

第7章

介護予防の推進と 支え合う地域づくり

第1節 地域包括支援センターの機能強化

第2節 介護予防・生活支援サービスの推進と[高齢者の社会参加](#)

第3節 健康づくりの推進

第4節 高齢者の権利擁護と虐待等への対応

第5節 家族や地域が高齢者を支えることができる環境づくり

第6節 就業・起業の支援

第1節 地域包括支援センターの機能強化

- 地域包括ケアシステムの構築に向けた中核的な機関である地域包括支援センターの機能強化を図ります。

1 取り巻く状況

(地域包括支援センターの設置状況)

- 高齢者が住み慣れた地域で、健康で生き生きとした生活を送っていくためには、介護保険サービスだけでなく、保健・医療・福祉の専門職、ボランティアなどの様々な資源を統合したケアが必要となります。
- このため、平成18年4月の介護保険制度改正により、高齢者の地域での自立した生活を支える拠点として「地域包括支援センター」が創設されました。
- 平成29年4月時点で、都内には、地域包括支援センターが427か所設置されています。東京は、全国に比べ、委託により設置されているセンターの割合が高く、約96%となっています。
- 都内の地域包括支援センターに従事する職員の平均人数は、1センター当たり7.4人と、全国平均の7.0人と比較して多くなっています¹。一方、地域包括支援センターの担当圏域の高齢者人口をみると、1センター当たりの高齢者人口も、東京は全国に比べて多くなっています。

都内の地域包括支援センター設置数

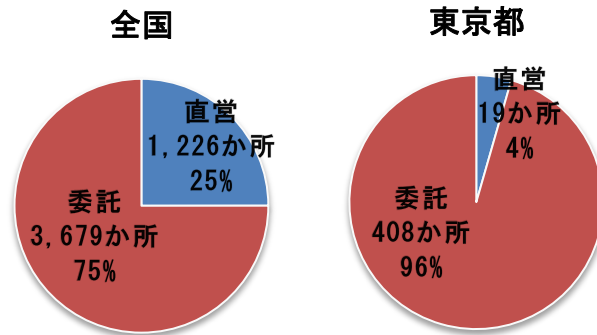
	センター 設置数	設置形態	
		直営	委託
区 部	264 か所	6 か所	258 か所
市町村部	163 か所	13 か所	150 か所
合 計	427 か所	19 か所	408 か所

(注) 平成29年4月時点

資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部作成

¹ 「地域包括支援センターが行う包括的支援事業における効果的な運営に関する調査研究事業」(2016年度厚生労働省老人保健健康増進等事業による調査)

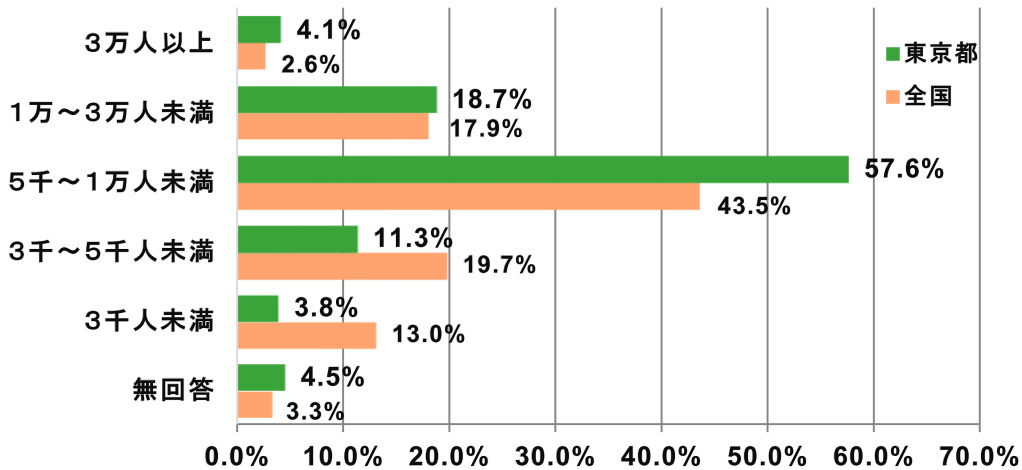
地域包括支援センターの直営と委託の比率



(注) 全国は平成 28 年 4 月時点、東京都は平成 29 年 4 月時点

資料：「地域包括支援センターが行う包括的支援事業における効果的な運営に関する調査研究事業」(2016 年度厚生労働省老人保健健康増進等事業による調査) 及び東京都福祉保健局高齢社会対策部作成

地域包括支援センターの担当圏域の高齢者人口



資料：「地域包括支援センターが行う包括的支援事業における効果的な運営に関する調査研究事業」(2016 年度厚生労働省老人保健健康増進等事業による調査)

(地域包括支援センターの役割)

- 地域包括支援センターは、地域支援事業の包括的支援事業（①介護予防ケアマネジメント、②総合相談支援業務、③権利擁護業務、④包括的・継続的ケアマネジメント支援業務）を一体的に実施し、地域住民の心身の健康の保持と生活の安定のために必要な援助を行うことにより、保健医療の向上・福祉の増進を包括的に支援することを目的として区市町村が設置しています。
- 平成 27 年 4 月の介護保険制度改正では、区市町村が取り組むべき事業として、包括的支援事業に新たに、在宅医療・介護連携の推進、認知症施策の推進、地域ケア会議の充実及び生活支援サービスの体制整備が位置付けられました。これらの新しい事業と地域包括支援センターの 4 つの業務とは深く関連し合っています。
- 平成 30 年 4 月の介護保険制度改正では、地域包括支援センターの機能強化を図るため、区市町村や地域包括支援センターは、センターの事業について評価を行うとともに、必要な措置を講じなければならないとされました。

2 地域包括支援センターの機能強化

【現状と課題】

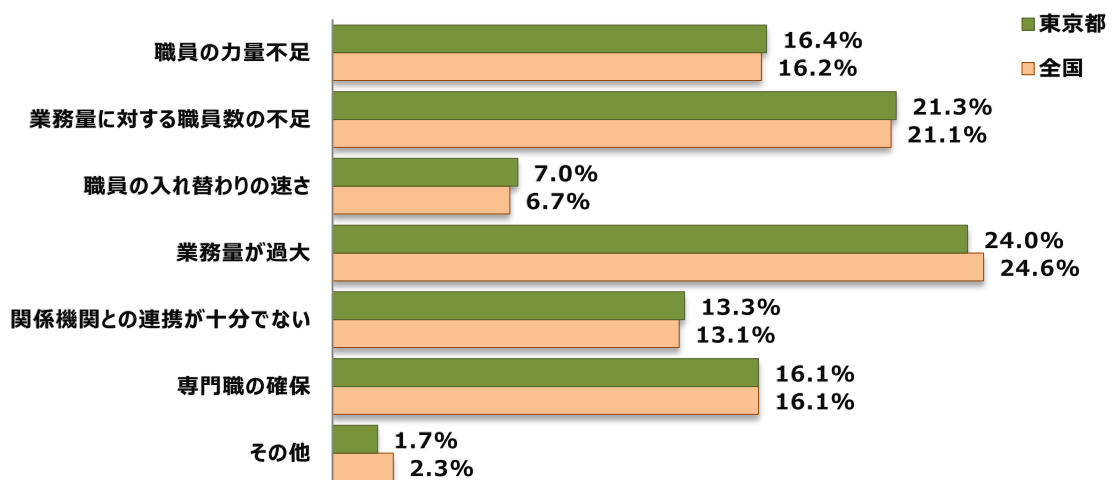
<期待される役割の増大>

- 地域包括支援センターは、地域の最前線に立ち、高齢者の総合相談、権利擁護、介護予防のケアマネジメント及び地域ケア会議等を通じたケアマネジメント支援等を業務とし、区市町村と一体となって、地域包括ケアシステム構築に向けた取組を推進する中核的な機関としての役割を果たしていく必要があります。
- さらに、平成27年4月の介護保険制度改正で包括的支援事業に位置付けられた「在宅医療・介護連携の推進」、「認知症施策の推進」、「地域ケア会議の充実」、「生活支援サービスの体制整備」に係る事業や総合事業についても、地域包括支援センターは区市町村と十分に連携し、それぞれの地域の実情にあった地域包括ケアシステムの構築に向けて取り組んでいくことが期待されています。

<センターの効果的な運営に向けた体制の確保>

- 一方で、地域包括支援センターは、「業務量が過大」、「職員の力量不足」などの課題を抱えています。地域包括支援センターが直面している課題を解決し、期待される役割を十分に果たすにはセンターの機能を高めていく必要があります。
- そのためには、適切な人員体制の確保や財源措置、センター間の役割分担・連携の強化、設置主体である区市町村によるセンターの運営方針の設定、運営や活動状況の点検・評価などの行政と一体となった効果的なセンター運営が求められています。

地域包括支援センターの抱える課題



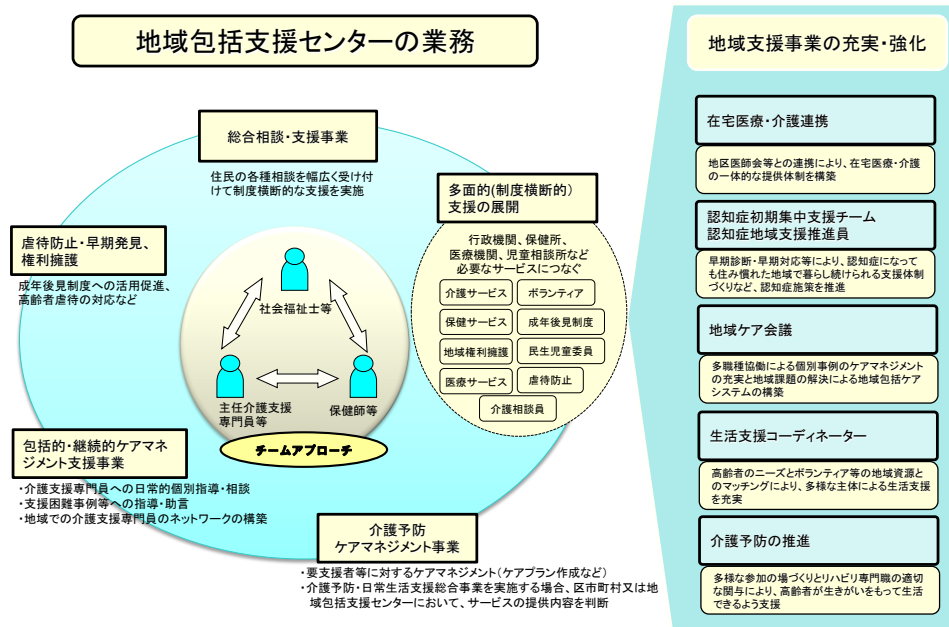
資料：厚生労働省「平成27年度地域包括支援センター運営状況調査」

【施策の方向】

■ 地域包括支援センターの機能強化に向けた取組を支援します

- 地域包括支援センターの機能強化を図るため、初任及び現任職員向けの研修を実施してまいります。
- 管内の複数のセンターを統括し、サポートする機能強化型地域包括支援センターの設置や、センターにおける相談体制の充実に取り組む区市町村を支援してまいります。
- 住民主体の地域づくりにつながる介護予防活動を推進するため、地域包括支援センター等への専門職の配置を促進するとともに、多職種が連携し、自立支援・介護予防に向けた地域ケア個別会議の実施及び地域ケア会議の充実に取り組む区市町村を支援してまいります。

地域包括支援センターの機能強化



資料：厚生労働省公表資料に基づき東京都福祉保健局高齢社会対策部作成

【主な施策】（※高齢包括：高齢社会対策区市町村包括補助事業）

・ **地域包括支援センター職員研修事業〈再掲〉〔福祉保健局〕**

地域包括支援センターに配置される職員に対して、地域包括支援センターの意義、他の専門職との連携等の業務について理解し、業務を行う上で必要な知識及び技術の習得・向上を図るための研修を行います。

・ **機能強化型地域包括支援センター等設置促進事業〔福祉保健局〕**

管内の地域包括支援センターを統括し総合的に支援する機能強化型地域包括支援センターの設置を促進することで、地域包括支援センター業務の実施体制の充実及び機能強化を図ります。

・ **総合相談体制整備強化事業〔高齢包括〕〔福祉保健局〕**

相談窓口の365日24時間開所や、介護以外の分野も含めた包括的・総合的な相談支援体制の構築など、相談体制の充実に取り組む区市町村を支援します。

・ **介護予防による地域づくり推進員配置事業〔福祉保健局〕**

住民運営の通いの場の立ち上げや充実などを支援する専門職である「介護予防による地域づくり推進員」を地域包括支援センター等に配置する区市町村を支援します。

・ **【新規】自立支援・介護予防に向けた地域ケア会議推進事業〔福祉保健局〕**

多職種が連携し、高齢者の自立した日常生活の支援、介護予防、要介護状態等の軽減を目的とした地域ケア個別会議の開催を支援するため、高齢者の生活課題とその背景にある要因を理解し、個々の高齢者に合った適切な支援方法について提案・助言できる人材を養成するとともに、モデル事業を通じ、区市町村における地域ケア会議の構築を支援します。

・ **主任介護支援専門員を活用した地域のケアマネジメントの向上事業〔高齢包括〕〈再掲〉〔福祉保健局〕**

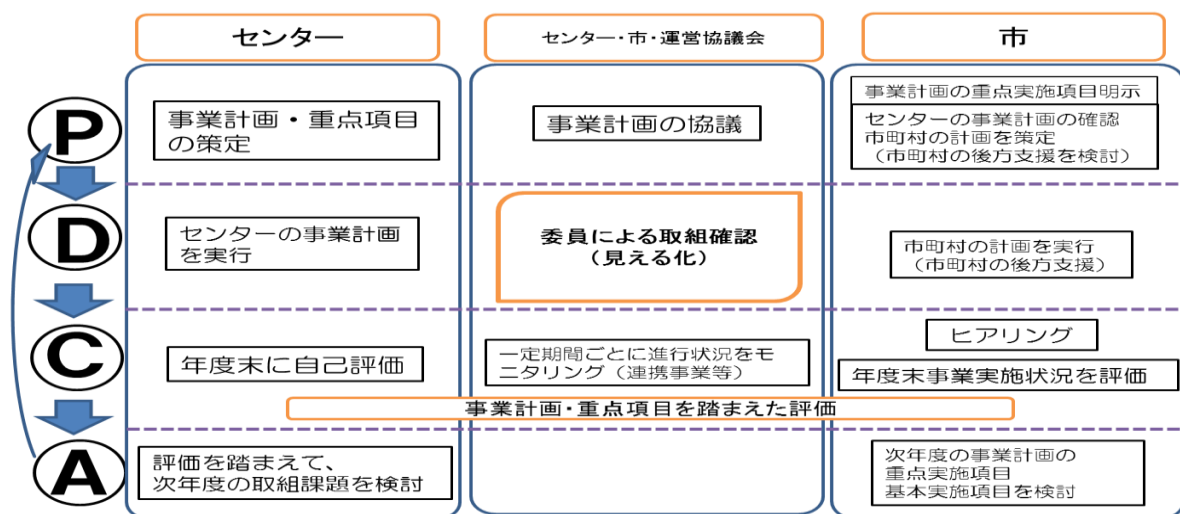
地域包括支援センターと居宅介護支援事業所の主任介護支援専門員とが連携し、地域包括ケアを推進するための介護支援専門員支援体制・地域づくりを行う区市町村独自の取組を支援します。

地域包括支援センターの機能強化の取組

～国分寺市のPDCAサイクルを意識した計画・重点項目策定と評価の取組～

- 国分寺市では、市直営の地域包括支援センターを基幹型センターと位置付け、市内に6か所ある委託型センターの活動をバックアップし、「動きやすい体制」を整備することで、センター全体の機能強化を図っています。
- 6センターを東西の3センターずつに別けて、窓口となる支援担当職員を配置し、日々の業務や個別ケースに関する相談を受けています。
- 委託型センターは年1回業務チェックシートを用いた自己評価を行い、業務実態の可視化を行っています。行った結果を市に提出し、業務の現状をとともに振り返り、対話を行うことによって、課題や効果的な解決策を明らかにし、具体的な業務改善や市による支援強化につなげ、地域包括支援センターの機能強化を図るための一つの材料としています。また、新任職員を中心に業務の理解を深める機会となり、OJTとしての取組にも活用されています。
- 業務チェック（各センターによる自己評価）に基づき、市職員がセンターに出向いてヒアリングを実施後、地域包括支援センター運営協議会に諮り、事業計画・重点項目を踏まえた評価を行います。
- 評価結果を踏まえ、各センターの年間事業計画策定前に、市の年間計画と重点項目を提示し、市とセンターにおいて整合性のある計画策定に取り組んでいます。また、年度当初には市の支援担当が法人職員を含めたヒアリングを実施し、年間計画と運営・人員体制について確認しています。
- センターが充実した運営を継続していくため、PDCAを意識した取組により、計画とその評価の仕組みを整え、設置主体である行政としての役割、責務を果たしています。

PDCAサイクルを意識した計画・重点項目策定と評価に向けて



執筆協力：国分寺市

第2節 介護予防・生活支援サービスの推進と高齢者の社会参加

- 「介護予防・日常生活支援総合事業」の効果的な実施に向けて、区市町村の介護予防機能の強化に資する支援を行います。
- 「団塊の世代」をはじめとする元気な高齢者が「地域社会を支える担い手」として、自主的かつ継続的に活躍できる環境を整備します。
- 一人暮らしや夫婦のみで暮らす高齢者が住み慣れた地域でいつまでも安心して生活できるよう、地域住民による支え合い・助け合い活動や見守りネットワークの構築を支援します。

1 取り巻く状況

(介護予防・日常生活支援総合事業の充実)

