年）4月に健康保険法等の一部を改正する法律が公布されたことに伴い、高齢者の心身の多様な課題に対応し、きめ細かな支援を実施するため、高齢者の保健事業と介護予防事業を一体的に実施することが求められており、その仕組みづくりや、健康寿命延伸に向けた具体的な取組の検討を行います。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|-----------------------|---|
| 1 | 健康づくりに取り組む機会の提供 | 健康づくり活動に取り組むきっかけづくりとして健康チャレンジ事業等を実施し、市民が健康づくりに気軽に取り組める機会を増やします。 |
| 2 | 身近な生活エリアで取り組む健康づくりの推進 | 定期的な体操講座や出前講座を実施し、健康づくりに取り組む機会を増やします。 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。 |
| 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、各種スポーツ大会やスポーツ事業の開催及び情報提供を行い、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力テストを実施し、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組の充実 | 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及び健康づくりのための栄養・食生活相談を実施します。また、口腔ケアの重要性について意識の向上を図ります。 保健師等を活用し、健康・栄養などを身近で相談できる取組を充実します。 |
| 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健診なども引き続き実施し、健康寿命の延伸に努めます。 |

第2章 生活支援体制の充実

1 情報提供、相談支援体制の充実

支援を必要とする人が、必要な時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・協力を深めたり、高齢者の状況を把握したりするなどして相談体制や情報提供の充実を図ります。

また、複合的な困りごとや、どこに相談してよいかわからない課題等について、包括的に相談を受けるとともに、関係機関が連携し、重層的な支援を行う体制を構築します。

| 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必要な人に適切に伝わる仕組みを強化します。市報や窓口、ホームページなどとともに、新たな情報提供の手法について検討します。 |
| 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、介護予防や健康づくりなどの支援を行います。 |
| 3 | 相談体制の充実 | 地域包括支援センター、基幹相談支援センターなど分野別の機関や、相談者の世代や相談内容に関わらず包括的に相談を受け止める「福祉丸ごと相談窓口」など、様々な機関が相互に連携・協力し、包括的な相談体制を充実させます。 |
| 4 | 重層的な支援体制の実現 | 複雑化・複合化した課題に対応するため、様々な機関や、「福祉丸ごと相談窓口」に寄せられた相談について、課題の解きほぐしと必要なサービスや支援機関につなぐための調整や、それらにつながるまでの支援、つながった後の伴走型支援などを行う体制を、地域福祉コーディネーターを中心として、関係機関と連携しながら構築します。併せて、相談者と地域資源とを結びつけるための参加支援や、つなぎ先となる地域づくりについても支援することで、身近な地域での相談から市全体のサービスまでを相互につないで支援を行う体制を構築します。 |
| 5 | 関係機関との連携強化 | 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、関係機関との連携強化を図ります。 |
| 6 | 地域包括支援センターの機能強化 | 地域包括支援センターにおいて、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、認知症総合支援事業などを、より効果的に運営できるよう、地域包括支援センター機能評価や地域包括支援センター運営協議会等を通じた事業の評価・点検等を行うとともに、関係機関との連携体制についても強化を図っていきます。 |
| 7 | 高齢者生活状況調査の実施 | 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とともに、結果を緊急時の対応や介護・福祉サービスの検討にも生かすため、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3年に1度実施します。 |

2 家族介護者への支援

要介護状態の家族を介護する方（ケアラー）に対して、介護講習会での技術や知識の普及のほか、家族会、介護者のつどいなどでの語らいの場を設けるとともに、家族介護者への支援を充実します。

| 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、情報提供や学びの機会等の提供に向けて取り組みます。 |
| 2 | 介護講習会の開催 | 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市民介護講習会を開催します。 |
| 3 | 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、在宅生活の継続及び向上のために慰労金を支給します。 |
| 4 | 家族介護者を支えるための仕組みの検討 | 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在り方など、家族介護者を支えるための仕組みを作るための調査・研究などを行います。 |



