

第4章 施策の展開

基本目標1 いきいきと過ごすための健康づくりと、介護予防の推進

基本事業1 健康推進等事業

(1) 健康診査事業

①生活習慣病予防健康診査事業

<事業内容>

【健康づくり課】

生活保護受給者等を対象に糖尿病や脂質異常症、高血圧などの生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、特定健康診査に準じた健康診査を実施し、必要な方に特定保健指導に準じた指導を行っています。

健康診査事業の効果や生活習慣病の早期発見・早期治療の大切さについて十分な周知と受診者数の増加が図られるよう、関係課と連携していきます。

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
受診人数	16人	17人	22人	25人	25人	25人
うち65歳以上	6人	6人	7人	8人	8人	8人

②肝炎ウイルス検診事業

<事業内容>

【健康づくり課】

肝炎は、感染していても自覚症状がほとんどないことが多いため、肝炎に関する正しい知識の普及啓発を図ることや、検診の勧奨を行い、他の健診と同日実施できる環境を整えるなど、検診の機会を確保することで、早期発見と早期治療につなげることを目的として実施しています。

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
受診人数	278人	276人	240人	280人	280人	280人
うち65歳以上	117人	106人	100人	110人	110人	110人

③骨粗しょう症検診事業

<事業内容>

【健康づくり課】

寝たきり等の要介護状態となることを防ぐため、早期の段階から骨密度の減少を発見し、治療につなげるとともに骨粗しょう症の予防を目的として実施しています。

骨密度が低下しやすい性別・年齢に応じた対象者に十分な周知を図るとともに、個人の食生活や運動、生活習慣に合わせた個別指導を実施し、骨粗しょう症予防に努めます。

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
受診人数	580人	563人	580人	600人	600人	600人
うち65歳以上	315人	311人	313人	324人	324人	324人

(2) 各種がん検診事業

<事業内容>

【健康づくり課】

各種がん検診の機会を確保することにより、早期発見と適切な治療につなげることを目的として実施しています。

広報紙や保健事業等で周知を図り、罹患しやすい性別・年齢の方には個別の勧奨を行うことで、がんの早期発見・治療を推進します。今後は新規の受診者を増やすための方策を検討していきます。

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
乳がん検診受診人数	703人	813人	790人	820人	820人	820人
うち65歳以上	260人	312人	310人	320人	320人	320人
子宮がん検診受診人数	539人	601人	700人	700人	700人	700人
うち65歳以上	203人	201人	250人	250人	250人	250人
胃がん検診受診人数	899人	924人	870人	920人	920人	920人
うち65歳以上	569人	568人	556人	588人	588人	588人
大腸がん検診受診人数	1,498人	1,522人	1,520人	1,600人	1,600人	1,600人
うち65歳以上	1,010人	1,021人	1,018人	1,072人	1,072人	1,072人
肺がん検診受診人数	1,553人	1,620人	1,600人	1,700人	1,700人	1,700人
うち65歳以上	1,057人	1,112人	1,088人	1,156人	1,156人	1,156人
前立腺がん検診受診人数	631人	702人	660人	720人	720人	720人
うち65歳以上	465人	531人	488人	540人	540人	540人

(3) 特定健康診査等事業・後期高齢者健康診査事業

<事業内容>

【健康づくり課】

糖尿病や脂質異常症、高血圧などの生活習慣病や重症化を予防することを目的としてメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目し、実施しています。

生活習慣病の早期発見・治療の重要性について十分な周知が図られるよう、関係課及び関係機関と連携し、受診者数の増加を図り健診の必要性を理解してもらえよう保健指導に努めます。

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
受診人数	1,484人	1,588人	1,500人	1,690人	1,930人	2,170人
うち65歳以上	1,060人	1,135人	1,100人	1,180人	1,350人	1,500人

基本事業２ 災害・感染症対策事業

(1) 災害対策

<事業内容>

【長寿あんしん課、総務防災課】

近年、全国的に風水害などの自然災害が多発しており、台風や豪雨による浸水被害等により、介護保険施設等における犠牲者が相次いでいます。特に、犠牲者の多くが高齢者となっていることから、住み慣れた地域で高齢者が安心して生活を続けるためには、災害対策とそのための支援体制の強化は急務の課題であり、「いざ」というときを念頭に置いた「備え」が必要になります。