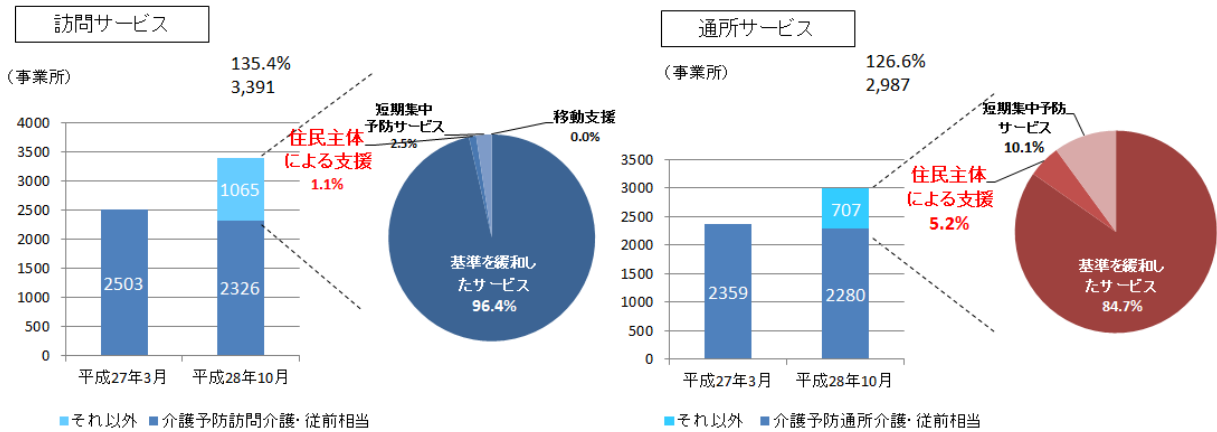
- 平成27年4月の介護保険制度改正により、総合事業が発展的に見直され、「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」から構成されることとなりました。
- 見直し後の総合事業は、区市町村が中心となり、地域の実情に応じて、住民等の多様な主体が参画し、多様なサービスを充実することにより、地域の支え合いの体制づくりを推進し、要支援者等に対する効果的かつ効率的な支援等を可能とすることを目指すものです。
- 「介護予防・生活支援サービス事業」では、多様な生活支援ニーズに応えるため、従来の介護予防訪問介護や介護予防通所介護と同様のサービスに加えて、ボランティア、NPO法人、民間事業者等を含めた多様な担い手による訪問サービス、通所サービス及びその他の生活支援サービスを提供します。平成28年4月までに総合事業を開始した都内自治体の状況を見ると、従来のサービス以外の「多様なサービス」が出現しているものの、そのうち住民主体による支援の実施率は低くなっています。
- 「一般介護予防事業」では、心身の状況等によって分け隔てることなく、高齢者自身が担い手となって体操等を行う通いの場を運営する取組など、住民主体の地域づくりにつながる介護予防活動を行うとともに、リハビリテーション専門職等の関与を促進することで、介護予防の機能強化を図ることが求められています。
- 高齢者の中でも、要介護・要支援状態に至っていない元気な方は多く、高齢者が地域で社会参加できる機会を増やしていくことは、生きがいや介護予防にもつながっていきます。そのような社会参加の機会の一つとして、できる限り多くの高齢者が、地域で支援を必要とする高齢者の支え手となることが期待されています。

生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加



資料：厚生労働省公表資料

総合事業の実施状況



資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部作成

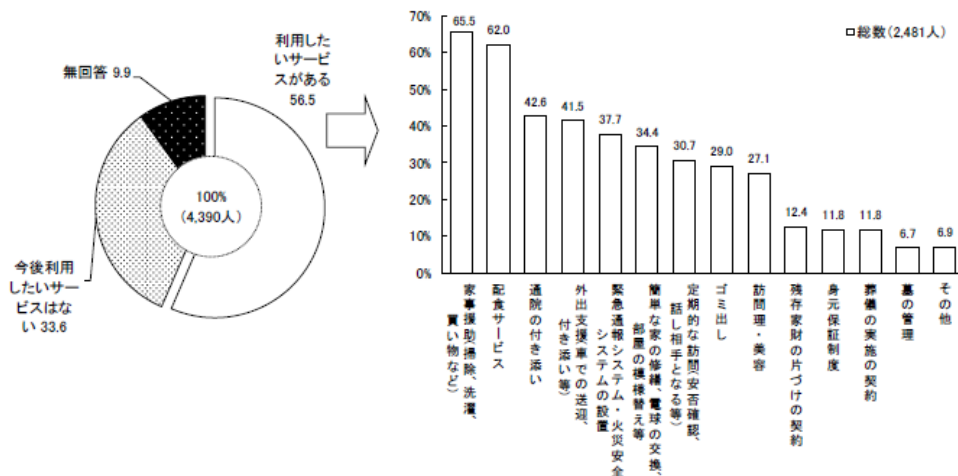
注釈：平成28年12月厚生労働省調査「総合事業の実施状況」より都内32区市の数値を抽出

(平成28年4月時点で介護予防・日常生活支援総合事業へ移行した自治体を対象に調査)

(多様な生活支援サービスのニーズ)

- 都内の高齢者単独世帯は、国立社会保障・人口問題研究所の将来推計によると平成27年の約74万世帯から平成37年には約89万世帯に増加すると見込まれています。また、高齢夫婦世帯は、平成27年の約56万世帯から平成37年には約62万世帯に増加し、高齢者単独世帯と合わせて約21万世帯の増加が見込まれています。
- 一人暮らしや夫婦のみで暮らす高齢者が住み慣れた地域で安心して在宅生活を継続するためには、介護や医療のサービス提供のみならず、食事の用意、見守り、日常生活上のちょっとした困りごとへの対応など、多様な生活支援サービスが欠かせません。
- 都内の高齢者にこのような生活支援サービスの今後の利用意向を聞いたところ、約6割の方が利用したいと考えており、中でも、「家事援助（掃除、洗濯、買い物等）」、「配食」、「通院の付き添い」などのニーズが高くなっています。

生活支援サービスの今後の利用意向



資料：東京都福祉保健局「平成27年度東京都福祉保健基礎調査 高齢者の生活実態」

(東京都と区市町村の役割)

- 区市町村は、総合事業の実施主体として、地域の実情に応じ、住民等の多様な主体の参画による多様な生活支援・介護予防サービスを充実することにより、地域の支え合いを推進し、要支援者等に対する効果的かつ効率的な支援等を行っていきます。
- 東京都は、広域的自治体として、区市町村が地域の実情に応じて介護予防や生活支援サービスの充実に向けた取組を円滑にを図り、総合事業を効果的に実施することができるよう、情報提供や人材育成等の支援に努めていきます。

2 介護予防の推進

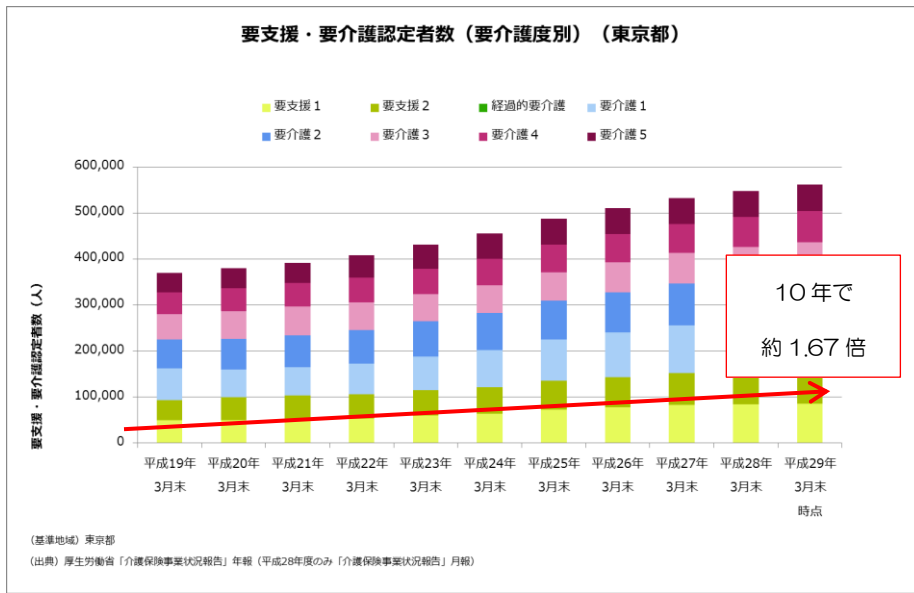
【現状と課題】

<増え続ける要支援者>

- 東京都における要支援認定者数は、10年（平成19年3月末から平成28年3月末まで）で約1.67倍（要支援・要介護認定者数では約1.52倍）に増えています。
- 厚生労働省が行った平成28年国民生活基礎調査によれば、介護が必要となった主な原因を要介護度別にみると、要支援者では、「関節疾患」が17.2%で最も多く、次いで「高齢による衰弱」が16.2%、「骨折・転倒」が15.2%となっています。これらはいずれも、体を動かさないことによる心身の機能低下が要因の一つであり、定期的に体を動かすことなどにより予防が可能と考えられます。
- 一般社団法人日本老年医学会は、平成26年5月にフレイルに関する提言をとりまとめ、「高齢社会のフロントランナーとしてのわが国においても、フレイルの意義を周知することが必要であり、高齢者の医療介護に携わるすべての専門職が、食事や運動によるフレイルの一次、二次予防の重要性を認識すべきである。」としています。
- この「フレイル」とは、「加齢とともに心身の活力（運動機能や認知機能等）が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像」²とされており、健康な状態と介護が必要な状態の間を意味します。多くの高齢者が、この中間的な段階を経て、徐々に要介護状態に至るとされています。
- フレイルの状態に至ることなく、健康な状態で高齢期を過ごすためには、バランスの良い食事と定期的な運動を心掛けるとともに、外出や趣味活動、地域での交流など、社会とのつながりを保ち、活動的な状態を維持し続けることが大切です。

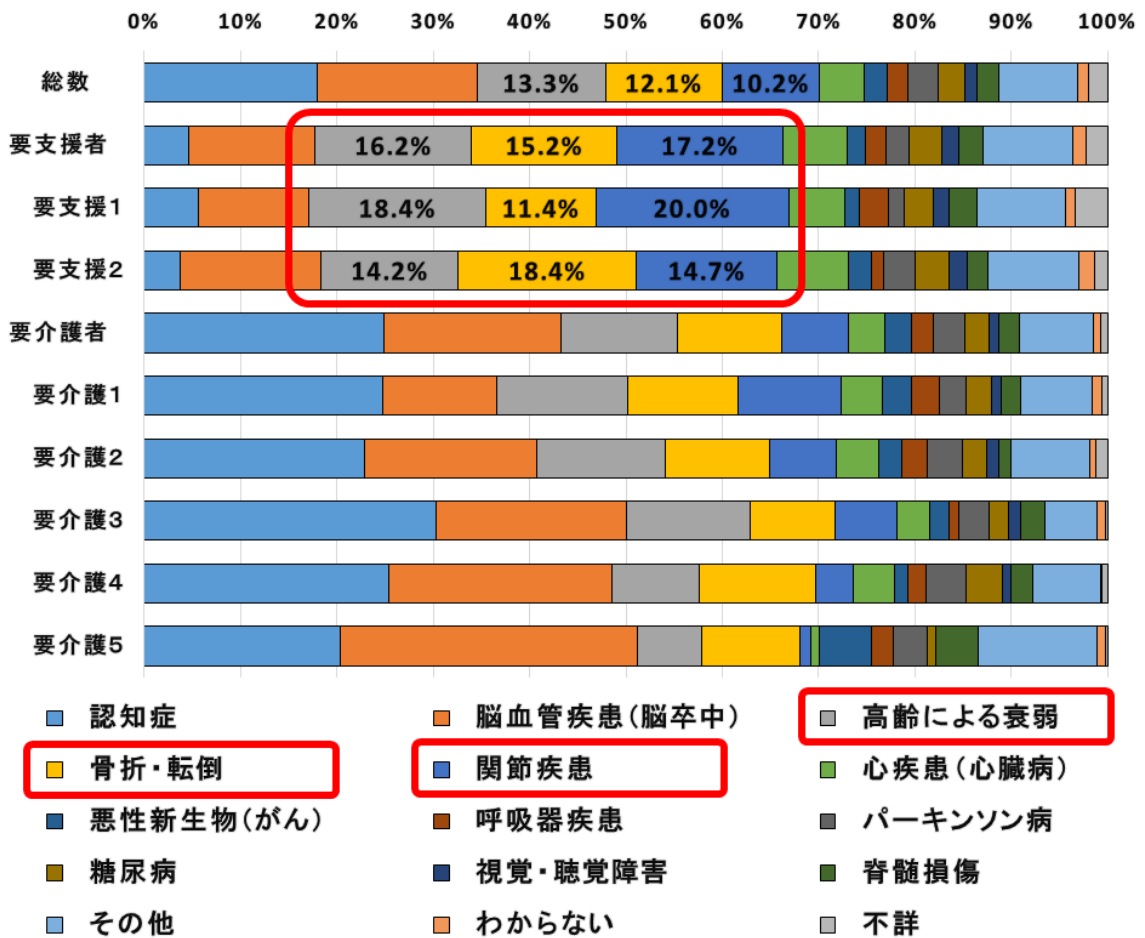
²（平成27年度厚生労働科学研究費補助金「後期高齢者の保険事業のあり方に関する研究」鈴木隆雄，平成27年度総括・分担研究報告書）

要支援・要介護認定者数[東京都]



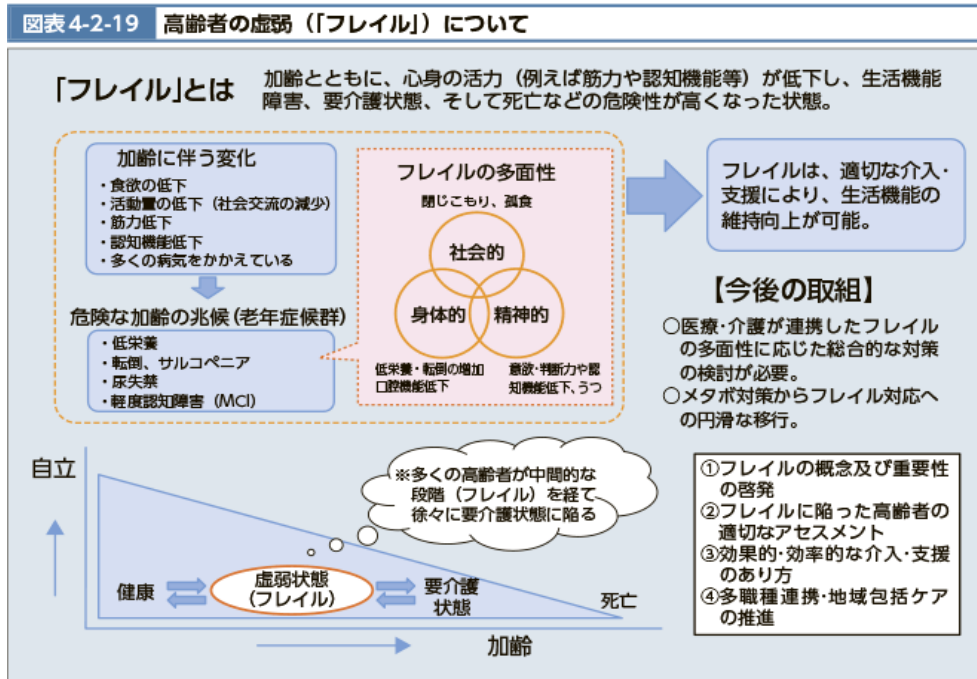
資料：厚生労働省公表資料

要介護度別にみた介護が必要になった主な原因[全国]