市民介護講習会の様子

3 地域ぐるみで支え合う仕組みづくり

地域に暮らす人々が、互いに思いやりを持って支え合う地域づくりを進めていきます。一人ひとりが地域で起こる問題を自分事として捉え、世代や分野を越えて地域の人たちや地域の資源が連携して解決していけるよう、生活支援コーディネーターの活動や協議体の取組、関係機関の連携強化等を進め、まちの「地域力」が高まることを目指します。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|------------------------|---|
| 1 | 生活支援体制整備事業 | 生活支援コーディネーターを中心に、市や社会福祉協議会等の事業に関わるもののみならず、広く社会資源や地域課題を把握します。また、協議体による補完も受けながら、担い手の養成や資源のネットワーク化、ニーズと資源のマッチング等を行い、不足する資源については資源開発を行います。併せて、施策の目的を達成するために運営体制等の検討も行います。 |
| 2 | 地域ケア会議の推進 | 個別ケースの課題分析及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、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。 |
| 3 | ささえあいネットワークの充実 | ささえあいネットワークの仕組みについて、地域の様々な団体及び事業者に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。 |
| 4 | 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住民主体の相互の助け合いの必要性が高まる中で、既存の地域の支え合いに関する事業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。 |
| 5 | 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、地域の様々な場面で活躍してもらえるような仕組みづくりに取り組みます。 |
| 6 | NPO、市民活動団体等の育成・連携 | 社会貢献意向に基づいた活動に取り組むNPO、市民活動団体等への様々な支援を行い、活動の新たな担い手の育成及びより一層の活性化を図ります。 |
| 7 | 身近な地域における地域活動の場の充実 | 支え合う地域社会の形成の土台として、サロンなどの地域住民が集い、交流し、生きがい活動を行う場を充実させることで、より多くの住民が集まれるよう支援します。また、地域活動の場が、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む、地域住民の主体的な活動の場となることができるよう支援します。 |
| 8 | 障害者施策から高齢者施策まで切れ目のない支援 | 65歳以上の障害のある人に対する支援について、ケアマネジャーや相談支援専門員の情報共有・連携の仕組みを強化するとともに、庁内の関係部署や関係機関との連携体制を更に強化し、障害のある人が高齢になっても、本人やその御家族が希望する生活を実現するための体制を維持・強化します。 |
| 9 | 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。 |

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|---------|--|
| 10 | 公民連携の推進 | 多様化するニーズや複合化する課題に対して、市内外の民間企業と連携し、新たな発想や技術に基づくサービス等の実証を行うなど公民連携を推進します。 |

COLUMN

ささえあいネットワーク事業

～地域でつくるみんなのささえあい～

高齢者が住み慣れた地域で孤立することなく、いつまでも安心して暮らしていけるよう、地域住民や関係機関で構成される、見守りネットワークです。

地域住民や、市内に営業拠点のある事業所、自治会、町内会等の団体に「ささえあい協力員」、「ささえあい協力団体」、「ささえあい訪問協力員」として御登録いただき、地域の見守り活動を行っています。

御近所の方等で、「最近姿を見かけなくなったな…」、「顔色が優れないな…」、「郵便受けに新聞がたまっているな…」などの気になる方がいたら、ネットワークの構成員や関係機関で連携し、緊急を要する状態の早期発見や、必要な支援につなげています。



ささえあいネットワーク協力員ステッカー

4 高齢者福祉サービスの充実

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、なじみの環境の中で安心していきいきと暮らし続けられるよう、介護保険外の福祉サービスを提供します。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|-------------------------|---|
| 1 | 高齢者配食サービス | 一人暮らし高齢者等に安定した食事を提供することを通して、孤独感の解消、健康の保持、安否の確認等を行います。 |
| 2 | 認知症及びねたきり高齢者等紙おむつ給付サービス | 寝たきり高齢者などのいる家族の負担を軽減するため、在宅の認知症又は寝たきりで、常時失禁状態にある方に紙おむつを給付します。 |
| 3 | 高齢者等紙おむつ助成金交付 | 身体上又は精神上的の障害により紙おむつを必要とする状態にある高齢者等に対し、経済的負担の軽減を図るため、入院中の紙おむつに要する費用を助成します。 |
| 4 | 高齢者住宅改造費給付サービス | 65歳以上の高齢者のいる世帯に、転倒予防などその高齢者が居住する住宅の改造に係る工事費の給付を行い、居宅の生活の質を確保します。 |
| 5 | 高齢者福祉サービスの実施 | 高齢者のニーズに応じた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を実施します。 |