そのため、本市においては、災害の発生や新型の変異ウイルスの発生等に備え、日頃から介護事業所等と連携し、避難訓練の実施や防災啓発活動、介護事業所等におけるリスクや、食料、飲料水、生活必需品、燃料その他の物資の備蓄・調達状況の確認を行います。また、介護事業所等で策定している災害に関する具体的計画を定期的を確認するとともに、災害の種類別に避難に要する時間や避難経路等の確認を促します。介護事業所単体で対応することに限度があるため、町内会や地域の事業所などで連携が図れるよう、働きかけを行います。

さらに、地域防災計画に基づき、高齢者等の緊急時に配慮が必要となる人の安否確認や避難支援、避難所での生活支援を的確に実施するため、避難行動要支援者名簿の作成及び更新を行い、個別計画の作成を推進します。

(2) 感染症予防事業

<事業内容>

【健康づくり課】

個人の感染及び疾病の重症化を予防するための有効な手段である予防接種について、その費用の助成を実施しています。また、予防接種に対する意識の向上を図るため医療機関をはじめとした関係機関と連携し市民への十分な周知に努めるとともに、国の動向を注視し、正しい情報を適切に発信するなど高齢者等の健康を守るための取組を推進します。

①高齢者インフルエンザ予防接種事業

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
インフルエンザ 予防接種助成 人数	5,836人	6,734人	6,700人	6,800人	6,800人	6,800人

②高齢者肺炎球菌予防接種事業

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
肺炎球菌予防 接種助成人数	267人	218人	260人	120人	120人	120人

※経過措置終了のため令和6年度以降は65歳のみ

(3) 感染症対策の推進

各種感染症については、広報紙やチラシ等により普及啓発を行い、また、新たな感染症が蔓延した場合には、医療や福祉、介護等事業所及び保健所と連携し情報収集を行い、感染拡大を防ぐ対策に取り組めます。

基本事業3 介護予防・生活支援サービス事業

(1) 訪問型サービス費・通所型サービス費給付事業

<事業内容>

【長寿あんしん課】

軽度な介護が必要な方（以下「要支援者」という。）及び稚内市介護予防・日常生活支援総合事業対象者（以下「事業対象者」という。）に対する訪問型サービス、通所型サービスに係る給付事業を実施しています。通いの場や住民主体のサービス構築により利用者数を移行していくために現実的に取り組める内容を検討して実施します。

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
訪問型サービス 利用人数	91人/月	87人/月	90人/月	90人/月	89人/月	88人/月
通所型サービス 利用人数	200人/月	205人/月	213人/月	220人/月	218人/月	216人/月

(2) 短期集中予防サービス事業

<事業内容>

【健康づくり課】

介護予防・生活支援サービスにおける介護予防教室等で、参加者が心身の状態を維持・改善し、サービス終了後も通いの場や社会参加を促進します。対象者自身が生活機能の改善に興味や関心を持ち、自ら意欲的に介護予防の取組を行えるよう理学療法士・栄養士・歯科衛生士といった専門職と連携を図りながら支援を行います。

<実績と計画>

指標		実績			計画		
		令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
運動器の機能向上事業	開催回数	32回	46回	46回	46回	46回	46回
	参加者数(延べ)	92人	288人	300人	294人	308人	322人
栄養改善事業	開催回数	0回	3回	18回	24回	24回	24回
	参加者数(延べ)	0人	3人	18人	24人	24人	24人
口腔機能の向上事業	開催回数	11回	14回	23回	28回	28回	28回
	参加者数(延べ)	11人	14人	23人	28人	28人	28人
訪問介護 予防事業	開催回数	2回	0回	5回	5回	10回	10回
	参加者数(延べ)	2人	0人	5人	5人	10人	10人

(3) 介護予防ケアマネジメント事業【訪問型サービス費・通所型サービス費給付／要支援者・事業対象者】

<事業内容> 【長寿あんしん課（地域包括支援センター）】

要介護等状態となることを防止するため、心身の状況、置かれている環境等の状況に応じて、対象者自らの選択により、介護予防・生活支援サービス事業が適切かつ包括的・効率的に実施されるよう、必要な援助を行うことを目的として実施しています。