資料：厚生労働省「平成28年国民生活基礎調査」

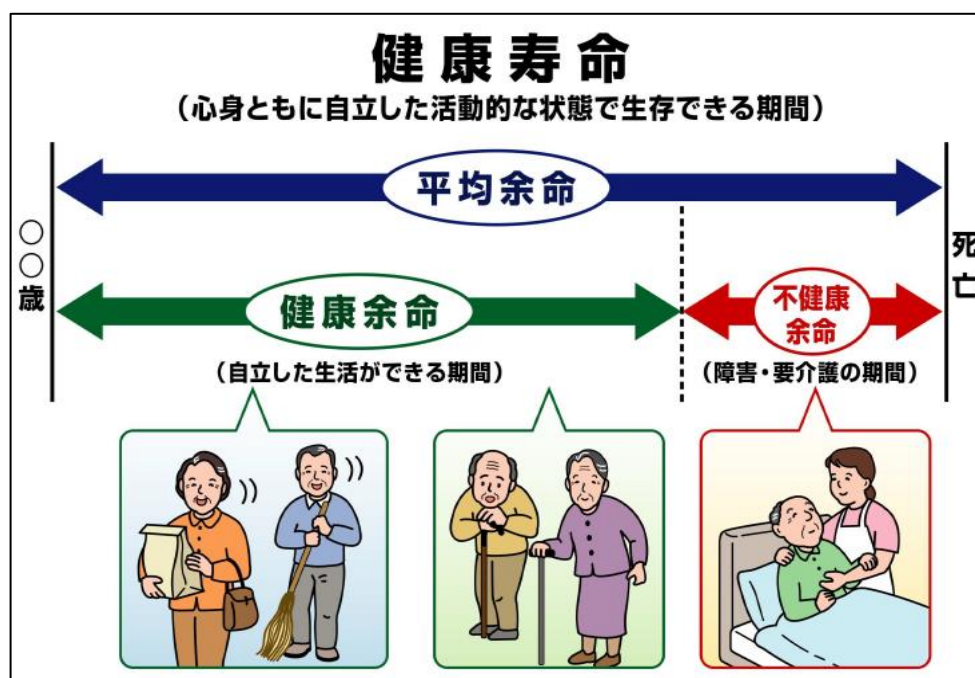
高齢者の虚弱（「フレイル」）について



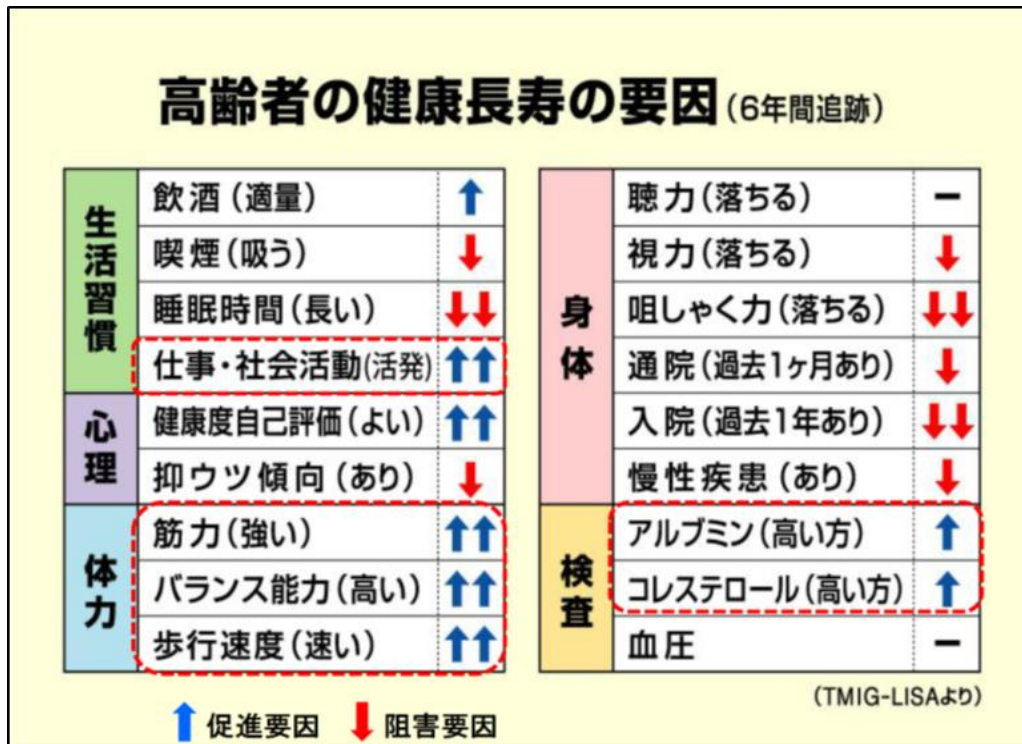
資料：厚生労働省「平成 28 年版厚生労働白書」

<新しい介護予防に向けた発想の転換>

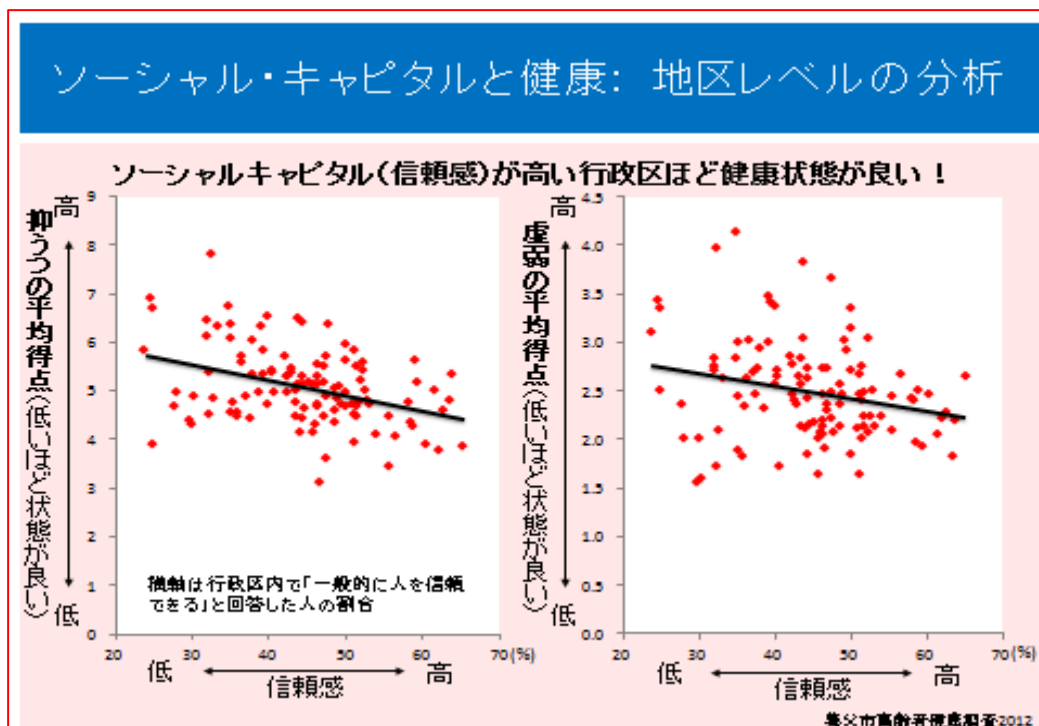
- 健康寿命の延伸には、体力の維持、低栄養の予防、社会参加を促す取組が重要とされています。
- これまで行われてきた介護予防の取組は、心身機能の改善を目的とした機能回復訓練に偏りがちで、介護予防で得られた活動的な状態をバランスよく維持するための活動や社会参加を促す取組が十分ではありませんでした。
- 人への信頼感が高い地域ほど健康状態が良いという研究結果もあり、これからの介護予防においては、高齢者が地域の中に生きがい・役割を持って生活できるような居場所と出番づくりを進め、人と人との絆や社会とのつながりを強めることを意識したコミュニティづくりを行うことが重要です。
- 高齢者や地域の住民が主体となって定期的に体操などを行う通いの場の取組等を区市町村や地域包括支援センターが支援し、地域に展開することにより、住民同士のつながりが強まり、参加者の増加や通いの場の広がりが期待できます。
- 区市町村は、介護予防を「地域づくり」として捉え、住民主体の介護予防活動を支援するほか、地域の様々な社会資源を活用して介護予防事業を展開していく必要があります。
- また、区市町村には、地域の高齢者のニーズに合った、より効果的・効率的な介護予防事業を推進するため、事業の効果検証も求められます。



資料：「福祉先進都市・東京の実現に向けた地域包括ケアシステムの在り方検討会議」（第3回）新開省二委員資料



資料：「福祉先進都市・東京の実現に向けた地域包括ケアシステムの在り方検討会議」（第3回）新開省二委員資料



資料：「福祉先進都市・東京の実現に向けた地域包括ケアシステムの在り方検討会議」（第3回）新開省二委員資料

<多職種連携の重要性>

- 総合事業における介護予防ケアマネジメントは、介護予防と自立支援の視点を踏まえ、高齢者の心身の状況やその置かれている環境等に応じ、高齢者自らの選択に基づいたサービスが包括的かつ効率的に提供されるよう、専門的な視点から、必要な援助を行うことを目的としています。
- 介護支援専門員のみならず、多職種が連携することにより、それぞれの専門的視点から高齢者の生活課題の解決に向けた支援を行い、QOL（生活の質）の向上を図ることが重要です。
- これまで東京都は、地域においてリハビリテーション専門職等を活かした効果的な介護予防を推進するため、高齢者の生活期リハビリテーションを支える人材の養成等を行っており、平成29年4月には、地方独立行政法人東京都健康長寿医療センターに「介護予防推進支援センター」を設置しました。
- 区市町村においては、地域における介護予防の取組を機能強化するため、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民運営の通いの場などに、リハビリテーション専門職等の関与を促進していくことが求められています。

【施策の方向】

■ 介護予防の取組を総合的かつ継続的に支援します

- 地方独立行政法人東京都健康長寿医療センターに設置した「介護予防推進支援センター」において、地域の実情や取組段階に応じて区市町村が介護予防に取り組めるよう、総合的かつ継続的に支援していきます。
- 区市町村が地域の高齢者のニーズに合った、より効果的・効率的な介護予防事業を実施できるように、「東京都介護予防推進会議」において情報提供や支援を行います。

■ 住民運営の通いの場づくりを支援します

- 高齢者や地域住民が運営する通いの場の取組など、住民主体の地域づくりにつながる介護予防活動に取り組む区市町村を支援していきます。

■ 自立支援・介護予防に向けた地域ケア個別会議の実施、地域ケア会議の充実を支援します

- 多職種が連携し、高齢者の自立した日常生活の支援、効果的・効率的な介護予防、要介護状態等の軽減を目的とした区市町村における地域ケア個別会議の開催を推進し、効果的な介護予防ケアマネジメントと自立支援に向けたサービスの提供により、高齢者のQOL（生活の質）の向上と重度化予防を図ります。
- 地域ケア個別会議における「個別課題」の分析を積み重ねることにより、「地域課題」を明確化し、地域課題の解決に向けた地域づくりや社会資源の開発、さらには政策形成などへつなげていく区市町村の取組を支援していきます。

【主な施策】

・ 東京都介護予防推進支援事業〔福祉保健局〕

東京都介護予防推進支援センターにおいて、介護予防に取り組む人材の育成等やリハビリテーション専門職等の派遣など、介護予防に取り組む区市町村を総合的かつ継続的に支援するとともに、介護予防に関する情報共有システムを運用し、相談に対する助言や先進的な取組事例の共有化により、区市町村の効率的な総合事業の実施を支援します。

・ 東京都介護予防推進会議〔福祉保健局〕

区市町村、学識経験者などで構成し、介護予防事業の実施状況、課題などについて検討を行います。

・ 介護予防による地域づくり推進員配置事業〈再掲〉〔福祉保健局〕

住民運営の通いの場の立ち上げや充実などを支援する専門職である「介護予防による地域づくり推進員」を地域包括支援センター等に配置する区市町村を支援します。

・ 【新規】 自立支援・介護予防に向けた地域ケア会議推進事業〈再掲〉〔福祉保健局〕

多職種が連携し、高齢者の自立した日常生活の支援、介護予防、要介護状態等の軽減を目的とした地域ケア個別会議の開催を支援するため、高齢者の生活課題とその背景にある要因を理解し、個々の高齢者に合った適切な支援方法について提案・助言できる人材を養成するとともに、モデル事業を通じ、区市町村における地域ケア会議の構築を支援します。

多摩市における住民主体の通いの場 “地域介護予防教室”
～元気アップ体操 de 身体も地域も元気アップ～

○ 多摩市は、多摩丘陵の北端部に位置している、坂道が多いまちです。多摩丘陵に計画・整備された日本最大規模のニュータウンで、昭和 46（1971）年に第一次入居が始まり、市総人口の約 7 割、市総面積の約 6 割を占めています。大量入居したことにより、人と団地が一斉に高齢化し（H29 年 11 月現在 27.5%）、エレベーターのない 5 階建ての団地が高齢者の外出の困難性を高めています。そのため、いつまでも、足腰が丈夫で、住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、介護予防事業に力を入れ取り組んでいます。

○ そのような中、地域で介護予防に関する知識をもった健康意識の高い市民を養成し、地域の核になって活動できるよう、平成 25 年から介護予防リーダーを養成しました。何歳になっても地域に貢献したいという思いや熱意にあふれた介護予防リーダー（平成 29 年 3 月末現在 69 名、平均年齢 68 歳、最高齢 86 歳）が地域で活躍しています。介護予防リーダーは地域の介護予防を進める上で、行政の大切なパートナーであり、地域の皆さんと行政をつなぐ大切なパイプ役となっています。



○ 通いの場 “地域介護予防教室” のきっかけは、介護予防リーダー養成講座を修了した介護予防リーダーから、「何か活動したい、介護予防活動を地域でおこなっていくための共通のツールが欲しい」との声があがったことです。そこで、介護予防リーダーと介護予防機能強化支援員（理学療法士、現・介護予防による地域づくり推進員）、行政職員で意見交換を重ね、虚弱の方も通える体操 “元気アップ体操” づくりました。通いの場の立ち上げ準備として、介護予防リーダー用のテキスト、DVD、参加者用パンフレットを作成し、体操勉強会を行いました。また、介護予防リーダーを地域ごとにグルーピング等を行うことで、住み慣れた地域で活動でき、リーダー同士が連携しやすくなるよう工夫しました。

○ 平成 28 年度より始まった通いの場 “地域介護予防教室” は、現在 12 ヶ所になり、どの教室も口コミで広がり、部屋に入りきらないほど大盛況です。参加者からは「膝や腰の痛みが減った」「杖がなくても歩ける時間が増えた」「近所の人と知り合いになれた」という声が聞かれています。地域の住民が主体的に行う通いの場 “地域介護予防教室”

は、参加者にとって生活の一部となっており、週に1回、体操だけでなく、交流や人とのつながりの場になっています。欠席した方には、介護予防リーダーが連絡をしたり、訪問したりして見守り活動にも発展しています。元気アップ体操を通じて、参加する方が元気になる介護予防リーダーが生きがいを感じて元気になる、周りの方が元気になる、地域全体が元気になる、そのような場になっています。

地域介護予防教室での元気アップ体操



元気アップ体操を核とした 「地域づくりによる介護予防」

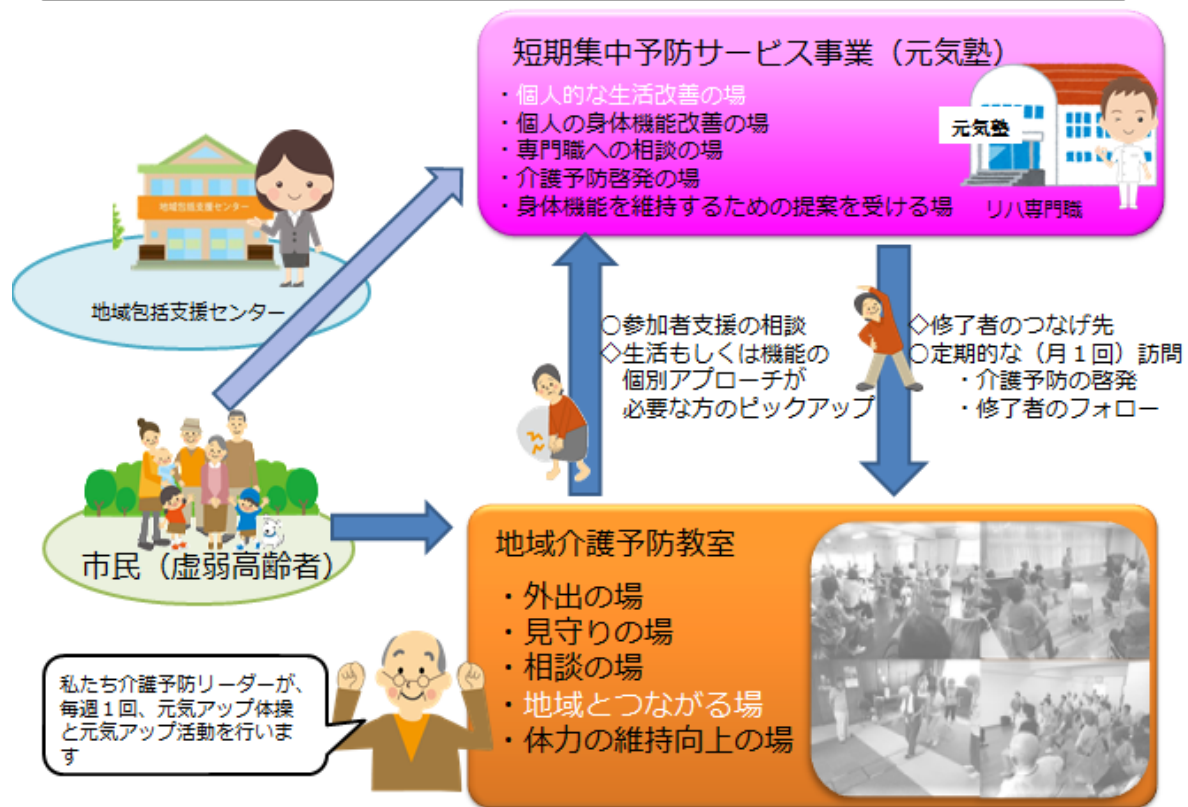
私が元気になる ↔ 周り(場)が元気になる ↔ 地域が元気になる



介護予防をきっかけに、自分たちが主体となって行う通いの場を拡充していくことが、地域の健康度の向上につながる

- また、多摩市では、地域介護予防教室が総合事業と連動した仕組みで展開し、継続した活動ができるよう支援しています。通所型短期集中予防サービス事業との連動、リハビリテーション専門職派遣、地域包括支援センター、市による後方支援、体力測定による効果判定、介護予防リーダーの交流の場を設ける等を行っています。

通所型短期集中予防サービス事業(元気塾)と地域介護予防事業の連動する仕組み



- 今後、地域介護予防教室は小学校区に1ヶ所の約20ヶ所を目指し拡大していきます。また、より身近な地域で、介護予防に資する体操を週1回以上行っていくことを目指すグループに対して、リハビリテーション専門職を派遣し、簡単にできる体操のアドバイスや元気アップ体操のエッセンスが詰まったDVDやパンフレットを使って、活動を継続する「近所de元気アップトレーニング（近トレ）」を広め、これらと連動した支援を行います。
- 地域の住民が主体的に行う通いの場を充実し、人と人とのつながりを通じて、参加者や通いの場が継続的に拡大していくような温かい地域づくりをさらに推進し、効果的な介護予防の拡充に向け、引き続き取り組んでいきます。