高齢者配食サービスにおける配達の様子

5 権利擁護と虐待防止の推進

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できるよう、権利擁護や成年後見制度の普及・啓発及び利用促進に取り組みます。

また、高齢者虐待に関する市民に対する意識啓発を行い、高齢者虐待の防止に取り組みます。

| 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 | 福祉サービスを利用している、又はこれから利用する予定の方で、判断能力が低下した高齢者、知的障害者、精神障害者の方々が安心して自宅での生活ができるよう、日常的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を行う日常生活自立支援事業の活用を支援します。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。 |
| 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、成年後見制度の利用促進のために必要な体制整備に努めるとともに、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。 |
| 3 | 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、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。 |
| 4 | 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、関係機関と連携して「虐待防止キャンペーン」を行い、虐待防止の啓発活動を行います。 |
| 5 | 高齢者虐待に関する支援計画の評価と見直し | 虐待対応モニタリング会議を定期的で開催し、支援を必要とする高齢者の情報を共有するとともに、虐待対応マニュアルを作成し、本人及び家族への支援計画の評価と見直しを図ります。 |
| 6 | 養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。 |

第3章 認知症施策の推進

1 認知症の方などへの支援

高齢者をはじめ、市民に対して認知症に対する正しい知識や理解を広げるとともに、認知症の疑いが生じた場合も必要な支援に迅速につながるよう支援します。

また、若年性認知症を含め、認知症の方が希望を持って自らの力を生かして自分らしく暮らし続けることができるよう環境づくりを進めます。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|----------------------|--|
| 1 | 認知症に関する意識啓発及び講座等の実施 | 認知症になっても住み慣れた地域で暮らせるよう、講座や講演会等を通じて普及啓発を行い、認知症への正しい理解を深めます。 |
| 2 | 若年性認知症施策の推進 | 若年性認知症の特性に配慮し、家族の集いや当事者の集い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。 |
| 3 | 認知症の普及・啓発 | 認知症の方を支える取組を整理し、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等を明示した認知症ケアパスを作成し、広く認知症の普及・啓発を推進するため配布を行います。 |
| 4 | みまもりシールの配付、あんしん声かけ体験 | 認知症で行方不明になったことがある方、又は認知症で行方不明になるおそれのある方を対象に、みまもりシールを配付し、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。また、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。 |
| 5 | 認知症高齢者徘徊位置探索サービス | 徘徊高齢者を介護している方に対し、当該者の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、徘徊位置探索サービスを提供します。 |

COLUMN 認知症について

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで、認知機能（※）が低下し、様々な生活のしづらさが現れる状態を指します。

認知症は誰でもかかる可能性のある身近な病気です。高齢者だけでなく、65歳未満で発症する場合があります。

認知症の方を支えるためには、認知症を正しく理解するとともに、本人が不安を感じながら生活していることを十分に理解して接することが大切です。市では、認知症の方を支える認知症サポーター・ボランティアを中心としたチームオレンジにより、認知症の方の支援ニーズにこたえる仕組みを構築し、認知症の方が安心して暮らし続けられる地域づくりを進めています。