要支援者・事業対象者に対し、日常生活の状況等を踏まえた課題分析を行い、対象者に最も適切な介護予防ケアマネジメントを行います。

また、介護予防事業の実施結果を参考に、対象者等と面接を行い、心身の状況を把握し、介護予防ケアマネジメントの見直しを行います。

今後は更に、自立支援・介護予防に視点を置いたケアマネジメントを行っていきけるよう専門職の人材確保に努めながら進めていきます。

<実績と計画>

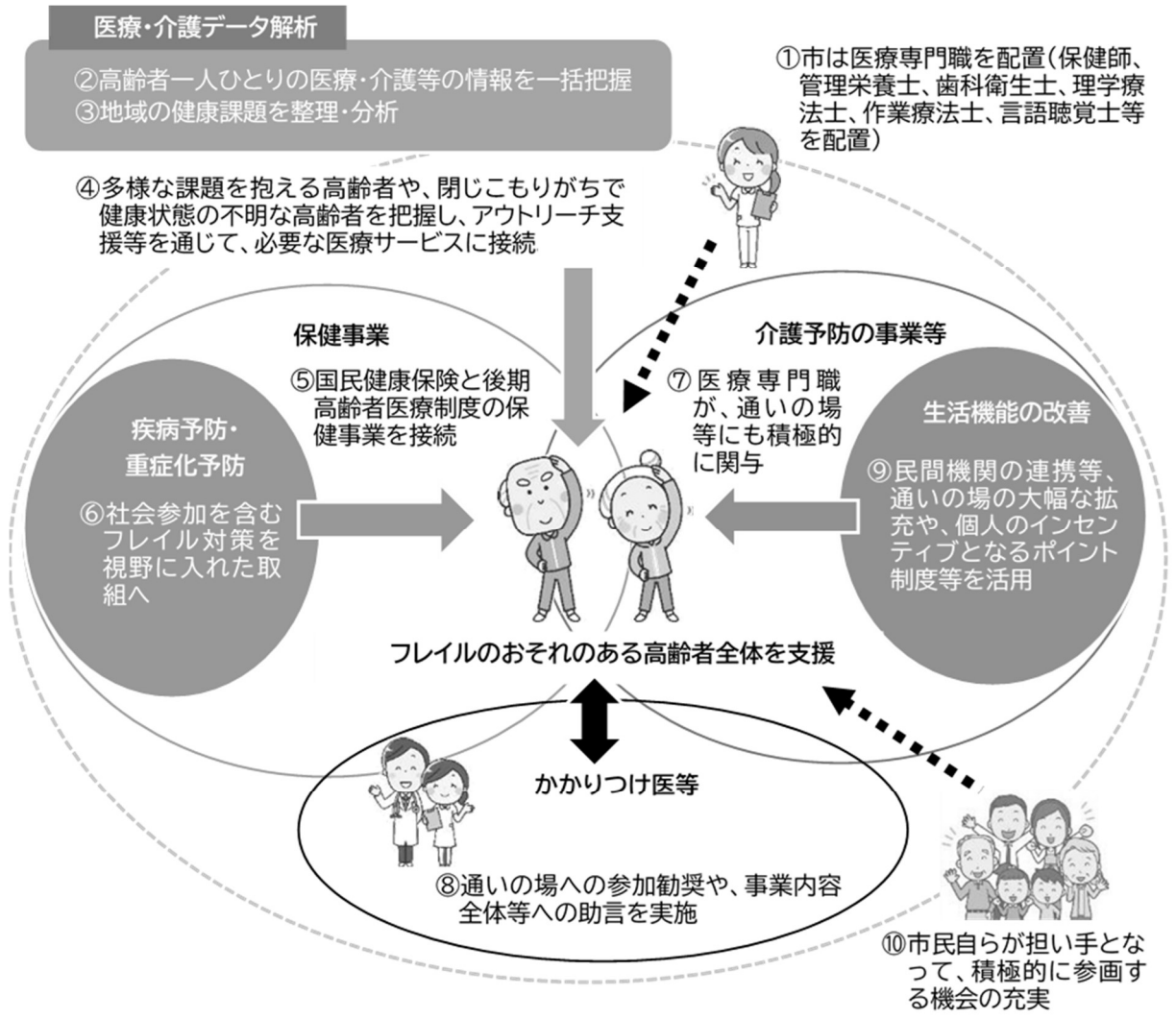
指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
介護予防ケアマネジメント実施件数	2,426件	2,484件	2,669件	2,808件	2,850件	2,850件