執筆協力：多摩市健康福祉部高齢支援課

3 生活支援サービスの充実と高齢者の社会参加

【現状と課題】

＜地域の担い手として的高齢者＞

- 高齢者が地域で安心して暮らし続けられるためには、支援を受ける側となるばかりでなく、地域とのつながりを持ちつつ時には「地域社会を支える担い手」となり、住民相互に支え合うことも重要です。
- 高齢者のうち、要介護（要支援）認定を受けている人の割合は2割を下回っており、その多くが元気な高齢者です。
- 都内の約60万人の「団塊の世代」は、現在全てが65歳以上の高齢者となっており、生活の中心が会社から地域社会へと移っている人も多いと推測されます。
- このような「団塊の世代」をはじめ、多くの高齢者が「地域社会を支える担い手」として、支援を必要とする高齢者のサポートや一人暮らし高齢者の見守りなどに積極的に関わるとともに、地域において高齢者が相互に助け合い、支え合う活動を充実させていくことが期待されます。社会的な役割を持って活動することは、高齢者自身の介護予防にもつながります。
- 一方で、地域活動とその担い手とを結び付ける機能が弱いこと、地域活動に関する情報発信が不足していることなどにより、高齢者の社会参加への意欲が実際の活動に結び付いていないという指摘もあります。
- なお、住民主体の支援活動等を推進するための区市町村における取組の一例として、高齢者が地域のサロンや会食会、外出の補助、介護施設等でのボランティア活動などを行った場合にポイントを付与する高齢者ボランティア・ポイントといった制度があり、平成28年度は14区15市1町で実施されています³。

³ 高齢者ボランティア・ポイントの取組は、各区市町村の判断により、地域支援事業交付金等を財源として実施されている。実例として、稲城市の「介護支援ボランティア制度」等がある。

<多様な生活支援サービスの充実>

- 今後、様々な生活上の困りごとへの支援が特に必要となる一人暮らしの後期高齢者が大幅に増えるを見込まれており、生活支援サービスを充実していくことが求められます。
- 地域で高齢者の在宅生活を支えるサービスには、介護保険制度や区市町村の事業として行われているサービスのほか、民間事業者の独自サービスや地域住民の支え合いで提供されているものもあります。生活支援サービスの充実には、そうした地域の多様な資源を把握するとともに、多くの高齢者が担い手となり、地域住民の互助を基本としたサービスが積極的に展開されることも期待されます。
- 平成27年4月の介護保険制度改正では、地域において、生活支援・介護予防サービスの提供体制の構築に向けたコーディネート機能（主に資源開発やネットワーク構築の機能）を担う生活支援コーディネーターの配置と、多様な主体間の定期的な情報共有及び連携・協働による取組を推進する協議体の設置などが地域支援事業に位置付けられました。現在、第1層として区市町村区域、第2層として日常生活圏域（中学校区域等）のそれぞれのエリアで生活支援・介護予防の体制整備が進められていますが、区市町村によって取組状況は異なっています。

<都内における生活支援コーディネーター配置自治体数>

	少なくとも 1層・2層 どちらかを配置	1層を配置	2層を配置
区部	21	20	13
市町村部	30	30	14
合計	51	50	27

(注) 1層・2層を兼任のコーディネーターについては、1層に計上

<都内における協議体設置自治体数>

	少なくとも 1層・2層 どちらかを設置	1層を設置	2層を設置
区部	18	17	13
市町村部	22	19	12
合計	40	36	25

(注) 平成29年6月時点

資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部作成

【施策の方向】

■ 生活支援サービスの充実に向けた取組を支援します

- ボランティアや、NPO法人、民間事業者等を活用して配食や見守りなどの生活支援サービスを提供していく区市町村の取組を支援していきます。
- 「団塊の世代」をはじめとする元気な高齢者を生活支援サービスの担い手として位置付け、高齢者の活動の場をつくり、生活支援サービスの充実と介護予防の両立を図る区市町村の取組を支援します。
- 生活支援コーディネーターの養成研修を実施するとともに、各区市町村の生活支援体制整備に係る情報共有を図ることにより、区市町村において生活支援コーディネーターの配置や協議体の設置が適切に行われ、生活支援サービスの充実に向けた取組が効果的に行われるよう支援します。
- 東京の強みである活発な企業活動や、豊富な知識と経験を持った多くの人たちの力を活用し、生活支援や介護予防など地域包括ケアシステムの構築に資する地域貢献活動の活性化とともに、高齢者を含む住民一人ひとりが地域社会を支える担い手であるという意識の醸成を図ります。

■ 高齢者の社会参加を促進する取組を支援します

- 人生100年時代において、多様なニーズを持つ高齢者の生きがいつくりや自己実現に役立つよう、多様な主体による地域貢献活動の情報発信や、「学び」と「新たな交流」の場の開設など、ボランティア等高齢者の社会活動・地域活動等などへの参加を促進し、地域社会で活躍できる機会を提供する区市町村などの取組を支援します。
- 高齢者の健康増進や仲間づくり活動を支え、世代を超えた交流を促進するため、文化・スポーツ活動、老人クラブ活動等を支援します。

【主な施策】（※高齢包括：高齢社会対策区市町村包括補助事業）

- ・ **高齢者が地域で安心して生活できるための事業**〔高齢包括〕〔福祉保健局〕
友愛訪問、相談事業、乳飲料・牛乳配達訪問を通じた見守り等、高齢者が在宅で安心して生活することができるようにするための取組を支援します。
- ・ **生涯現役社会に向けたシニアの社会参加推進事業**〔高齢包括〕〔福祉保健局〕
「団塊の世代」等の元気な高齢者が自宅にひきこもることなく、地域で生きがいを持って活動できる場を創出するため、高齢者の多様な社会参加を推進する取組を行う区市町村を支援します。
- ・ **【拡充】生活支援体制整備強化事業**〔福祉保健局〕
生活支援・介護予防サービスの充実・強化及び高齢者の社会参加を推進するため、地域の生活支援ニーズと地域資源のマッチング等を行う生活支援コーディネーターを養成し、各区市町村が適切に配置できるようにすることで、地域におけるサービス提供体制の整備を支援します。
- ・ **多様な主体の地域貢献活動による地域包括ケアの推進**（東京ホームタウンプロジェクト）〔福祉保健局〕
企業人や元気な高齢者などの豊富な知識と経験を活用し、地域福祉の担い手を創出していくためのセミナー等を開催するほか、多様な主体による地域貢献活動の情報を発信し、東京の強みを生かした地域包括ケアシステムの構築を推進します。
- ・ **見守りサポーター養成研修事業**〔高齢包括〕〔福祉保健局〕
高齢者等の異変に気付き、地域包括支援センター等の専門機関に連絡するなど、地域の方が状況に応じた見守りを行えるよう、見守りサポーター養成研修を実施する区市町村を支援します。
- ・ **施設介護サポーター事業**〔高齢包括〕〔福祉保健局〕
地域住民が、施設での介護サービスを支える活動に自主的・自発的に参加できる環境をつくるため、地域住民に対する施設介護サポーター養成研修及び高齢者施設での施設介護サポーター受入体制の整備を行う区市町村を支援します。
- ・ **老人クラブ助成事業**〔福祉保健局〕
老人クラブによるボランティア活動、生きがいを高めるための活動、健康づくりを進める活動を支援します。
- ・ **老人クラブ等活動推進員設置事業**〔福祉保健局〕
東京都老人クラブ連合会に老人クラブ等活動推進員を設置し、老人クラブ活動等の充実と発展を図ります。
- ・ **老人クラブ友愛実践活動助成事業**〔福祉保健局〕
高齢者の社会活動への参加の推進と高齢者による高齢者援護の推進を図るため、老

人クラブの会員が地域の寝たきり高齢者、一人暮らし高齢者等を訪問し、良き話し相手となったり、外出援助などを行う友愛活動の組織化を支援します。

・老人クラブ健康教室事業〔福祉保健局〕

高齢者の自覚的な健康づくりへの取組と正しい介護知識の普及を図るため、老人クラブ連合会が老人クラブ会員、地域の高齢者等を対象に実施する健康教室の開催を支援します。

・シルバーパスの交付〔福祉保健局〕

70歳以上の都民を対象として、都営交通、都内の公営・民営バスが利用できる「シルバーパス」を交付することにより、高齢者の社会活動への参加を促進します。

・【新規】人生100年時代セカンドライフ応援事業〔福祉保健局〕

高齢者の誰もが地域ではつらつと活躍できる社会を実現するため、文化、教養、スポーツ活動等を促進するほか、空き店舗等を利用して高齢者が気軽に立ち寄り、参加できる活動の拠点を整備する区市町村を支援します。

・【新規】「100歳大学」の実現〔総務局〕

首都大学東京において、50歳以上を対象とする「学び」と「新たな交流」の場として、学生と同様の環境を提供する「Premium College」（仮称）を開設します。

・東京ボランティア・市民活動センター事業補助〔生活文化局〕

社会福祉法人東京都社会福祉協議会が設置・運営する「東京ボランティア・市民活動センター」への事業補助を通じて、多くの都民がボランティア、NPOなどの幅広い市民活動に参加しやすい環境を整備します。

・都民生涯スポーツ大会〔オリンピック・パラリンピック準備局〕

生涯にわたるスポーツ活動のより一層の普及・振興のため、中高年を対象にスポーツ大会を実施します。

・都民スポレクふれあい大会〔オリンピック・パラリンピック準備局〕

世代を越えたふれあいと、健康・体力づくり、生きがいづくりに資するため、子供から高齢者まで参加できるスポーツ・レクリエーション大会を実施します。

・シニア健康スポーツフェスティバルの開催〔オリンピック・パラリンピック準備局〕

高齢者に適したスポーツや健康づくり活動を行い、多くの高齢者の健康増進の取組や仲間づくりを広げ、明るく活力ある長寿社会づくりを支援します。

・「全国健康福祉祭（ねんりんピック）」への参加支援〔オリンピック・パラリンピック準備局〕

毎年秋に開催されている高齢者を中心とするスポーツ、文化、健康と福祉の総合的な祭典である全国健康福祉祭（ねんりんピック）への選手団の派遣を支援します。

・シニアスポーツ振興事業〔オリンピック・パラリンピック準備局〕

高齢者のスポーツ実施率向上を図り、その健康維持・増進に寄与することを目的に、

高齢者を対象としたスポーツ振興事業を実施します。

・ **東京みんなのスポーツ塾の開催**〔オリンピック・パラリンピック準備局〕

ニュースポーツの普及を推進するため、競技種目別に指導者によるルール解説や競技方法の指導、実践練習、試合を実施します。

生涯現役社会に向けたシニアの社会参画推進事業
～板橋区における「シニア世代コミュニティビジネス推進事業」～

〔事業目的〕

- 板橋区では、平成 28 年度より、シニア世代（概ね 50 歳以上の方）が、コミュニティビジネス（以下「CB」という。）に取り組むことにより、地域の様々な分野における活動の担い手として活躍し、自分らしくいきいきと豊かな高齢期を過ごすことを目的とした事業を行っています。

〔CBとは〕

- そもそもCBとは、地域が抱える様々な課題を、地域住民が主体となって、地域にある資源を活かしながら、その活動が自立し継続できるようにビジネスの手法を用いて取り組む活動のことです。CBは、コミュニティを活性化し、新たな雇用を創出し生きがいや居場所を創り出すことから、様々な分野で大変注目を集めています。

〔事業概要〕

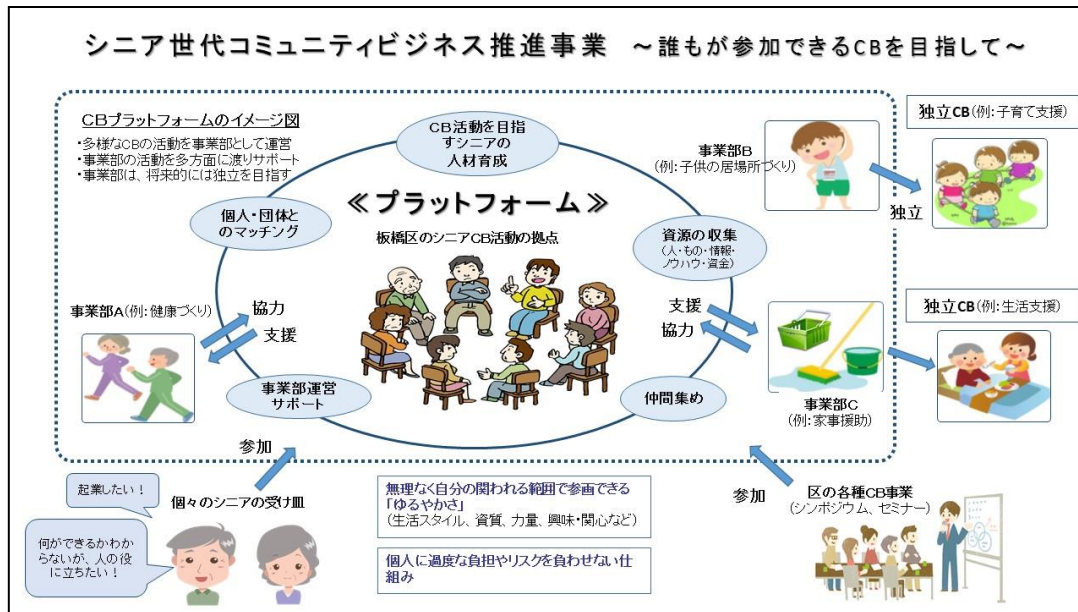
- 当事業では、より多くのシニアの方へ向けた周知・啓発の意味でのシンポジウムを皮切りに、CBの基礎的知識を習得するための連続セミナー、既存CB実践団体の視察・交流、セミナーでの学びを集大成するプラン発表会などを行っています。
- また、個別相談や受講生同士の横のつながりを構築するための交流会など、後述するプラットフォームづくりを見据えたきめの細かいフォローが当事業のひとつの特徴となっています。

〔目指す姿〕

- しかしシニア世代の起業にはリスクも多く、個人力だけではせっきくの学びを十分に活かせず、地域での活動につなぐりにくいことも事実です。そこで当事業では、「誰もが気軽に参加することができるCBの場づくり」を目標に、その中核となるプラットフォーム（中間支援組織）の設立を目指しています。

〔成果〕

- 今年度は、事業2年目を迎えていますが、既に昨年度の受講生を中心に、プラットフォームが組織化されつつあります。また、それらの組織に支援されながら、個々に活動を始めた受講生のグループもあります。
- CBの活動を通じて、それまで地域社会とはつながりのなかったシニアが、やりがいや居場所を見つけ、住み慣れた土地でいきいきといつまでも活躍することが、生涯現役社会の実現に寄与するものだと考えています。



執筆協力：板橋区

東京ホームタウンプロジェクトにおける プロボノを活用した地域活動団体の支援

〔東京ホームタウンプロジェクトとは〕

- 東京ホームタウンプロジェクトは、「いくつになっても、いきいきと暮らせるまちをつくる」を合言葉に、活発な企業活動や、豊富な知識・経験を持つ多くの人材など、東京の強みを生かした地域包括ケアシステムの構築を進めるため、東京都が平成 27 年度に開始した事業です。
- プロジェクトでは、取組の一つとして、ビジネスを通じて培った経験や専門性を活かした企業人等のボランティア活動である「プロボノ」により、地域貢献活動を展開する団体が活動を拡充できるよう、団体の運営基盤の強化を支援しています。
- プロボノによる支援には、平成 28 年度までの 2 年間で、年代も職業も多様な約 260 名の方々に参加していただき、計 48 団体に対し、広報活動や IT 活用、事業計画の策定などを支援しました。支援先のすべての団体から「支援を受けて良かった」という評価をいただいたほか、プロボノ活動の参加者からも「ボランティアや地域活動に参加するきっかけとなった」「地域包括ケアシステムのことを初めて知った」などの感想が寄せられました。
- 東京ホームタウンプロジェクトでは、プロボノによる地域活動団体への支援のほか、地域貢献活動の活性化を図る区市町村や社会福祉協議会などに対するセミナーの開催、1 年間のプロジェクトを総括するイベントの実施など様々な取組を行っています。取組の状況はホームページで逐次発信しています。(http://hometown.metro.tokyo.jp/)



〔NPO法人 風のやすみば（文京区）のパンフレットを作成〕

- NPO法人風のやすみばが運営する「コミュニティカフェ 風」は、大通りから少し入った文京区千石の住宅地の一角にあります。地域の人たちが自然と集い、相談できる人がいる。そんな居場所を目指して平成 25 年 6 月にクリーニング店を改装してオープンしました。「行政や町会と住民との間を埋めて、具体的に個人に対する支援ができる存

在になれたら」という思いから、カフェに加え、日常のちょっとした困りごとを支援する「なんでも屋さん」や居住者の事情により空き家となっている不動産の管理など、様々な事業を展開しています。

○ しかし、これまで、活動ごとのチラシはあっても、NPOの活動全体を紹介するツールがありませんでした。東京ホームタウンプロジェクトでは、NPOの

「これまで接点のなかった地元の方々に、もっとこの活動を伝えたい」というニーズに応え、「コミュニティカフェ」と「なんでも屋さん」の活動を中心に、受け取った人が活動内容を一目でわかるパンフレットの制作に取り組みました。

○ 現役のデザイナーやコピーライターなど5名で構成されたプロボノチームは、約半年



間、勤務時間外などを活用して、カフェの関係者へのヒアリングや現場見学などを行い、カフェの明るく温かい雰囲気や現場見学などを行い、カフェの明るく温かい雰囲気が伝わるよう、デザインやキャッチコピーに細心の注意を払いながらNPOスタッフの皆様にも納得いただけるパンフレットを仕上げました。

