

## 第7期西東京市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画重点施策

第6期計画からの継続性を見据え、今後3年間で特に重点的に取組む施策として、次の3点を掲げます。

### (1) 元気に暮せる期間をのばすための取組み

高齢者が安心して住み慣れた地域で、より長く元気に暮らし続けることができるよう、自分にあった健康づくりや介護予防に、高齢者自身が積極的に取組むことができる施策を重点的に展開します。

#### ▽フレイル予防の推進

いわゆる虚弱のことを指すフレイルは、健康な状態と介護が必要な状態の中間地点の事を指し、この段階で早期に予防を行うことで健康寿命の延伸が期待できます。この早期の予防のために、自身のフレイル状態をチェックできるプログラムであるフレイルチェックを市内で展開します。

また、フレイルチェックの運営を含めたフレイル予防の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、高齢者の生きがいとなる取組みを進めます。

さらに、フレイル予防をきっかけに、既存の介護予防事業を始めとする取組みや地域の団体活動との連携を進めることで、地域における支えあいのしくみづくりを構築します。

#### ▽介護予防・日常生活支援総合事業の実施

平成27年4月の介護保険制度の改正に伴い、平成28年4月から予防給付のうち、訪問介護と通所介護を介護予防・生活支援サービス事業に移行しました。

多様な生活上の困りごとへの支援が特に必要となる単身高齢者世帯や高齢者夫婦のみ世帯が世帯類型の中で大きな割合を占めていくことを踏まえ、地域住民等の力を活用した多様な生活支援等サービスを充実していきます。

地域住民等がサービスの担い手として、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で、「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となり、高齢者自身の介護予防の効果も期待されています。

## (2) 地域の力を活かした支えあいの取組み (認知症の人とその家族の支援を含む)

認知症高齢者やその家族が、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、地域が一体となって支え合い、認知症高齢者にやさしい地域づくりを重点的に展開します。

西東京市では、平成 28 年度末で 15,000 人を超える認知症サポーターが誕生しました。今後は警察、郵便局、商店や金融機関、自治会・町内会等の認知症の人と接する機会の多い分野、及び小学校・中学校等の幅広い世代に展開し、認知症サポーターを広げていきます。また、認知症サポーターが養成講座を受講するだけで終わることなく、認知症の人やその家族を支える担い手として、地域の認知症への理解が深まるような普及啓発活動や実際に認知症の人を支援する活動等、認知症サポーターが地域で活躍できる仕組みを構築します。

認知症の人が、地域で生活し続けるために、できる限り早期の段階で対応し、適切なマネジメントにより支援できるような体制を充実していきます。また、認知症の人を介護する家族の中で認知症の症状への対応に苦慮し、介護への負担感や孤独感を感じている人のために、認知症カフェ等の普及推進に向けて取組みます。

### ▽認知症サポーターの育成、支援

地域のより多くの人々が認知症について正しく理解し、認知症の本人や家族を温かく見守る社会ができるよう「認知症サポーター」の養成に積極的に取組みます。

### ▽認知症初期集中支援チームの効果的活用

多職種で構成された認知症初期集中支援チームで、認知症の人を適切な医療・介護サービスにつなげる等の支援を集中的に行い、自立生活をサポートします。また、状態に応じて認知症アウトリーチチームとも共同して支援します。

### ▽認知症カフェ等の普及の推進

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、情報共有できる場である認知症カフェ等の普及に向けて取組みます。

### ▽地域での支えあい活動の推進

西東京市には、「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、地域での支えあいを推進するしくみがあります。現在は、それぞれが目的を持ち、地域課題の解決や見守り活動に取り組んでいますが、今後は、これらの活動の連携を強化し、生活支援コーディネーター、地域包括支援センターや社会福祉協議会などの関係機関とも協働しながら、さらなる活動の効果的な推進を図っていきます。

### (3) 在宅療養の推進

医療制度改革による在院日数の短縮化や高齢者人口の増加などにより、今後在宅で療養する高齢者は増加すると予測されています。

医療ニーズと介護ニーズを併せ持つ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、医療サービスと介護サービスを一体的に提供できるしくみづくりを重点的に展開します。

#### ▽多職種連携の推進

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、安心した在宅療養生活が送れるよう、多職種が参加する会議、研修等を充実し、顔の見える関係づくりを推進し、さらに連携体制の構築を図ります。

また多職種連携の課題を抽出し、その課題解決に向けた具体的な検討を進めます。

#### ▽在宅療養に係る理解の促進

病院で最期を迎えることが当たり前になっている現状から、在宅で療養するためのサービス等について情報が無く、そもそも選択肢として考えていなかったり、在宅療養を希望する方で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。

#### ▽安心して在宅療養ができる環境の整備

在宅で療養する高齢者が増えること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、在宅で療養している方やご家族がいざというときにも安心できる体制の構築に取り組めます。