(4) 高齢者に対する保健事業と介護予防事業等との一体的な実施

<事業内容> 【総合窓口課、健康づくり課、長寿あんしん課（地域包括支援センター）】

令和6年度までに全市区町村で実施することとされている「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」について、人員の確保をはじめとした課題を解決するべく協議・調整を行います。

今後、KDBシステム（国保データベースシステム）を活用し、後期高齢者の医療・健診・介護レセプトデータ等により、地域の健康課題の分析や個別訪問を必要とする対象者等の把握を行い、地域の医療機関団体等との積極的な連携・課題の共有や重症化予防としての取組を実施するための協議が必要です。また、通いの場等において、フレイル予防の普及啓発活動や運動・栄養・口腔等のフレイル予防などの健康教育・健康相談の実施及び高齢者の状況に応じた保健指導や生活機能向上に向けた支援等の双方の取組を関係機関と連携して進めていきます。データの利活用に当たっては、個人情報の取扱いへの配慮等を含めた環境の整備に努めます。



出典：高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について[概要版]（令和2年4月厚生労働省保険局高齢者医療課）の図を基に作成

基本事業４ 一般介護予防事業

(1) 介護予防普及啓発事業

<事業内容>

【健康づくり課】

高齢者やその家族を対象に、心身機能の低下の防止と健康保持を目的として、介護予防についての普及啓発を行っています。サービス終了後も継続して介護予防に取り組めるよう、通いの場や社会参加への移行等、対象者自身が生活機能の改善に興味や関心を持ち、意欲的に取り組めるような工夫について検討していきます。

【運動器の機能向上事業】

運動器の機能向上の重要性を理解してもらうため、簡単な体操プログラムの体験教室や体力測定・足の裏の健康測定等を行う介護予防教室の開催、その他出前講座等を実施。

【栄養改善事業】

低栄養状態を予防するため、調理実習・栄養講話・グループ学習・個別相談等を一体的に取り入れた教室等を実施。(いきいき栄養教室、出前講座等)

【口腔機能の向上事業】

気道感染予防や嚥下機能をよくするための方法(顔面や舌の体操、唾液腺マッサージ等)の普及啓発を図る教室を実施。(出前講座等)

【認知症予防支援事業】

認知症についての正しい理解や認知症予防のための知識を深めるため、講演会やシンポジウム等の開催、読み書き・計算学習とコミュニケーションを楽しむ教室の開催、またいろいろな機会を通じて、認知症予防の普及啓発を図る教室等を実施。

【介護予防手帳の交付】

介護予防に対する知識や情報、利用者の記録を記載する介護予防手帳の交付を通じた介護予防の普及啓発を実施。

【健康教育事業】

健康に関する正しい知識の普及を図るとともに、健康に対する自覚を高め、生活習慣病及び介護を要する状態になることを予防する教室の開催(講演会、講話会、保健学級など)。

【健康相談事業】

生活習慣病予防や介護予防等、心身の健康に関して、保健師、管理栄養士、歯科衛生士等が個別に相談を実施。(なんでも健康相談、地区健康相談、8020教室など)

【訪問指導事業】

生活習慣病予防や介護予防を図るため、保健師、管理栄養士、歯科衛生士等が個別に訪問指導を実施。

【高齢者の生きがいと健康づくり推進事業】

介護予防の普及啓発を目的に、健康増進活動事業や高齢者健康講座、高齢者教養講座を実施。

<実績と計画>

指標		実績			計画		
		令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
運動器の機能向上事業	開催回数	7回	10回	14回	16回	17回	18回
	参加者数(延べ)	105人	149人	180人	200人	210人	220人
栄養改善事業	開催回数	0回	2回	2回	2回	2回	2回
	参加者数(延べ)	0人	20人	40人	40人	40人	40人
口腔機能の向上事業	開催回数	0回	0回	1回	1回	1回	1回
	参加者数(延べ)	0人	0人	10人	10人	10人	10人
認知症予防支援事業	開催回数	0回	0回	0回	20回	20回	20回
	参加者数(延べ)	0人	0人	0人	300人	300人	300人
健康教育事業	開催回数	36回	26回	32回	35回	35回	35回
	参加者数(延べ)	1,741人	1,747人	1,400人	1,600人	1,600人	1,600人
健康相談事業	開催回数	45回	48回	46回	45回	45回	45回
	参加者数(延べ)	299人	388人	380人	400人	400人	400人
訪問指導事業	参加者数(延べ)	118人	109人	110人	110人	110人	110人
介護予防手帳交付事業	交付者数	21人	39人	40人	50人	50人	50人
高齢者の生きがいと健康づくり推進事業	開催回数	2回	4回	5回	5回	5回	5回
	参加者数(延べ)	68人	97人	200人	200人	200人	200人