○ 後日、NPOの代表の方から、「パンフレットを見て来ました」という新しいお客様や問い合わせが増えたほか、パンフレットの配布を通じて、NPOスタッフにも組織全体に対する意識が強まるなどの効果があったとの報告をいただいています。



なんでも屋さん
ちようとほめてあげ、
ホッとできる
場所があります。

なんでも屋さん
あなたの困ったを、
ご近所さんがお手伝いします。

なんでもさんは、毎日の生活の中にあるちょっとした困りごとを、同じ千石地域で暮らす住民がお手伝いするサービスです。誰に相談したらよいかかわりなくお困りごとから、ささやかなご要望まで、丁寧に対応します。
※主に、専門的な知識や技術が必要としないもの

例えば、こんなことにお困りではありませんか？

- ・手の届かない電球を交換したい
- ・ケガをしたので、家のごみを出せなくなった
- ・雑草が生え、庭が荒れてきた
- ・スマートフォンの操作方法を教えてください
- ・入浴院をする時、荷物を運んでほしい

笑顔とふれあいが生まれる場を、応援しています。

利用案内
料金：500円/30分 (税込) / 材料費などは利用者の実費負担
TEL: 03-5711-1111 受付：9:00～17:00
※木、日、祝日、年末年始、お盆期間の受付はお休みします。
●対象地域：文京区千石1丁目～千石4丁目
その他の地域は、ご相談ください。

コミュニティカフェ 風
ご近所さんと一緒に、
ホッとできる場所です。

地域で暮らす人が、気軽に立ち寄ることができるカフェです。上質な香りのコーヒーや、果汁100%のジュースがあります。

家庭内で温かみのある空間を、趣味の教室や会議室として、また仲間同士のパーティーなどでも気軽に利用できます。

例えばこんなシーンで

- ・趣味の教室
- ・セミナー
- ・ワークショップ
- ・サークル活動の打ち合わせ
- ・仲間と一緒にパーティー

●利用時間
9:00～11:00
14:00～17:00
※休日：木、日、祝日、年末年始、お盆休み

●料金
1,000円 (税込) / 1時間
※キャンセル料：前日までは無料、当日は1,000円をいただきます。

●メニュー
●ブレンドコーヒー 300円 (税込)
●日替りランチ 500円 (税込) など

●営業時間：9:30～17:00
●ランチタイム 11:30～13:30
※ランチはなくなり次第、終了

〒113-8545 東京都文京区千石1-15-15
千石1-15-15 千石1-15-15

ご近所さんを、つなぐ。見守る。
風のやまみい
特定非営利活動法人

東京まちかど通信「わたしの時間」
～地域や企業の地域活動とそこで活躍する人たち～

〔東京まちかど通信〕

- 東京都では、Webサイト「東京ホームタウンプロジェクト 東京まちかど通信」において、元気な高齢者の方向けに、地域での活動や交流のきっかけとなる各種イベント情報や、地域社会の担い手として活躍している団体の活動事例等を発信しています。（<http://hometown.metro.tokyo.jp/machikado/>）



〔わたしの時間〕

- 東京まちかど通信におけるコーナーの一つである「わたしの時間」では、地域や企業が行っている地域貢献活動と、その中でいきいきと活動するシニアを、動画を交えて紹介しており、今まで 32 団体が紹介されました。動画はユーチューブ東京都チャンネル（動画共有サイト）でも発信しています。

〔NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹の取り組み〕

- NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹は、平成 11 年 1 月に「草の根パソコンクラブ勉強会」を立ち上げたのが始まりです。同年 9 月に通産省（当時）の「シニアベンチャー支援事業」を受託し、三鷹市内でパソコン講座を開催するようになり、平成 12 年 11 月に「シニアSOHO普及サロン・三鷹」（以下、「シニアSOHO」とする。）としてNPO法人の認証を受けました。
- 最初はパソコン教室をメインに活動していましたが、現在はタブレットや携帯電話の講座を始め多岐にわたりますし、行政から受託したプロジェクトも行うなど、時代と共に活動の内容も変化しています。
- シニアSOHOの目的は、元気なシニアが自らの居場所と出番を創る場（プラットフォーム）の提供と、コミュニティビジネスを支援することです。

- 活動内容は大きく 3 つに分けられます。まずパソコンやタブレット、携帯電話などの講座があります。参加者は 30 歳代から 90 歳を超えた方まで、幅広い年齢層となっています。携帯電話の使い方を学ぶだけでなく、同じ目的を持った人たちと一緒に取り組むことの楽しさを感じる方も多いようです。



- 次に、行政や企業から委託されるプロジェクトがあり、三鷹市内にある 15 の小学校児童の見守りを行う事業であるスクールエンジェルスは担当してから 12 年目になります。スクールエンジェルス自体はさまざまな自治体を実施していますが、地域の NPO、しかもシニアが関わっていることが好評で、他の地域の行政関係者から問い合わせも来ています。



- 3 つめは、東京の歴史のあるところを巡る「大江戸ワーブツアー」など、共通の趣味や興味を持つ人たちの集まりであるワーキンググループがあります。



- イベントに参加するのはどなたでも可能ですが、講師として教える側、あるいはイベントを企画する側になるためには、シニア SOHO の会員になる必要があります。会員になる条件は、インターネットとメールができることの 2 点のみです。現在会員は 120 名ほどで、会員同士の交流や、講座の作成に取り組んでいます。
- これからもシニア SOHO 設立の目的であった「シニアの居場所づくり」を追及していくべきものと考えています。ずっと働いてきた方が定年退職されてから、今度は自分の暮らす地域に居場所を作り、そこで起業することが理想です。しかし起業までいかななくても、地域に貢献できるとか、誰かと一緒に何かを行うなど、アクティブシニアがこれまでの社会人生活で蓄積した能力を生かせる場をサポートしていきたいと考えています。

4 見守りネットワークの構築と安全・安心に暮らせる体制の整備

【現状と課題】

<地域における見守り機能の低下>

- 高齢化と核家族化の進展により、一人暮らしの高齢者が増加しています。長期にわたり一人暮らしを続けることにより、社会や地域とのつながりが希薄になってしまう高齢者もいます。
- 高齢者が地域社会から孤立したまま亡くなる、いわゆる「孤立死」問題の背景には、近隣住民や行政等との接触が希薄な、一人暮らし高齢者の存在があります。
- また、孤立とまでは言えませんが、地域社会の中で、自分の居場所や立ち寄れる場所がないため、閉じこもりがちになる高齢者もいます。
- 単身世帯（一人暮らし）高齢者に心配ごとや悩みごとがあるかどうかを複数回答で尋ねたところ、「自分の健康・病気」という回答が 54.8%と最も多くなっています。また、「相談したり、頼れる人がいなくて、一人きりである。」という回答が 6.6%と、他の世帯に比べて高い割合になっています⁴。
- かつて地域社会には、住民同士の助け合いが多く見られましたが、都市化の進展により、こうした地域における「互助」の機能が低下してきています。
- 分譲マンションなどの共同住宅では、築年数が古い住宅を中心に、居住者の高齢化が進んでいます。共同住宅は戸建てに比べると居住者の状況を把握しにくく、支援を必要としていても、適切なサービスにつながらない可能性があり、見守り機能の強化が必要となっています。
- 特に、都内には、昭和 40 年代以前に入居の始まった多摩ニュータウンなどの大規模集合住宅団地が多数存在しますが、これらの団地の多くで、入居者の高齢化が進み、商店街には空き店舗が増加するなど、コミュニティの弱体化が危惧されています。
- 町会・自治会など、近隣の住民同士が協力し合い、民生委員・児童委員、地域包括支援センター等の取組との連携を図りつつ、地域から孤立しがちな高齢者に対する見守りや支援につなげるなど、地域における支え合いの仕組みづくりが必要です。

<家庭内での緊急事態への備え>

- 65 歳以上の高齢者の救急搬送が年々増加しており、熱中症による救急搬送の約半数を高齢者が占めています⁵。高齢者が地域において安心して在宅生活を継続するためには、家庭内で病気等の緊急事態に対応するサービスなどとともに、熱中症に対する正

⁴ 東京都福祉保健局「平成 27 年度東京都福祉保健基礎調査 高齢者の生活実態」

⁵ 東京消防庁「平成 28 年 救急活動の現況」

しい情報を届け、地域で見守り、支える取組も必要です。

- また、住宅火災による死者の7割以上は65歳以上の高齢者であり、自宅内で火災が発生した際、迅速に消防機関に通報できるようにすることも重要です。さらに、近年発生した地震被害では負傷者の3割から5割が屋内における家具類の転倒・落下・移動によって負傷しており⁶、地震による家具等の転倒の防止などの非常時の安全も確保しなければなりません。

【施策の方向】

■ 高齢者の見守りネットワークの構築を推進します

- 地域における「互助」の機能を高め、地域住民が主体となって一人暮らしの高齢者等を見守り、支え合う仕組みづくりを進めます。
- [東京都が作成した「高齢者等の見守りガイドブック」を活用するなどして](#)区市町村が地域の住民ボランティアを育成し、関係機関等からなる支援ネットワーク、高齢者の見守り等に活用する取組を支援していきます。
- 日常的に高齢者等と接する機会が多く、都内で広域的に活動する民間事業者等と連携して、高齢者等の見守りや認知症の方を支える地域づくり等を推進します。
- 一人暮らし高齢者等の生活実態を把握して、地域住民等と連携した見守りや在宅高齢者等の相談に対応する窓口を設置する区市町村を支援し、高齢者の在宅生活の安心を確保します。
- 高齢者の孤立化や閉じこもり防止のため、気軽に立ち寄り、参加できるサロンを整備する区市町村を支援するなど、「地域における居場所づくり」に取り組みます。

■ 高齢者の在宅生活の安全を確保します

- 熱中症予防の普及啓発、見守り、猛暑時の避難場所の設置など、区市町村が地域の実情に応じて取り組む熱中症対策を支援します。
- 高齢者の在宅生活の安全の確保を図るため、東京都、区市町村及び東京消防庁が一体となって実施している緊急通報システム、火災安全システムなどの事業に取り組んでいきます。
- 家具の転倒防止用具の設置など、在宅高齢者が安心して暮らすことを目的として行う区市町村の取組を支援していきます。

⁶ 東京消防庁「家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック」（平成27年度版）

【主な施策】（※高齢包括：高齢社会対策区市町村包括補助事業）

（※医療保健包括：医療保健政策区市町村包括補助事業）

・見守りサポーター養成研修事業〔高齢包括〕〈再掲〉〔福祉保健局〕

高齢者等の異変に気付き、地域包括支援センター等の専門機関に連絡するなど、地域の方が状況に応じた見守りを行えるよう、[東京都が作成した「高齢者等の見守りガイドブック」を活用するなどして](#)見守りサポーター養成研修を実施する区市町村を支援します。

・高齢者が地域で安心して生活できるための事業〔高齢包括〕〈再掲〉〔福祉保健局〕

友愛訪問、相談事業、乳飲料・牛乳配達訪問を通じた見守り等、高齢者が在宅で安心して生活することができるようにするための取組を支援します。

・高齢者等の地域見守り推進事業〔高齢包括〕〔福祉保健局〕

一人暮らし高齢者や高齢者のみ世帯が、地域において安心した生活を継続できるよう、区市町村や地域包括支援センター、地域住民等の地域の様々な主体が連携して見守りを行うことにより、一人暮らし高齢者等の日常生活を支える区市町村独自の取組を支援します。

・都と事業者との連携による高齢者等を支える地域づくり協定〔福祉保健局〕

日常的に高齢者等と接する機会が多く、都内で広域的に活動する民間事業者等と協定を締結し、高齢者等の異変に気付いた際の連絡や認知症の方を支える地域づくり等を推進します。

・高齢者見守り相談窓口設置事業〔福祉保健局〕

一人暮らし高齢者などの生活実態を把握して、地域住民等と連携した見守りや在宅高齢者等の相談に対応する窓口を設置する区市町村を支援します。

・[【新規】人生100年時代セカンドライフ応援事業](#)〈再掲〉〔福祉保健局〕

[高齢者の誰もが地域ではつらつと活躍できる社会を実現するため、文化、教養、スポーツ活動等を促進するほか、空き店舗等を利用して高齢者が気軽に立ち寄り、参加できる活動の拠点を整備する区市町村を支援します。](#)

・高齢者を熱中症等から守る区市町村支援事業〔医療保健包括〕〔福祉保健局〕

高齢者を熱中症から守るため、熱中症予防の普及啓発、見守り、猛暑時の避難場所の設置など、区市町村が地域の実情に応じて取り組む熱中症対策を支援します。

・緊急通報システム事業〔高齢包括〕〔福祉保健局、東京消防庁〕

一人暮らし高齢者等が家庭内で病気等の緊急事態に陥ったとき、ペンダント型の緊急通報装置で東京消防庁等に通報することにより、あらかじめ組織された地域協力体制による速やかな援助を行います。

・高齢者火災安全システム事業〔高齢包括〕〔福祉保健局、東京消防庁〕

寝たきり高齢者、高齢者のみ世帯などに専用通報機等を設置し、火災発生時に住宅用火災警報器から東京消防庁に自動通報することにより、迅速な救助及び消火活動を行います。

・ **高齢者が在宅での生活を続けていくための事業** [高齢包括] [福祉保健局]

高齢者が在宅で安心して生活するために、家具等の転倒防止用具の設置事業に対する支援を行います。

・ **救急医療情報キット事業** [高齢包括] [福祉保健局]

救急で駆けつけた消防職員が、医療情報や緊急時の連絡先等を入れた指定の容器(救急医療情報キット)内の情報を確認することにより、「かかりつけ医」、「服薬内容」などの必要な情報を把握し、迅速な救急活動につながるよう、救急医療情報キットの普及を支援します。

ひとり暮らし高齢者等の自宅に訪問し、介護予防や見守りなどにつなげる取組
～練馬区の「ひとり暮らし高齢者等訪問支援事業」の取組～

〔事業の概要〕

- 練馬区では、平成 29 年度から、一部の地域包括支援センター支所を拠点に、ひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯の方の自宅を定期訪問するモデル事業を開始しました（東京都「高齢者見守り相談窓口設置事業」を活用）。
- 訪問を担当する訪問支援員は、介護サービス等を利用していないひとり暮らし高齢者等の自宅を年 1 回以上訪問し、実態把握を行います。
- その結果、元気な方であれば、練馬区で「交流・相談・介護予防の拠点」として事業展開している「街かどケアカフェ」などの介護予防活動にご案内します。一方、状態に不安が見られる方は、介護・福祉サービスや、区民ボランティア等と連携した見守りにつなげています。

〔事業開始の経緯〕

- 練馬区において、ひとり暮らし高齢者は、約 4 万 9 千人（平成 29 年 1 月現在）であり、今後も増加が見込まれています。複数世帯に比べて、ひとり暮らし高齢者の要介護認定率は高い傾向にあります。そこでひとり暮らし高齢者の方等が地域で孤立することのないよう、本事業を開始しました。

〔事業の効果と今後の取組〕

- 状態に不安が見られる方を、介護サービスや見守りにつなげるだけではなく、元気な方に対しては、「街かどケアカフェ」をはじめとした介護予防事業のご案内をしています。実際に、訪問対象の高齢者が「街かどケアカフェ」に訪れ、介護予防に取り組む姿が見られています。
- 平成 30 年度には、区内すべての地域包括支援センターに訪問支援員を配置して、一人暮らし高齢者等が安心して生活できる地域づくりを進めていきます。



街かどケアカフェ



執筆協力：練馬区

第3節 健康づくりの推進

- 都民が生涯を通じて健やかで心豊かな生活を送ることができるようにするため、健康寿命⁷の延伸を目指します。
- 都民一人ひとりが、住んでいる地域にかかわらず日常生活に必要な機能を維持できるように、区市町村間における健康寿命の差の縮小を目指します。
- 生活習慣病の予防として、負担感なく生活習慣を変えることができる工夫を示し、健康づくりの実践を支援していきます。
- 多様な世代が地域で活動できる場や機会をつくるとともに、地域の人が共に健康づくりに取り組む機運を醸成し、生涯を通じた健康づくりを推進します。

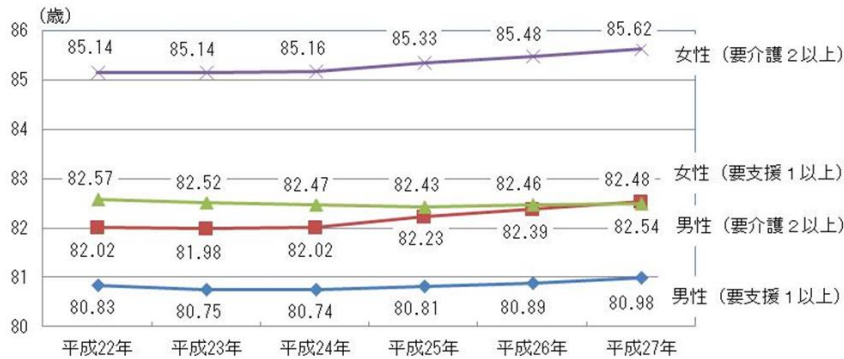
1 取り巻く状況

- 都民の健康な長寿を実現するためには、若年期からの都民一人ひとりの主体的な健康づくりの取組が必要であり、また、社会全体で個人の取組を支援することが大切です。
- 東京都では、都民が主体的に取り組む健康づくりを総合的に推進することを目的として、平成25年3月に「東京都健康推進プラン21（第二次）」（平成25年から平成34年まで）を策定し、「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を総合目標としています。
- 総合目標を達成するため、健康づくりを三つの「領域」に分け、その領域ごとに健康への関わりが特に大きく、対策が必要な項目を14の「分野」として設定し、平成34年度までに達成すべき目標と関係者が取り組むべき推進方策等を示しています。

