

## 第2章 健康づくり・介護予防を総合的に推進するための仕組みづくり

### 第1節 健康づくりと介護予防の充実

#### 第1項 健康づくりの推進

取手市では、地域で元気に暮らせる社会を実現するために、スマートウェルネス（「健幸（けんこう）」＝健康で幸せ：身体面の健康だけでなく、人々が生きがいを感じ、安心安全で豊かな生活を送れること）のまちづくりを進めています。

市民全体の健康づくりのためには、いつでもどこでも気軽に健康づくりに取り組める環境を整備し、市民一人ひとりが生活習慣に関心を持ち、健康維持に努めていくための施策展開を図る必要があります。

スマートウェルネスとりでの実現に向け、「健康づくり」、「幸せづくり」の2つの柱の下に「元気な体をつくる運動の推進」、「おいしくバランスのとれた食生活の推進」、「生きがいづくり」、「地域・家族の絆づくり」の施策を行っています。

また、健康とりで21や取手市国民健康保険保健事業総合計画等における、ライフステージに応じた生活習慣病予防との連携を重層的に図りながら、健康寿命の延伸及び要介護状態の予防や悪化の防止を図ります。

#### 第2節 一般介護予防事業の推進

一般介護予防事業は、要支援や要介護になるおそれのある高齢者ができる限り自立した生活を送れるように、早い段階から支援をすることを目的としています。

今後も一般介護予防事業を中心とした介護予防の推進に取り組んでいきます。

#### 第1項 介護予防事業の推進

##### （1）介護予防把握事業

要支援及び要介護認定を受けていない75歳以上のひとり暮らし高齢者を中心に、地域包括支援センターの職員が訪問し、安否確認も含め必要に応じ、高齢者福祉サービスや介護保険制度の案内等を行います。

##### （2）介護予防普及啓発事業

高齢化が進む中で、介護予防に関する知識の普及・啓発を図り、介護予防を心がけてもらうことが、元気な高齢者の増加や介護認定者の増加抑制にもつながるため、運動機能向上や栄養改善、口腔機能向上のための講座を開催していきます。

事業名	内容
介護予防講座	介護予防に必要な運動機能，口腔機能，栄養改善，認知症予防等に関し，専門職から身近な場所（集会所，自治会館等）で学びます。
地域介護予防教室	通いの場に専門職を派遣し，運動機能，口腔機能，栄養改善，認知症予防等の講座を開催することで，通いの場の充実を図ります。

### （３）地域介護予防活動支援事業

介護予防を目的とした住民主体の活動の支援や自主的な介護予防活動の支援を実施し，介護予防に対する意識の向上を図り，要介護認定者の減少を目指していきます。

事業名	内容
自治会・町内会等の自主グループへの支援	住民主体の支え合い活動を行いたい人や団体に向けて，活動の立ち上げ支援，組織づくり・拠点づくり支援等を行います。
取手市シルバーリハビリ体操指導士の会への支援	茨城県が推奨しているシルバーリハビリ体操は，県と取手市の共同で体操指導を行うボランティアを養成し，市内各地区においてボランティアによる健康づくり，介護予防活動を実施しています。
チューブ体操指導者の会への支援	チューブ体操は，チューブを使い，適度な負荷をかけることで，筋肉を鍛えることができる体操です。取手市独自で体操指導者を養成し，市内各地区においてボランティアによる健康づくり，介護予防活動を実施しています。
介護支援ボランティアポイント制度	高齢者が指定の介護保険事業所等でのボランティア活動を通して積極的に社会貢献し，地域貢献を奨励するとともに自身の介護予防を促します。 また，ボランティアによって得たポイントに応じて交付金を交付します。

### （４）地域リハビリテーション活動支援事業

地域における介護予防の取組を機能強化するために，理学療法士などのリハビリテーション専門職の訪問による住民主体の通いの場での助言や指導を行います。

## 第2項 一般会計による自立支援・重度化防止等に資する事業

令和2年度からPDCAサイクルによる取組の一環で、財政インセンティブとして、全国一律の客観的な評価指標を設定し、高齢者の自立支援・重度化防止等に関する取組を支援する新たな交付金として、保険者機能強化推進交付金が創設されました。また、市町村の独自事業への活用が可能となったことから、高齢者の自立支援・重度化防止等を一層強化していくことが望まれます。

令和3年度以降は以下のような自立支援・重度化防止等に資する事業を実施します。

事業名	内容
健康づくり支援事業	フィットネスクラブ等に新規入会または利用開始し、6か月以上継続して健康づくりに取り組む市民へ利用料金の助成を行います。
健康づくり体験イベント事業	健康づくり体験イベントに協力してくれる団体を募り、官民連携した協働事業として実施します。

## 第3項 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施

令和元年の医療保険制度の適正かつ効率的な運営を図るための健康保険法等の一部を改正する法律の改正による改正後の介護保険法等により、介護予防を進めるにあたり、高齢者の保健事業と一体的に実施するよう努めるものとされました。