(2) 地域介護予防活動支援事業

<事業内容>

【長寿あんしん課（地域包括支援センター）】

地域介護予防活動支援事業と連動している生活支援体制整備事業のほか、スポーツや生涯学習に関する取組等も介護予防につながる通いの場の活動と捉え、他部局と連携し新型コロナウイルス等感染症の影響を鑑みながら、通いの場の立ち上げ、継続するための支援を行い、地域における住民主体の介護予防活動の充実を目指します。また、支え手の育成として今後もふまねっとサポーター等の養成や介護予防サポーターのフォローアップを行います。さらに、認知症予防やフレイル(※)等の対策の一環として、各通いの場において、健康寿命の延伸も目指した医療等専門職の関わりを推進していきます。

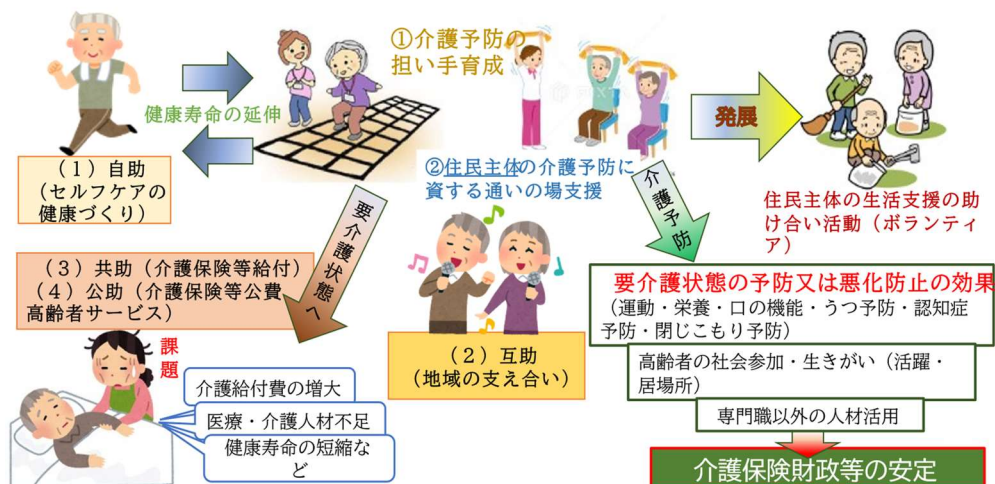
※フレイル：健康と要介護の間の虚弱な状態

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
介護予防サポーター等フォローアップ研修等受講者数	0人	39人	40人	50人	50人	50人
介護予防サポーター等養成研修受講者数	0人	7人	0人	20人	5人	5人
地域における介護予防・通いの場の箇所数(市把握分)	45か所	51か所	48か所	48か所	48か所	50か所
うち月1回以上活動している通いの場の箇所数	13か所	42か所	39か所	39か所	39か所	40か所
参加者数	142人	364人	300人	300人	300人	320人

※各通いの場で把握している実人数のため重複参加者がいる可能性はあり。

地域介護予防活動支援事業のイメージ



(3) 地域リハビリテーション活動支援事業

<事業内容> 【健康づくり課、長寿あんしん課(地域包括支援センター)】

介護予防の取組を強化するため、通所、訪問、地域住民主体の集いの場、地域ケア会議等において、リハビリテーション専門職等による助言等を行います。

リハビリテーション専門職が定期的に関わることで、より効果的に介護予防の取組を実施できるよう医療機関等との連携を進め、取組の充実を図ります。

<実績と計画>

指標	実績			計画		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み)	令和6年度	令和7年度	令和8年度
開催回数	2回	4回	2回	5回	6回	7回
参加者数(延べ)	2人	4人	2人	15人	20人	25人

(4) 一般介護予防事業と他の事業との連携

<事業内容> 【健康づくり課、長寿あんしん課(地域包括支援センター)】

一般介護予防事業を効果的・効率的に実施するために、介護予防・自立支援のための地域ケア会議や生活支援体制整備事業など他の事業との連携を進め、取組の充実を図ります。