⁷ 健康寿命

高齢者が生活を営む上で必要な機能を維持し、健康上の理由で日常生活が制限されることなく生活できる期間をいう。

東京都の65歳健康寿命の推移



資料：東京都福祉保健局「65歳健康寿命（東京保健所長会方式）⁸」

2 健康づくり推進の取組

【現状と課題】

<社会生活を営むために必要な機能の維持>

- 高齢期になっても、社会生活を営むために必要な機能を維持するためには、運動機能や認知機能をできる限り維持することが重要です。
- 運動機能の維持には、筋肉や骨・関節と、バランスや反射などを調節する脳神経系との、両方の機能が保たれていることが必要です。これらの機能が低下すると、運動器の障害のために自立度が低下し、介護が必要となる危険性が高い状態であるロコモティブシンドローム（運動器症候群）になります。
- 認知機能の維持には、脳機能を活発に使うこと、栄養状態を良くして脳の血管・血流を良好な状態に保つことが必要です。

<糖尿病・メタボリックシンドロームの予防>

- 高齢になっても健やかに暮らせる期間（健康寿命）を延ばすには、日常生活の中での適切な量と質の食事、適度な身体活動・運動等を確保すること等により、生活習慣病を予防することが必要です。
- 多くの都民が糖尿病の有病者・予備群、メタボリックシンドロームの該当者となっ

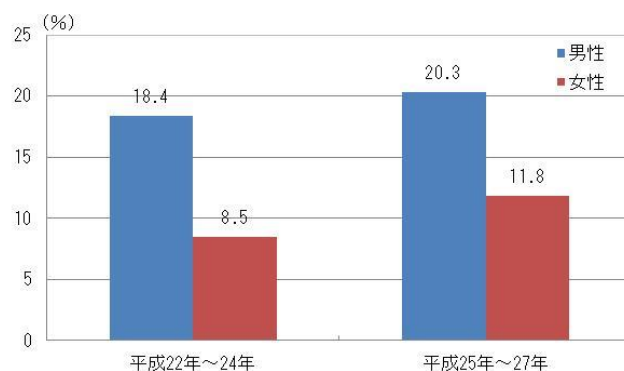
⁸ 65歳健康寿命（東京保健所長会方式）

65歳の方が何らかの障害のために要介護（要支援）認定を受けるまでの状態を健康と考え、認定を受ける年齢を平均的に表すもの。「65歳健康寿命＝65歳＋当該認定までの平均自立期間」とした。平均自立期間の算出には、要支援1以上の認定を受けるまでの期間と、要介護2以上の認定を受けるまでの期間を平均自立期間とする2種類を用いている。各区市町村の65歳健康寿命は、

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/plan21/65kenkou.html> 参照

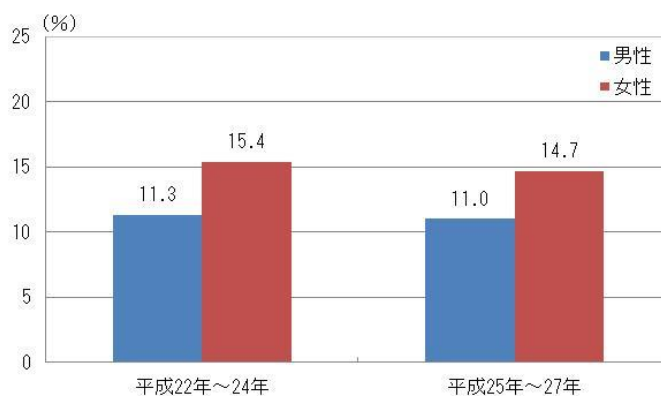
ていることから、発症・重症化予防に向け、都民の意識醸成を図っていく必要があります。

東京都の糖尿病予備群⁹（40歳から74歳まで）の割合の推移



資料：厚生労働省「国民健康・栄養調査」の東京都実施分を再集計¹⁰

東京都の糖尿病有病者（40歳から74歳まで）の割合の推移

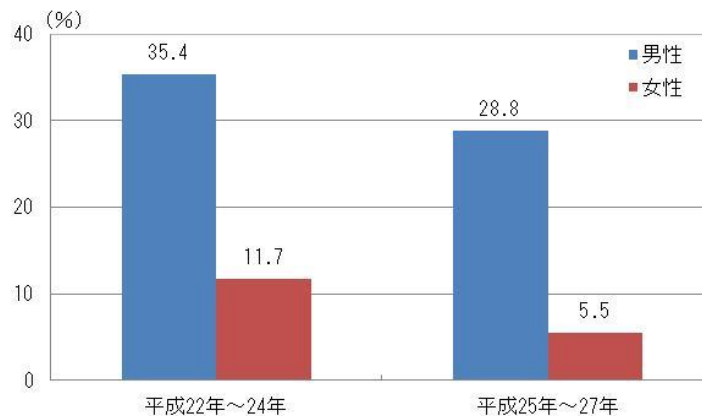


資料：厚生労働省「国民健康・栄養調査」の東京都実施分を再集計

⁹ 「国民健康・栄養調査」では、「糖尿病の可能性を否定できない人」（血糖値を下げる薬を服薬又はインスリン注射を使用している人を除く、HbA1c（JDS）5.6%以上6.1%未満（HbA1c（NGSP）6.0%以上6.5%未満に該当する人）のこと。

¹⁰ 「国民健康・栄養調査」東京都実施分より算出。同調査は都道府県別の分析が目的ではないため、東京都実施分のデータ数が少ない。データの信頼性を高めるため3年間分のデータを合計した平均値を使用した。

東京都のメタボリックシンドローム該当者（40歳から74歳まで）の割合の推移



資料：厚生労働省「国民健康・栄養調査」の東京都実施分を再集計

<高齢者の活力が活かされる社会環境整備>

- 社会参加は、脳機能を活用し認知機能を維持することに役立つだけでなく、身体活動量を増やし、運動機能を維持することにも効果があることから、高齢者の積極的な参加を促すため、活動の機会を増やすなど社会環境を整えることが必要です。
- 都市化の進展に伴い、地域における人と人との関係が希薄になっています。東日本大震災の経験から、住民同士の助け合いなどの地域のつながりの重要性が改めて認識されるようになり、地域のソーシャルキャピタル（地域のつながり）が注目されています。
- 住民相互の信頼感が高い地域ほど、自己の健康に対する評価が高いことや、地域のつながりを示す指標は、住民の平均寿命やストレス耐性など住民の健康状態を示す指標と正の相関関係があるなど、地域のつながりが豊かなほど、住民の健康状態が良いことが報告されています。

【施策の方向】

■ 望ましい生活習慣の実践に関する普及啓発を行います

- 身体活動・運動の意義について正しく理解し実践できるよう、ホームページ等により、日常生活の中で負担感なく実践できる身体活動量を増やす方法等に関する普及啓発を行います。
- 健康的な食生活に関する知識の普及を図るため、ホームページによる啓発に取り組むとともに、区市町村、保健医療関係団体、事業者・医療保険者等と連携し、適切な

食事量（望ましい野菜、食塩、果物の摂取量及び脂肪エネルギー比率）、健康的な食生活の意義や栄養に関する知識に関して周知します。

■ 糖尿病・メタボリックシンドロームの予防に関する効果的な普及啓発を実施します

- 糖尿病やメタボリックシンドロームにならないための、負担感のない生活習慣改善の工夫（一次予防）、定期的な健診受診や必要に応じ早期に医療機関を受診し、治療を継続することの重要性（二次予防）、糖尿病の重症化予防（三次予防）について、都民の理解を一層深めていくため、様々な広報媒体を活用し、普及を図ります。

■ 地域のつながりを醸成します

- 地域のつながりと健康状態が関係することについて、ホームページやリーフレット等により普及啓発を行っていきます。
- 区市町村が行う地域とのつながりを醸成する取組について、技術的及び財政的支援を行います。

【主な施策】

・ 東京都健康推進プラン 21（第二次）の推進〔福祉保健局〕

学識経験者、保健医療関係団体、医療保険者、区市町村等で構成する会議を設置し、「東京都健康推進プラン 21（第二次）」の目標達成に向け、関係団体等の連携体制の構築・推進方策等に関する検討を行います。本会議には、地域・職域連携推進協議会の機能を併せ持たせ、関係者間の連携促進による健康づくり施策の効果的な推進を図ります。

また、区市町村の健康づくり事業に従事する医師、保健師、管理栄養士等を対象に研修を実施し、人材を育成します。

さらに、地域のつながりを通じた生活習慣改善等に取り組む区市町村を、医療保健政策区市町村包括補助事業により支援します。

・ 糖尿病予防対策事業〔福祉保健局〕

食事・運動等の生活習慣の改善や健診受診の必要性、継続的に治療を受けることの重要性などについて周知し、糖尿病の発症や重症化を予防します。

第4節 高齢者の権利擁護と虐待等への対応

- 高齢者の権利擁護について、都民や区市町村に適切な情報提供を行い、普及啓発を図るとともに、成年後見制度の普及などに取り組む区市町村を支援します。
- 高齢者虐待の予防、早期発見等、迅速かつ適切な対応ができる体制の確保に向け、区市町村等への相談支援や、区市町村、介護サービス事業者等における人材育成に努めます。
- 高齢者の消費者被害を防止するための区市町村の仕組みづくりを推進します。

1 高齢者の権利擁護

【現状と課題】

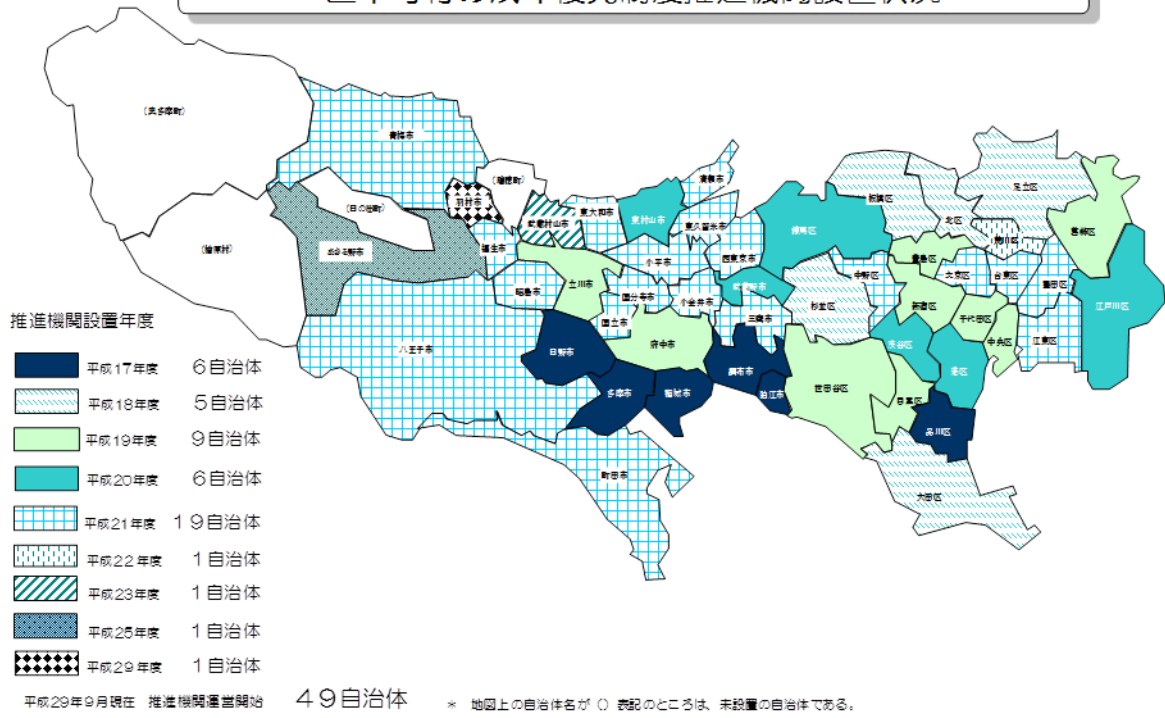
<日常的な相談支援>

- 判断能力が十分でない方々が、住み慣れた地域で安心して生活できるよう、介護保険サービスの利用援助や日常的な困りごとについて、気軽に相談できる窓口が求められます。
- 東京都では、福祉サービスの利用相談や権利擁護に関する取組を行う区市町村等への支援を行っており、各地域では身近な相談窓口の設置が進んでいます。

<成年後見制度>

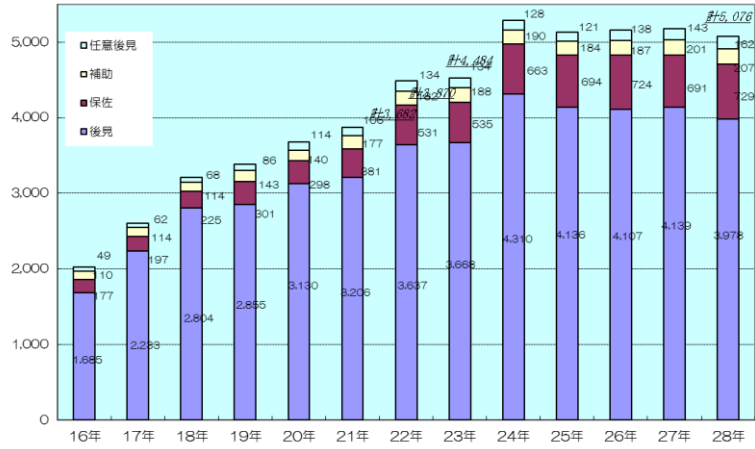
- 平成12年4月の介護保険制度の開始に併せて、従来の民法における禁治産者・準禁治産者制度が改められ、新たに成年後見制度が施行されました。
- 平成23年には老人福祉法の改正により、区市町村は、人材の育成及び活用を図るために必要な措置を講ずるよう努め、都道府県は、区市町村の措置の実施に関し助言その他の援助に努めることとされました。
- 平成28年5月には成年後見制度の利用の促進に関する法律(平成28年法律第29号)が施行、平成29年3月には「成年後見制度利用促進基本計画」が策定され、より利用しやすい制度への見直しを行うとともに、区市町村は中核機関の設置と成年後見制度利用促進計画の策定に努め、都道府県は広域的な観点から関係機関との地域連携ネットワークの構築に必要な支援を行うこととしています。
- 成年後見制度については、制度開始以降、利用件数は着実に伸びてきましたが、今後、認知症高齢者等で支援が必要な人が増加することから、人材確保を含めたより一層の取組が必要です。

区市町村の成年後見制度推進機関設置状況



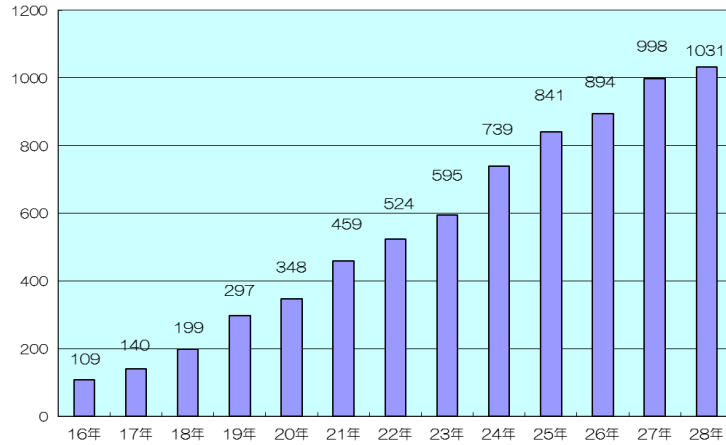
成年後見制度の申立実績の推移（平成16年度から平成28年度まで）

① 申立実績【東京都】



資料 東京都家庭裁判所統計資料に基づき東京都福祉保健局生活福祉部作成

② 区市町村長申立【東京都】



資料 最高裁判所統計資料に基づき東京都福祉保健局生活福祉部作成

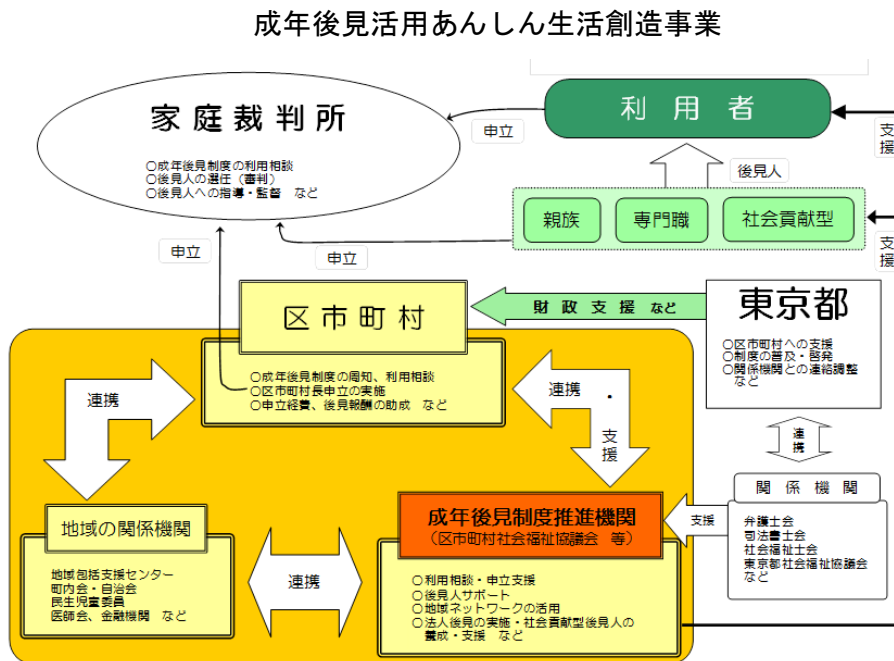
【施策の方向】

■ 日常的な相談支援体制を充実します

- 東京都社会福祉協議会と区市町村社会福祉協議会が連携して、認知症高齢者等で判断能力が不十分な方々に、福祉サービスの利用援助や日常生活上の金銭管理等の支援を行い、利用者の生活と権利を守る取組みを支援します。