※認知機能：物事を記憶する、言葉を使う、計算する、問題を解決するために深く考えるなどの頭の働きのこと。



認知症ガイドブック

2 認知症の方を地域で支える仕組みづくり

多くの人が認知症を身近に感じ、正しい知識と対応方法を身につけることで、認知症の方や家族が周囲の理解と協力のもと住み慣れた地域、なじみの環境の中で生活を続けられる仕組みづくり、また、認知症の早期診断により、適切な支援に早期に結び付け、認知症と診断された後の本人・家族に対する支援につなげる仕組みづくりを各地域包括支援センターに配置されている認知症地域支援推進員とともに進めます。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|-------------------|---|
| 1 | 認知症サポーターの育成支援 | 地域の人が認知症について正しく理解し、認知症の方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。 また、認知症サポーター・ボランティアの登録を促進し、活動支援を図るとともに、認知症サポーター同士、認知症サポーターと認知症の方及びその家族を結び付け、早期発見・支援につなげるチームオレンジ（地域の認知症の方やその家族の支援ニーズと認知症サポーターを中心とした支援をつなぐ仕組みのこと）の取組を進めます。 |
| 2 | 認知症カフェの普及 | 認知症の方やその家族、地域の人や専門職が自由に集い、お互いに理解し合い、情報共有しながら、認知症の症状の悪化予防、家族の介護負担の軽減等を図っていくことを目的とした場の普及に取り組みます。 |
| 3 | 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・介護サービスにつなぎます。また、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。 |
| 4 | 早期診断・早期対応のための体制整備 | 早期に認知症の診断が行われるよう認知症検診推進事業を実施します。また、認知症の疑いのある方に対して、速やかに適切な医療・介護サービスに結び付け、支援を集中的に行い、住み慣れた地域のよい環境で暮らし続けられるよう、多職種で構成された認知症初期集中支援チーム事業を実施し、地域の支援体制を充実します。 |



認知症カフェの様子

第4章 在宅療養体制の充実

1 市民への理解促進

安心して在宅療養生活が送れるよう、広く一般に対して在宅療養や終末期医療、看取り等についての情報提供を図り、将来、病院療養だけでなく在宅療養を1つの選択肢として選択できるよう市民への理解促進を図ります。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|--------------------------|--|
| 1 | 在宅療養、終末期・看取りについての意識啓発 | 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を促し、人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）を啓発するため、人生ノートや救急医療情報キットの普及などに取り組みます。 |
| 2 | 医療機関等の情報提供（西東京市健康事業ガイド等） | 高齢者が身近な地域で健康診断や生活機能評価、治療が受けられる体制を構築します。そのために、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。 |



人生の最期について考える講演会の様子

2 在宅療養の体制整備

安心して在宅療養生活が送れるよう、市民や多職種が協働で検討する会議を開催するなど、多職種連携体制の構築を図ります。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整備やいざという時にも安心できる体制を充実します。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|----------------------|--|
| 1 | 在宅療養者が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、医療機関同士の連携を進めるとともに、体調悪化時及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仕組みづくりを進めます。 |
| 2 | 多職種の連携を強化する関係づくりの構築 | 医療・介護の連携の促進のため、課題に応じた研修を企画・実施することで、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強化します。 |
| 3 | 多職種連携のための情報共有の仕組みづくり | 多職種が在宅で療養する高齢者の状況を円滑に共有するために、ICTを活用した情報共有システムの活用を引き続き実施するとともに、医療・介護・インフォーマルサービスを一元的に把握できるシステムの検討などで、市民の利便性の確保と、専門職同士の連携を進めます。 |
| 4 | 在宅療養に係る相談体制の充実 | 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、在宅療養連携支援センター「にしのお」によるコーディネーター機能を充実させます。 |
| 5 | 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。 |
| 6 | 介護施設等における看取りの推進 | 高齢者が安心して住み慣れた施設で最期を迎えられるよう、介護職員の看取りに関する不安感を解消するなど、施設の看取りが推進されるよう支援します。 |
| 7 | 泉小学校跡地の活用 | 泉小学校跡地において、在宅療養支援診療所やホームホスピス等を併設した、地域で最期を迎えられることを支援する施設開設に向けた取組を民間事業者と連携し進めます。 |

第5章 安心して暮らせる環境づくり

1 多様な住まい方の実現

高齢者それぞれの暮らし方や意向、経済状況などに応じた、その人にあった住まいや住まい方ができるよう、介護度に応じた施設や高齢者の身体状況に配慮したバリアフリー住宅など、多様な住まいを整備するとともに、付随するサービスなどを含めた住まいに関する情報提供を行い、一人ひとりに合った住まいを選択できるよう支援します。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|------------------------|---|
| 1 | 民間賃貸住宅を活用したセーフティネットの構築 | 西東京市居住支援協議会では、高齢者等の居住の安定を図るための協議を行い、民間賃貸住宅への円滑な入居及び居住の安定確保を支援します。また、高齢者等の民間賃貸住宅への円滑な入居を促進するための普及啓発に取り組むとともに、入居後の見守り等について賃貸人等が安心できる仕組みを作ります。 |
| 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住宅や有料老人ホームなど）や介護保険の施設系サービスの情報提供などを行います。「西東京市住宅確保要配慮者賃貸住宅供給促進計画」に基づき、住宅にお困りの高齢者へサービス付き高齢者住宅などの情報提供を行います。 |
| 3 | 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、住宅にお困りの人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。 |
| 4 | 養護老人ホームへの入所 | 家庭環境や経済的な理由などにより、自宅など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。 |