一体的実施を行うにあたっては、介護・医療・健診情報等の活用を含め総合的な観点から検討する必要があるため、国保年金課等の医療部局と連携し、今後検討していくこととします。

## 第3節 生涯現役社会の推進及び高齢者の就労・就業等の支援

### 第1項 高齢者の就労・就業等の支援

昨今の定年の延長や再雇用等、60歳以上の方でも働き続ける方が多くなっています。その影響から、シルバー人材センターや高齢者クラブなどの加入者の年齢が70歳前後と高くなっている状況で、70歳前後の多くの方々が社会参加を通じて健康増進に勤しみ、活躍されています。

今後も高齢化率が高くなるとともに、労働生産年齢人口・割合は減少し、現役世代1人が、1人の高齢者を支える時代も遠からずやってきます。

国内のあちらこちらで叫ばれているように、今後は年齢にこだわらず、元気な高齢者には現役として社会参加をしていただき、就労・就業だけでなく、地域での社会参加も含め、一人ひとりが可能な限り社会貢献していくこと、役割を果たしていくことが必要となります。

今後、進んでいく企業等における高齢者の雇用促進についても、必要に応じて支援していきます。

### (1) シルバー人材センターの活用

公益社団法人取手市シルバー人材センターでは、「自主・自立・共働・共助」の理念の下に、60歳以降の定年退職者等の希望や、知識及び経験に応じた、臨時的かつ短期的な就業又はその他軽易な業務に係る就業の機会を確保、提供することにより、多様な社会参加活動を支援し、勤労意欲のある者に対する就業支援と高齢者の生きがいの充実と福祉の増進を図り、活力ある地域社会づくりに寄与することを目的としています。

会員の年齢は、定年の延長等により70歳以上の方がほとんどであり、自身や家族の健康事情により、退会する方も少なくない状況です。

また、昨今請負業務に係る法的規制が厳しくなったことで見直しを余儀なくされた業務もあり、一般労働者派遣事業や有料職業紹介事業を展開し就業の機会の確保に努めているところです。取手市では引き続き高齢者の生きがいの充実による活力ある地域社会づくりを進めていくため、継続してシルバー人材センター事業を支援していきます。

#### ■会員数と請負業務の就業延人数

(単位：人、件)

区分 \ 年度	実績		見込	推計		
	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)
60歳以上人口	42,464	42,619	42,785	43,404	44,154	44,895
会員人数	615	577	600	605	610	615
受注延件数	5,136	5,278	5,300	5,340	5,380	5,420
就業延人数	39,358	36,140	38,160	38,445	38,736	39,024

■一般労働者派遣事業の就業延人数

(単位：件，人)

区分 \ 年度	実績		見込	推計		
	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)
受注延件数	43	37	40	40	40	40
就業人数	66	75	70	70	70	70
就業延人数	8,958	5,854	7,000	7,000	7,000	7,000

■有料職業紹介事業就職者数

(単位：人，件)

区分 \ 年度	実績		見込	推計		
	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)
求職者数	10	1	10	5	5	5
求人件数	8	4	15	15	15	15
求人数	17	5	10	10	10	10
就職者数	4	0	10	10	10	10

**(2) 取手市地域職業相談室の活用**

取手市には、国との連携事業により公共職業安定所（ハローワーク）と同じく求人情報や職業相談が受けられる地域職業相談室があるため、高齢者の雇用情報や就業促進が図れるよう、茨城労働局との連携強化や情報提供の充実に努めます。

**(3) 取手市生涯現役促進地域連携事業推進協議会の設置**

取手市では、高齢者の雇用・就業促進に向けた地域の取組を推進するため、国が推し進める生涯現役促進地域連携事業を通じ、取手市・シルバー人材センター・取手起業家支援ネットワーク・商工会等で構成する協議会を立ち上げ、高齢者及び地域のニーズ等を踏まえた創意工夫のある高齢者の雇用・就業機会の確保に資する事業展開を図ります。

特に取手市では、取手起業家支援ネットワーク「Matchとりで」の設立により、起業に向けた支援プログラムメニューや環境が充実していることから、その強みを生かしてMatchとりでと連携した高齢者に適した起業支援事業を実施していきます。

## 第2項 生涯現役社会づくりの支援

### (1) ボランティア活動への参加

定年退職後の方については、その能力を十分に活かし、ボランティア活動を通じて地域に貢献していくことと考えています。

個々にボランティア団体に登録する方法以外では、取手市で実施している「介護支援ボランティアポイント制度」を利用し、介護事業所等で都合の良い時間にボランティア活動に参加することが可能です。

また、介護事業所等でのボランティア活動だけに留まらず、より多種多様なボランティア活動への参加意欲のある方には、ボランティア団体や地域のニーズ等の情報提供を行い、ボランティア活動の場を広げるための支援をしていきます。

#### ■介護支援ボランティアポイント制度

(単位：人，時間，箇所)