■ 成年後見制度の利用を促進します

- 成年後見制度について都民の理解を促進するとともに、成年後見制度の普及促進のための取組を行う区市町村への支援を行います。
- 東京都では、平成 17 年度から成年後見制度推進機関の設置を進めており、現在全ての区市に相談窓口を設置しています。
- 将来に向け、被後見人を支える後見人を安定して確保するため、ボランティア精神に基づく社会貢献型後見人の養成にも取り組んでいます。
- 費用負担能力や身寄りのない人でも制度を活用できるように、申立経費や後見報酬の助成などセーフティネットの仕組みを作ります。
- また、家庭裁判所が都道府県を単位とする機関であることから、家庭裁判所、行政機関、社会福祉協議会、専門職団体等の関係機関との連携を確保するとともに、成年後見制度による支援が必要な方の情報の共有化を推進します。



資料：東京都福祉保健局生活福祉部作成

【主な施策】（※地域福祉包括：地域福祉推進区市町村包括補助事業）

・ **高齢者権利擁護推進事業〔福祉保健局〕**

区市町村及び地域包括支援センターを対象とした専門職による相談支援や、区市町村職員、介護サービス事業所の管理者等に向けた研修を実施します。

・ **日常生活自立支援事業〔福祉保健局〕**

認知症高齢者等の判断能力が十分とは言えない人が地域で安心して生活できるよう、福祉サービスの利用に当たって必要な手続、日常的な金銭管理などについての支援を行います。

なお、本事業は本人との契約により実施されるため、内容を理解し、契約を締結することができる程度の判断能力のある人を対象とします。

・ **福祉サービス総合支援事業〔地域福祉包括〕〔福祉保健局〕**

住民に身近な区市町村が行う、福祉サービスの利用援助、成年後見制度の利用相談、福祉サービスの利用に際しての苦情対応、判断能力が十分とは言えない人の権利擁護相談などの福祉サービスの利用者等に対する支援を総合的・一体的に実施するための体制整備を支援します。

・ **成年後見活用あんしん生活創造事業〔福祉保健局〕**

成年後見制度の積極的な活用を図るため、区市町村による成年後見制度推進機関の設置を促進するとともに、後見人等候補者の養成、申立経費や後見報酬に対する助成の取組を支援します。

・ **苦情対応事業〔福祉保健局〕**

利用者に身近な地域において実施される福祉サービス利用援助事業の適正な運営を確保するとともに、利用者が安心して自ら福祉サービスを選択し利用することができるよう、福祉サービスの利用に際しての相談や苦情に適切に対応できる仕組みを整備します。

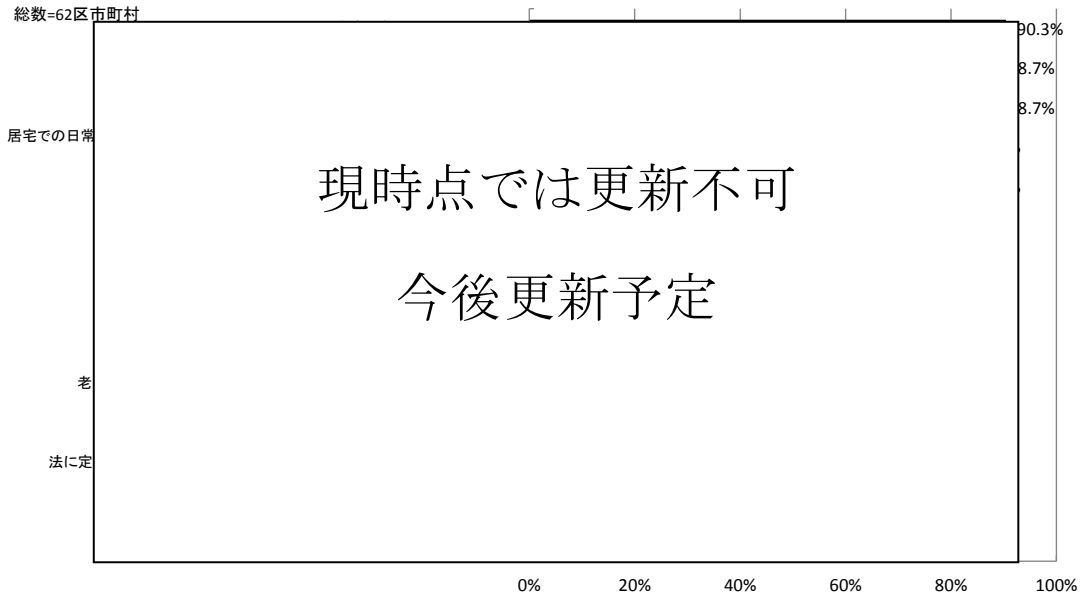
2 高齢者虐待への対応

【現状と課題】

＜相談・通報件数、虐待判断件数の増加＞

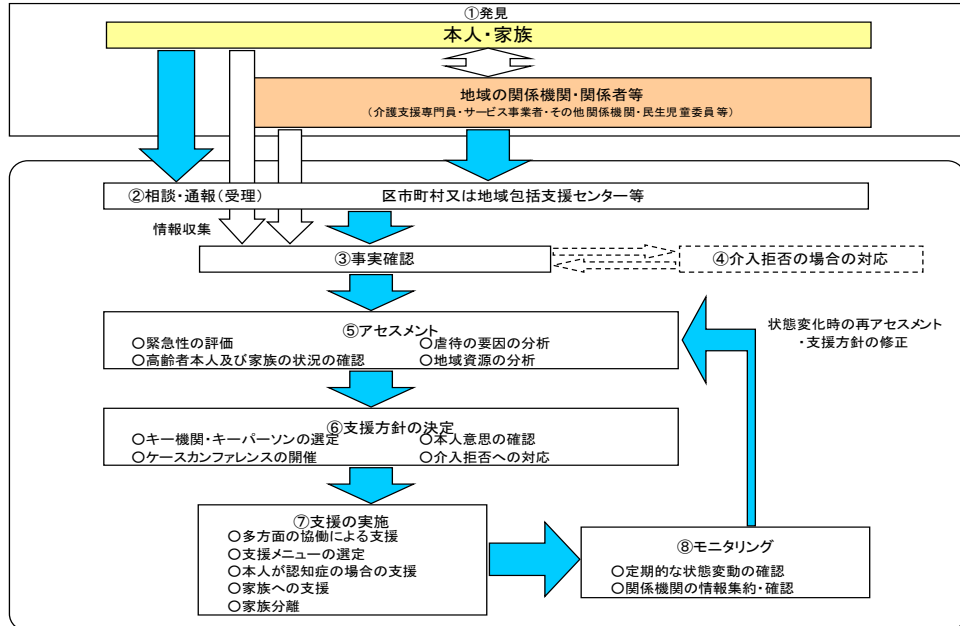
- 高齢者虐待は、家族等の介護疲れなどに起因するストレスの増大、高齢者の認知症による言動の混乱、家庭内における精神的・経済的な依存関係等のバランスの崩れなど、様々な要因が重なり合って発生します。
- 都市部における高齢者虐待の発生要因としては、近隣との付き合いが少なく家族が問題を抱え込みやすい傾向にあること、家族の規模が小さくなることにより人間関係が閉塞化し負担が集中しやすいことなどが挙げられます。
- 高齢者虐待防止法が平成18年4月に施行されました。この法律においては、虐待を受けたと思われる高齢者を発見した人は、区市町村に通報することや、通報を受けた区市町村の措置、さらに、虐待を行ってしまった養護者に対する支援についても定められています。
- 養護者による高齢者虐待の相談・通報件数は、平成20年度に2,000件を超え、平成22年度以降2,500件前後で推移していましたが、平成27年度に3,000件を超え、平成28年度は●件となっています。
- なお、その相談・通報者の●割を「介護支援専門員・介護保険事業所職員」が占めています。

区市町村における高齢者虐待防止対応のための体制整備等に関する状況



資料：東京都福祉保健局「平成 25 年度 高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律に基づく対応状況等に関する調査結果」

養護者による高齢者虐待事例対応の基本的な流れ



資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部作成

- 家族等による虐待のほか、介護保険施設、居宅介護サービスなど入所、訪問、通所

の利用形態を問わず、高齢者の生活を支えるサービスに従事する介護職員等による虐待も発生しており、大きな課題です。

- 介護保険施設等は、介護が必要な高齢者に対し、専門職が業務としてサービスを提供する施設です。そこでの虐待はあってはならないもので、虐待が疑われる場合には、区市町村による迅速・適切な事実確認が求められます。

【施策の方向】

■ 虐待防止対応のための体制を確保します

- 高齢者虐待の予防、早期発見等、迅速かつ適切な対応ができる体制の確保に向け、区市町村、介護サービス事業者等における人材の育成に努めます。
- 高齢者虐待対応の窓口である区市町村を支援するため、専門職による相談・支援体制を構築し、普及します。

【主な施策】（※高齢包括：高齢社会対策区市町村包括補助事業）

・ 高齢者権利擁護推進事業〈再掲〉〔福祉保健局〕

区市町村及び地域包括支援センターを対象とした専門職による相談支援や、区市町村職員、介護サービス事業所の管理者等に向けた研修を実施します。

・ 地域包括支援センター職員研修事業〈再掲〉〔福祉保健局〕

地域包括支援センターに配置される職員に対して、地域包括支援センターの意義、他の専門職との連携等の業務について理解し、業務を行う上で必要な知識及び技術の習得・向上を図るための研修を行います。

・ 高齢者虐待防止対策事業〔高齢包括〕〔福祉保健局〕

高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律に基づく、虐待の防止と養護者への支援を実施するための体制整備、啓発活動など区市町村が独自で行う取組を支援します。

・ 高齢社会総合対策（実態把握活動・保護活動・取締りの推進）〔警視庁〕

関係機関との連携、高齢者からの相談などから虐待の実態を把握し、関係機関と連携して、保護を要する高齢者の早期保護と虐待事案の取締りを推進します。

3 悪質商法等による消費者被害対策

【現状と課題】

- 近年、都内の刑法犯認知件数は減少していますが特殊詐欺の認知件数について見ると、平成 23 年から平成 27 年までは増減を繰り返していましたが、平成 28 年度には 2,032 件となりました。また、被害額については、平成 25 年から毎年減少していますが、平成 28 年にも 60 億円を超える被害が発生しています。平成 29 年 1 月から 10 月までの特殊詐欺の認知件数は 2,770 件、被害額は 61 億円超で、平成 28 年の同時期よりも 1,200 件増加しており、被害額は約 14 億円増加しています¹¹。
- 平成 28 年度に都内の消費生活センターに寄せられた高齢者の消費生活相談件数は 37,061 件で、全相談件数に占める割合は平成 25 年度から継続して相談全体の 3 割を超えています。高齢者からの相談に係る契約金額の平均は 190 万円で、相談全体の平均金額 132 万円と比較して高額となっています¹²。
- 高齢者の消費者被害の救済・未然防止・拡大防止のための取組については、区市町村や関係機関との連携が必要です。既に多くの区市町村で、高齢者福祉部門、民生委員・児童委員、町会・自治会、介護事業者などによる高齢者の見守りネットワーク¹³が形成されています。近年、消費者被害防止の視点を考慮した運営も増えつつありますが、まだ、限定的な地域にとどまっています。

【施策の方向】

- 今後、東京都では、平成 36 年度までに高齢者の消費者被害防止のための見守りネットワークが都内全区市町村に構築されるよう、区市町村における高齢者の消費者被害防止の観点を重視した、消費生活部門と高齢者福祉部門との連携による高齢者の見守りネットワークの構築を支援していきます。
- それとともに、高齢者自身はもとより、家族、介護事業者、地域住民等高齢者を取り巻く人々への消費者教育を行い、消費者被害の未然・拡大防止を図ります。
- 東京都では、具体的対策として、高齢者の消費者被害防止のための見守りネットワークの強化に向け、見守り推進モデル事業の実施や区市町村の見守りネットワークに関する自己評価等を踏まえた取組推進などの区市町村支援に加え、介護事業者等の高齢者を見守る人々を対象にした出前講座による人材育成を実施していきます。また、配送業務等で各家庭を訪問する事業者と連携し、高齢者宅等に悪質商法被害に関する

¹¹ 東京都青少年・治安対策本部総合対策部調べ

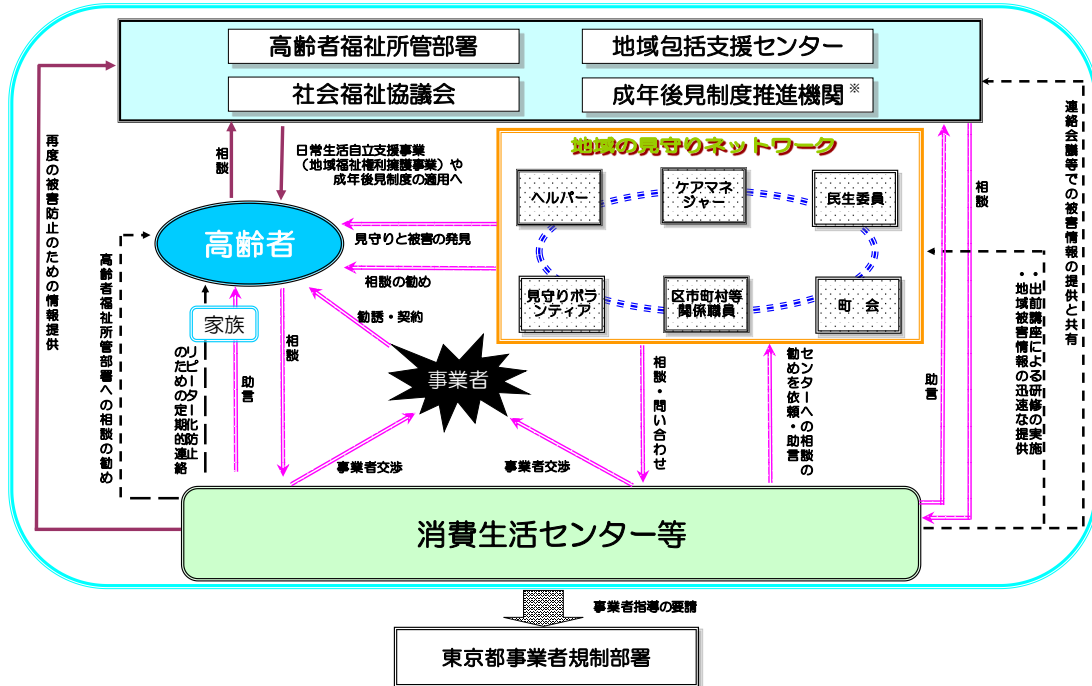
¹² 東京都青少年・治安対策本部総合対策部調べ

¹³ 見守りネットワーク

279 ページ参照

注意喚起情報（リーフレット）を声かけしながら手渡しで届ける取り組みを実施していきます。

地域における消費者被害防止の仕組み（イメージ図）



※ 区市町村を実施主体とし、後見人のサポートや地域ネットワークの活用といった取組を通じて、成年後見制度の普及と活用の促進を図ることを目的とする機関

資料：東京都生活文化局作成

【主な施策】

・ 高齢者被害防止キャンペーン〔生活文化局〕

敬老の日を含む毎年 9 月を悪質商法による「高齢者被害防止キャンペーン月間」とし、ポスター、リーフレット、ステッカー等の啓発資料を作成・配布するとともに、交通広告等による啓発を行います。また、期間中に「高齢者被害特別相談（3 日間）」も実施します。

・ 高齢者見守り人材向け出前講座〔生活文化局〕

高齢者の身近な存在である訪問介護員（ホームヘルパー）、介護支援専門員、民生委員・児童委員等を対象に、悪質商法の手口、被害発見のポイント、被害発見時の対応などについて出前講座を行います。

・ 高齢消費者見守り推進モデル事業〔生活文化局〕

高齢者の消費者被害防止のための見守りネットワークの充実に向けた区市町村の取組を支援するため、高齢者福祉部門と連携して高齢消費者の見守り体制の充実を目指す区市町村を対象に実施し、都内区市町村へ成果の普及を図ります。

・ 悪質商法注意喚起プロジェクト〔生活文化局〕

配送等の業務を行う事業者と連携して、各家庭を訪問し、悪質商法被害に関する注意喚起情報（リーフレット）を、声掛けをしながら手渡しで届けます。

・ 高齢者被害に係る消費生活相談体制の強化〔生活文化局〕

東京都消費生活総合センターに高齢者専用の相談窓口「高齢者被害 110 番」、高齢者の身近にいるホームヘルパー、ケアマネジャー等が地域の高齢者被害について通報や問い合わせをするための専用電話「高齢消費者見守りホットライン」を開設し、高齢者の相談を集中して受け付けます。

・ 高齢社会総合対策（高齢者保護の推進）〔警視庁〕

防犯講習会、防犯座談会、高齢者宅の防犯診断といった防犯活動の実施や、防犯対策等を要する高齢者等に対する保護活動の推進、各種犯罪の取締活動の推進をします。

・ 高齢社会総合対策（実態把握活動・広報啓発活動の推進）〔警視庁〕

各種警察活動を通じた実態把握や、関係機関との連携による高齢者の実態把握を行います。

また、ポスター等広報資料を作成・配布するほか、高齢者が被害者となりやすい犯罪・防犯対策に関する情報を、各メディアを活用して提供します。

第5節 家族や地域が高齢者を支えることができる環境づくり

- 看護小規模多機能型居宅介護、小規模多機能型居宅介護、ショートステイについて都独自の整備費補助を行うなど、要介護者や家族が安心して暮らせるよう、介護サービス基盤の整備を支援します。
- 介護支援専門員について、介護に取り組む家族等への支援技術の向上を含め資質の向上を図ります。
- 高齢者を支える家族が、介護と仕事の両立などライフ・ワーク・バランスを実現できるよう、ライフ・ワーク・バランスの推進に向けた社会的機運の醸成や企業の雇用環境整備への支援を進めます。
- 介護従事者が働き続けられるよう、相談支援の体制や再就職できる体制を整備します。