市内にあるシルバーピア（オーシャン・ハウス）

2 人にやさしいまちづくりの推進

全ての市民が快適で、安全・安心に暮らしていけるまちを実現するため、「西東京市人にやさしいまちづくり条例」に基づき、社会基盤施設等の整備などのハード面だけでなく、市民・事業者の理解、協力によるソフト面の取組も含め、人にやさしいまちづくりを推進していきます。また、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 | 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などによる外出支援を行います。 |
| 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けることができる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。 |

COLUMN

「介護の日」のイベントを実施しています

介護についての理解と認識を深め、介護に関わる方の支援と、地域での支え合いや交流を促進するため、平成20年（2008年）、国が「11月11日」（いい日いい日）を「介護の日」と制定しました。

西東京市では、高齢化が進む中、介護が必要になった高齢者が住み慣れた自宅や地域で暮らし続けていくために、どのようなことができるのか、するべきなのか、これまでの西東京市の取組を踏まえ、今後の在り方について考えるきっかけにしていだけるよう、毎年「介護の日」イベントを実施しています。

介護に関心のある方はもちろんのこと、どなたでも参加できますので、ぜひお立ち寄りください。



平成30年度（2018年度）「介護の日」イベント実施風景

3 いざというときの仕組みづくり

災害の発生時はもとより、犯罪や消費者詐欺などにおいて高齢者が被害者となるケースが多いことから、災害や犯罪から高齢者の被害を最小限に留めるための準備を日頃から進めます。

また、インフルエンザや新型コロナウイルスなど、高齢者にとって特にリスクの高い感染症への対策を進めるなど、いざという時に高齢者を守る仕組みづくりに取り組みます。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|---------------------------|--|
| 1 | 高齢者救急代理通報システム等の設置 | 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など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・消防による救助などへつなげます。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などに住宅用防災機器を給付します。 |
| 2 | 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ます。 |
| 3 | 災害時要援護者及び避難行動要支援者の支援体制の整備 | 災害時の避難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へ共有を図り、市の関係部署とも連携して支援体制を整備します。 |
| 4 | 災害時等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、支援を必要とする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計画の作成を進めます。 |
| 5 | 災害時における避難者受け入れ体制整備の検討 | 災害発生前から災害時における避難施設から福祉避難施設への入所方法を検討し、体制を構築します。 |
| 6 | 地域の防犯体制の整備 | 高齢者の生活と財産を守るため、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。 |
| 7 | 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、市報、ホームページ、ポスターなど多様な媒体や青色回転灯防犯パトロール車の運行を通じて防犯啓発に努めます。また、市報等で振り込め詐欺などに関する啓発、注意喚起も行います。 |
| 8 | 消費者保護の仕組みづくり | 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。また、関係機関との連携を図り、被害の未然・拡大防止に努めます。 |
| 9 | 高齢者の感染症等に対する予防・啓発 | 新型コロナウイルス等の感染症により重篤化する可能性が高い高齢者に対して、感染予防に関する知識の啓発及び予防接種の勧奨を行います。 |

第6章 介護保険サービス等の充実

1 サービスの質の向上

福祉サービスの事業者に対する第三者評価の実施やケアマネジャー及び関係機関の連携体制づくり、講習や研修会の充実などにより、介護保険サービスの質の確保・向上を図ります。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|-------------------------------|---|
| 1 | 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及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。 |
| 2 | 主任ケアマネジャーの活動を通じたケアマネジメントの質の向上 | 主任ケアマネジャー研究協議会の研究活動（「制度研究部会」、「介護支援専門員の質の向上研究部会」、「医療と福祉の連携研究部会」、「地域リレーションシップ研究部会」、「事業者連携研究部会」）を通じて、西東京市のケアマネジメントの質の向上を図ります。 |
| 3 | 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等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・研究発表等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。 |
| 4 | 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。 |
| 5 | 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に努めるよう福祉サービス第三者評価の普及に努めます。 |