区分	年度	実績		見込	推計		
		H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)
登録者数		268	277	270	260	260	260
延従事時間数		3,387	2,780	200	800	800	800
受入指定施設数		27	27	28	28	28	29

【内容】 高齢者が、近隣の介護事業所等でのボランティア活動を通して積極的に社会貢献することを奨励するとともに、自身の介護予防を促します。

また、ボランティアによって得たポイントに応じて交付金を交付します。

【対象者】 65歳以上の元気な高齢者

【実績】 新型コロナウイルス感染症拡大防止により、ボランティア活動の自粛，受入指定施設の入館制限の措置等の影響を受け、参加者及び従事時間数が激減した。

【今後の方針】 新型コロナウイルス感染症の感染状況を勘案しながら、登録者がボランティアとして参加しやすい環境づくりに努めます。また、通いの場事業に従事及び利用した際に、ボランティアポイントを付与するなど、利用拡充について検討していきます。

### (2) 高齢者クラブへの参加

高齢者クラブは、取手市の各地域を基盤とする概ね60歳以上の方を対象とした自主的な組織です。仲間づくりを通して、生きがいや健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動を行うとともに、各個人の知識や経験を生かして、地域の諸団体と協

働し、地域を豊かにする社会活動に取り組み、明るい長寿社会づくり、保健福祉の向上に努めることを目的としています。

組織は日常的に声を掛け合い、歩いて集まることのできる小地域の範囲で組織しています。

定年の延長により、60歳を過ぎても働き続ける人が多いことから、70歳前後になっただ方が参加し始める傾向にあり、会員の自然増加は難しい状況です。

取手市高齢者クラブ連合会では案内チラシを作成し、会員からの配布だけでなく、他の講座の参加者へ配布するなど会員増強に努めております。

今後も地域を豊かにする社会活動に取り組み、仲間づくり、生きがいづくりにより、明るい長寿社会を目指す高齢者クラブ活動への支援を継続していきます。

■ 高齢者クラブ数・会員数の状況

(単位：人、箇所)

区分	年度	実績		見込	推計		
		H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)
クラブ数		37	37	36	36	36	36
会員数		1,990	1,935	2,045	2,000	2,050	2,100
新設クラブ数		0	0	0	0	0	0
廃止クラブ数		0	0	1	0	0	0

■ 高齢者クラブの活動状況

(単位：人)

区分	年度	実績		見込	推計		
		H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)
健康増進事業活動 延人数		32,500	27,230	35,000	35,000	35,000	35,000
社会清掃奉仕活動 延人数		3,625	2,015	4,000	4,000	4,000	4,000
趣味教養活動 延人数		10,254	9,105	12,000	12,000	12,000	12,000
合計		46,379	38,350	51,000	51,000	51,000	51,000

### 第3項 生涯学習等の支援

#### (1) 生涯学習事業の活用

老人福祉センターでは、健康増進や教養向上に努め、高齢者の生きがいのある生活を支援しており、多くの方が利用しています。

また、教育委員会では、生涯学習推進事業として、出前講座、市民大学講座、高齢者学級の取手市民向けの学習講座を開設しています。今後も地域住民の身近な学習拠点として、教育の向上、生活文化の振興、社会福祉の増進等に寄与し、自主的な学習活動及び交流の場として重要な役割を担うことが期待されます。

##### ① 老人福祉センターあけぼの・さくら荘

市内2箇所にある老人福祉センターでは、入浴施設を利用できるとともに、老人福祉各種相談、ゲートボール場、大広間、娯楽室、工作室を利用した各種事業・教室が展開されるなど、利用者促進を図っています。

趣味教室、教養講座や各種健康増進教室、施設・企業見学や教養講義の受講等を盛り込んだ年間講座等を今後も実施し、高齢者の趣味探求や生きがいのある生活を支援していきます。

##### ② 出前講座

市民の「知りたい・聞きたい・学びたい」という学習意欲に応えるため学友プラザリーダーバンクや市職員が講師となって地域へ出向き講座を実施していきます。

介護保険や高齢者福祉サービスについても、希望に基づき積極的に進めていきます。

##### ③ 市民大学講座

市民が誰でも参加できる教養・専門講座「市民大学」を開講し、各分野の専門的な知識を持った講師を迎えて、中長期的な講座を開講したり、東京大学から講師を招き特別講座を開講したりしていきます。

##### ④ IT基礎技術講習会

急速に発展する情報化社会に対応するため、パソコンボランティアを中心にIT講習会を実施していきます。

##### ⑤ 高齢者学級

敬愛される高齢者を目指し、健康・趣味・奉仕活動等を積極的に行い、物の見方や考え方、生きがいを見出すため、公民館（寺原・井野・白山・藤代）で開講している学級で、積極的に進めていきます。

##### ⑥ その他

成人向けのふるさと講座、着付け、そば打ち体験、しめ縄作り、おもてなしの英会話、切り絵などの講座を開講していきます。