地域リレーションシップ研究部会の様子

2 介護人材の確保・介護現場の革新への支援

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、働く環境の整備など、職場への定着を促すための取組を支援します。また、職員や事業所双方の負担軽減やサービスの質の向上につながるICTの活用を積極的に支援します。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|-------------------------|---|
| 1 | 西東京市くらしヘルパーの育成・活用 | 介護予防・生活支援サービスにおける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」の育成を進めるとともに、活用が進められるよう取り組みます。 |
| 2 | 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、外国人人材の活用、市民の資格取得支援も含めた人材の量的確保策について検討するとともに、情報共有を図ります。 |
| 3 | 介護人材の育成・質の向上 | 介護保険連絡協議会等により、ケアマネジャーの質の向上、ホームヘルパーの養成・質の向上を図ります。 |
| 4 | 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の活用を促進し、文書負担軽減、高齢者の生活の質の向上につながる取組を支援します。 |

COLUMN 西東京市くらしヘルパーって何？

西東京市では、調理や掃除、洗濯、買い物など高齢者の生活支援の担い手を確保するため、「西東京市くらしヘルパー」を養成しています。

「定年退職した後も地域で働いて社会に貢献したい！」

「専業主婦だったけど、その経験を活かして働きたい！」

「子どもが幼稚園にいる間の短時間だけ仕事をしたい！」

といった幅広い層に働きかけることで、高齢者の暮らしをサポートする担い手の確保を進めます。



3 介護保険サービス提供体制の充実

高齢者が介護や支援が必要な状態になっても、その有する能力に応じて自立した生活を営むことができるように、また、要介護状態の軽減や悪化を防止するために、総合的かつ効率的なサービスを提供できるよう、質の高い介護保険サービス提供体制の充実を図ります。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|----------------------|--|
| 1 | 介護保険連絡協議会の充実 | 介護保険連絡協議会の開催を積極的に支援し、自立支援・重度化防止のための介護サービスの質的向上や課題解決のための事例検討、ワークショップ、活動・研究発表などを行い、介護サービス事業者間の連携を推進します。 |
| 2 | 地域密着型サービスの充実・効果的な活用 | 利用者が安心して最期まで自宅で生活できるよう、中重度の利用者の在宅生活を支える地域密着型サービスの充実及び既存のサービス資源の効果的な利用の促進を図ります。 |
| 3 | 介護サービス事業者の情報の積極的な発信 | 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」のほか、オンラインでの情報共有により、介護サービス事業者の情報を積極的に発信します。 |
| 4 | 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を続けるために、市民のリハビリテーション環境の充実を図ります。また、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。 |
| 5 | 「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」事業の一環として、「介護・看護永年従事者表彰」を実施し、介護・看護職への意識啓発に取り組みます。 |
| 6 | 分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、手引き等の媒体を通じて広報活動を行います。 また、出前講座等による市民への広報を積極的に実施します。 |

4 保険者機能の強化

持続可能な介護保険となるよう運営体制の安定化を図り、介護保険全体のマネジメントを行うため、介護給付の適正化に取り組み、保険者としてのマネジメント機能を強化し、より安定した介護保険制度の運営を行います。

| No | 施策名 | 施策内容 |
|----|-------------------------------|--|
| 1 | 介護給付適正化の取組の推進 | 持続可能な介護保険となるよう運営体制の安定化を図り、介護保険全体のマネジメントを行うため、第5期介護給付適正化計画に基づき、介護給付適正化の取組を推進します。 |
| 2 | 地域密着型サービス・居宅介護支援事業者の指導検査体制の強化 | 地域密着型サービス及び居宅介護支援事業者の適正な運営のため、指導検査体制を強化します。 また、地域密着型サービスの運営推進会議の開催状況を把握し、適切な事業運営につながるよう引き続き指導します。 |
| 3 | 保険料収納率向上の取組 | 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、収納推進員等が訪問徴収するなど、きめ細かい収納率向上の取組を強化します。 |