1 要介護者を支える家族への支援

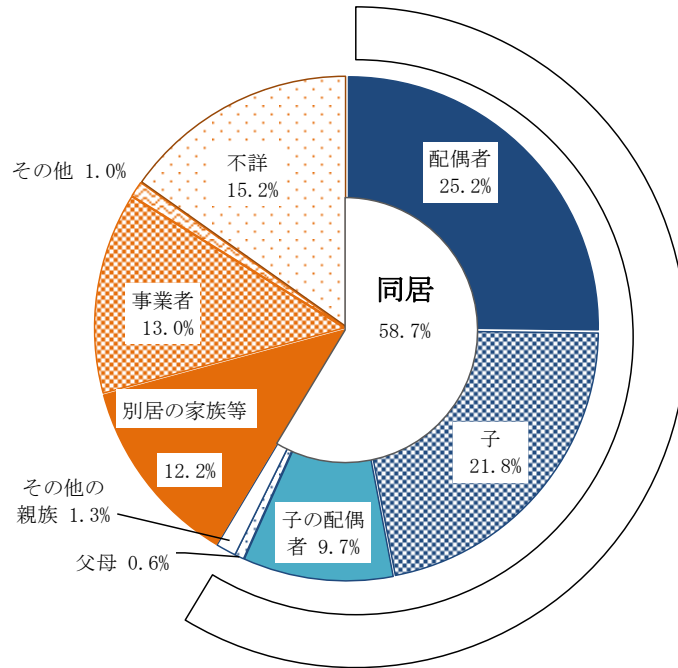
【現状と課題】

- 介護保険制度は、従来、家族が担っていた高齢者の介護を社会全体で支えることを目的に創設されました。
- 国民生活基礎調査によると、主な介護者については、要介護者等と「同居」の割合が約6割です。また、同居の主な介護者と要介護者等の組合せを年齢階級別にみると、「70～79歳」の要介護者等では、「70～79歳」の者が介護している割合が約5割、「80～89歳」の要介護者等では、「50～59歳」の者が介護している割合が約3割で最も多くなっており、年次推移を見ても、60歳以上同士、65歳以上同士、75歳以上同士の組合せにおいて、いずれも上昇傾向となっています¹⁴。
- 過去5年間に介護・看護のため離職した者は48万7千人となっており、このうち、現状が有業である者は12万3千人、無業である者は36万4千人となっています¹⁵。
- 家族介護者への支援には、介護保険サービスのショートステイや通所介護などによる支援に加え、小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護などの24時間対応のサービスが有効であることから、介護保険制度の保険者である区市町村は計画的に整備を進める必要があります。
- また、認知症の人と家族が安心して地域で暮らせるようにするためには、地域社会全体で支えることが重要です。

¹⁴ 厚生労働省「国民生活基礎調査」(平成28年)

¹⁵ 総務省統計局「平成24年就業構造基本調査」

要介護者等との続柄別主な介護者の構成割合



(注) 熊本県を除いたものである。

資料：厚生労働省「国民生活基礎調査」(平成 28 年)

【施策の方向】

- 看護小規模多機能型居宅介護、小規模多機能型居宅介護、ショートステイについて都独自の整備費補助を行うなど、家族介護者が安心して暮らせるよう、介護サービス基盤の整備を支援します。
- 介護支援専門員について、職能団体等との連携を十分に図りながら、介護に取り組む家族等への支援技術の向上を含め資質の向上を図ります。
- 東京の地域特性を踏まえ、地域の多様な人的資源・社会資源によるネットワークづくりを進め、認知症の人と家族を支える地域づくりを支援します。
- 介護者支援の拠点となる医療機関と連携した認知症カフェの設置や家族会の活動の支援など、地域の実情に応じて、認知症の人と家族の支援に取り組む市区町村を支援していきます。

【主な施策】（※高齢包括：高齢社会対策区市町村包括補助事業）

・ **ショートステイ整備費補助〈再掲〉〔福祉保健局〕**

特別養護老人ホーム以外の施設に併設するショートステイや単独型ショートステイへの整備費を補助します。

・ **【拡充】地域密着型サービス等重点整備事業〈再掲〉〔福祉保健局〕**

地域での 365 日 24 時間の安心を確保するため、看護小規模多機能型居宅介護、小規模多機能型居宅介護事業所、小規模特別養護老人ホーム等の整備を進める区市町村を支援します。

・ **認知症地域支援ネットワーク事業〔※高齢包括〕〈再掲〉〔福祉保健局〕**

地域において、認知症の人と家族を支えるために区市町村が行う、認知症の人と家族を支える人材や社会資源によるネットワーク構築、そのネットワークを活用した徘徊行方不明者の早期発見、家族会の育成・支援などの取組を支援します。

・ **認知症の人と家族を支える医療機関連携型介護者支援事業〔※高齢包括〕〈再掲〉〔福祉保健局〕**

医療機関周辺に認知症介護者支援の拠点を設け、医療機関の専門職と連携した介護者支援のための講座や交流会を開催し、介護者の孤立化防止等を図る区市町村の取組を支援します。

2 介護と仕事の両立などライフ・ワーク・バランスの推進

【現状と課題】

- 介護と仕事との両立を進めるためには、職場での理解を深め、両立に取り組みやすい雰囲気や風土を醸成することが重要です。しかし、介護と仕事の両立が企業の問題として顕在化していないといった課題があります。
- また、ライフ・ワーク・バランスの推進に当たっては、従業員が家庭生活と仕事を両立できる雇用環境整備を進めることが重要です。しかし、従業員規模の小さい企業では、雇用環境整備を進める上で、経営的に余裕がないといった課題があります。

【施策の方向】

- 介護と仕事の両立推進などライフ・ワーク・バランスに関する優れた取組を行っている企業を認定し、その内容を公表することで、社会的機運の醸成を図り、企業の雇用環境整備を促進します。
- 中小企業における介護と仕事の両立等、従業員が安心して働くことのできる雇用環境整備を働きかけていくため、中小企業等の雇用環境整備について支援します。
- 介護と仕事の両立推進に向け、企業の取組意識を高めるとともに、労使双方に対し、両立支援に関する情報提供を行います。
- 中小企業等の従業員や企業担当者向けに、電話・メール相談により、具体的な助言を行うとともに、必要に応じて関係支援機関等を紹介し、介護と仕事の両立を推進します。

【主な施策】

・いきいき職場推進事業〔産業労働局〕

家庭生活と仕事とを両立しながら、いきいきと働き続けられる職場の実現に向け優れた取組を実施している中小企業を、東京都が「東京ライフ・ワーク・バランス認定企業」として認定し、認定企業の取組やノウハウを発信します。

・【新規】ライフ・ワーク・バランス普及促進事業〔産業労働局〕

ライフ・ワーク・バランスの推進に関する取組をより一層促進・前進させるため、年間を通じた広報活動を実施します。

また、働き方やテレワークといった、ライフ・ワーク・バランスの推進に資する様々なテーマごとに、実践的なプログラム等を交えた展示とセミナー・講演などによる情報発信を一体的に行う「ライフ・ワーク・バランス EXPO」を開催します。

・雇用環境整備推進事業〔産業労働局〕

雇用環境整備に取り組む中小企業に対する専門家の派遣や奨励金の支給等により、家庭生活と仕事の両立に向け企業を支援します。

・【新規】家庭と仕事の両立推進事業〔産業労働局〕

育児・介護と仕事の両立支援に向け、法を上回る制度の整備に取り組む企業をわかりやすく公表するため、両立支援推進企業マークを付与するとともに、ウェブサイトやイベント等で紹介し、両立への気運を醸成します。

また、介護と仕事の両立に関するシンポジウムを開催し、両立への取組に対する意識啓発を図ります。さらに、「とうきょう介護と仕事の両立応援デスク」において、主に都内中小企業の従業員や企業担当者を対象に、具体的な助言を行い、必要に応じて関係支援機関を紹介します。

・ライフ・ワーク・バランス推進事業〔生活文化局〕

ウェブサイト「TOKYOライフ・ワーク・バランス」を運営し、セミナー等の開催情報や、生活と仕事の調和を進める具体的な方策を示す実践プログラム等を紹介することなどにより、ライフ・ワーク・バランスを推進します。

介護と仕事の両立などライフ・ワーク・バランスの推進について

東京都 介護と仕事の両立支援サイトについて

○「東京都 介護と仕事の両立支援サイト」のコンテンツをいくつかご紹介いたします。

経営者・人事担当者の方へ

・両立支援の重要性

家族の介護に直面する社員が今後増加すると予想される中、介護と仕事の両立に向けた取組が、社員にとってだけでなく、企業にとっても重要なテーマとなっています。

・両立に向けた取組を始める

経営者の理解の重要性や、支援制度の整備の具体的なプロセスを紹介しています。

・企業の実践事例

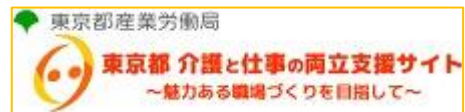
介護と仕事の両立に関する取組を行った企業について、取組の背景や取組内容、取組による成果等を紹介しています。

働く方々へ

・介護と仕事の両立体験談

実際に介護と仕事の両立に取り組んだ方の、介護の体制の整え方、会社の制度の利用の仕方や、両立の際の苦労などについて紹介しています。

URL (<http://www.kaigo-ryouritsu.metro.tokyo.jp/>)



とうきょう介護と仕事の両立応援デスク

○ 主に、都内の中小企業等で働く方と企業を対象に、電話・メールにて相談を受け付け、個々の事情に応じた助言を行うとともに、適切な支援に結びつける相談無料のヘルプデスク「とうきょう介護と仕事の両立応援デスク（略称：「応援！はたらukaiご）」を開設しています。ヘルプデスクでは、ケアマネジャー等の介護の専門家や社会保険労務士が対応します。

電話番号 0570-00-8915

相談時間 月～金 11:00～20:00

土 9:00～17:00

（日曜、休日及び年末年始は休業）

※ 掲載している情報は平成29年●月現在のもので、変更になる場合があります。



第6節 就業・起業の支援

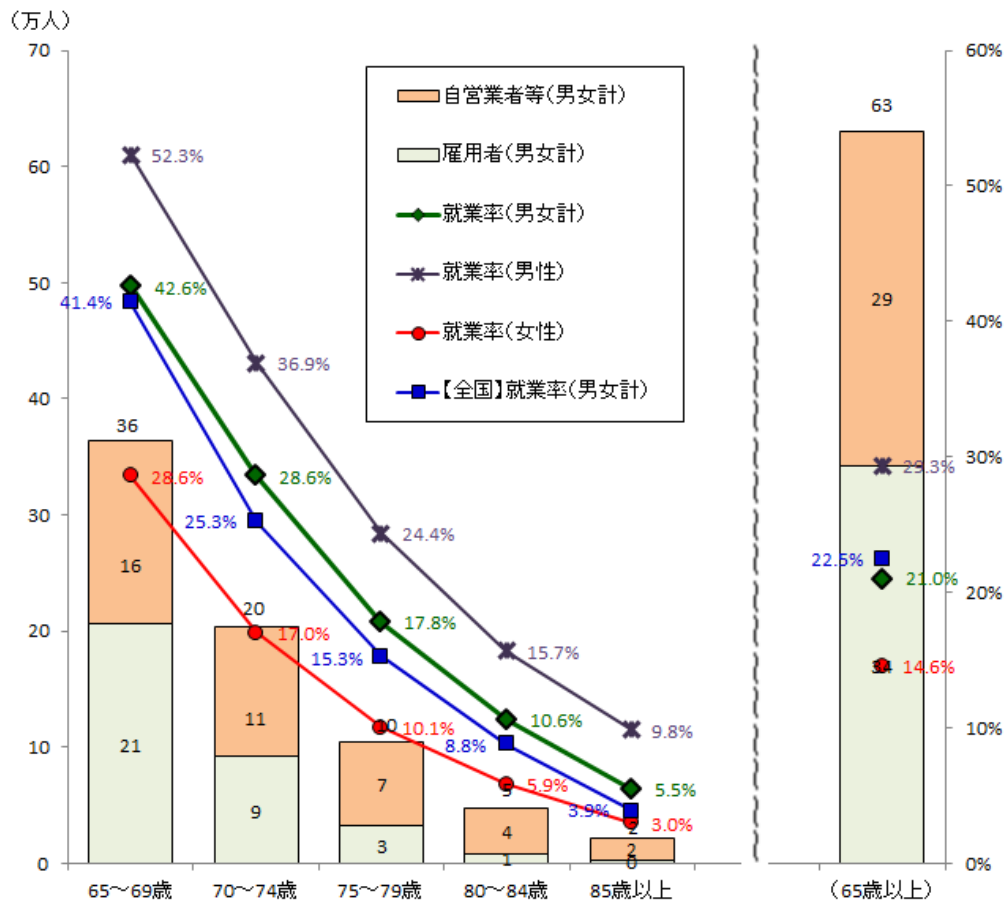
- 就業を希望する高齢者の就業相談、能力開発や起業を志す高齢者の創業の場の提供などに取り組んでいきます。

1 就業の支援

【現状と課題】

- 少子高齢化の急激な進行に伴い、本格的な人口減少社会が到来し、労働力人口についても今後減少する見通しとなっています。こうした中で、社会の活力を維持していくためには、意欲と能力のある高齢者が社会で活躍できるような仕組みづくりが不可欠です。
- 高齢者のうち、収入を伴う仕事をしている人は21.0%おり、男性では29.3%、女性では14.6%が仕事をしています。特に「65歳から69歳まで」では、男性の52.3%、女性の28.6%が仕事をしています。

東京都の年齢階級別就業者数（男女計）

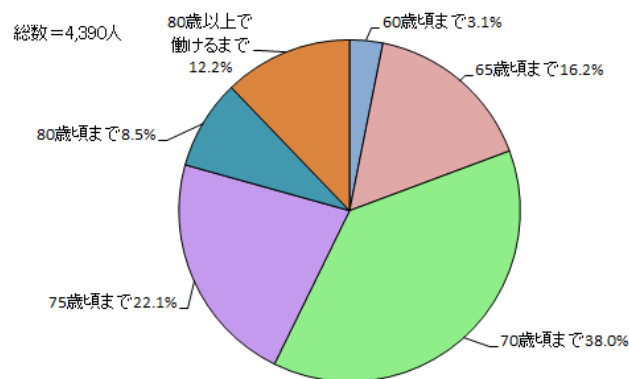


資料：総務省「国勢調査」（平成27年）

- 65歳以上の在宅の高齢者に対して、理想の就業年齢(何歳まで働ける社会が理想か)について尋ねたところ、「70歳頃まで」が38.0%と最も多く、次いで「75歳頃まで」が22.1%、「65歳頃まで」が16.2%、「80歳以上で働けるまで」が12.2%と続いています。

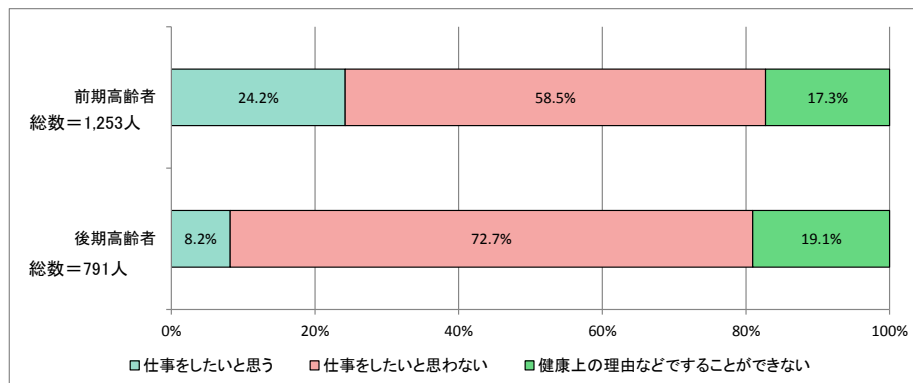
また、現在就業していない高齢者のうち、前期高齢者の23.1%、後期高齢者の7.2%が仕事をしたいと考えています。

理想の就業年齢（何歳まで働ける社会が理想か）



資料：東京都福祉保健局「平成27年度東京都福祉保健局基礎調査 高齢者の生活実態」

非就業者の就業意向〔前期高齢者・後期高齢者〕



資料：東京都福祉保健局「平成27年度東京都福祉保健局基礎調査 高齢者の生活実態」

○ 今後、労働力人口の減少が見込まれる中で、高齢者の能力の有効な活用を図ることが重要です。このため、高年齢者等の雇用の安定等に関する法律（昭和 46 年法律第 68 号。以下「高年齢者雇用安定法」という。）に基づき、65 歳までの安定した雇用を確保するため、事業主には高年齢者雇用確保措置の実施が義務付けられています。東京都における実施状況は、平成 29 年 6 月 1 日現在、労働者 301 人以上の企業で 99.9%、31 人から 300 人までの企業でも 99.6%が実施済みとなっており、31 人以上の企業のほとんどが高年齢者雇用確保措置を実施しています。

また、希望者全員が 65 歳以上まで働ける企業は 70.9%（前年度 68.9%）となり、増加傾向にあります。

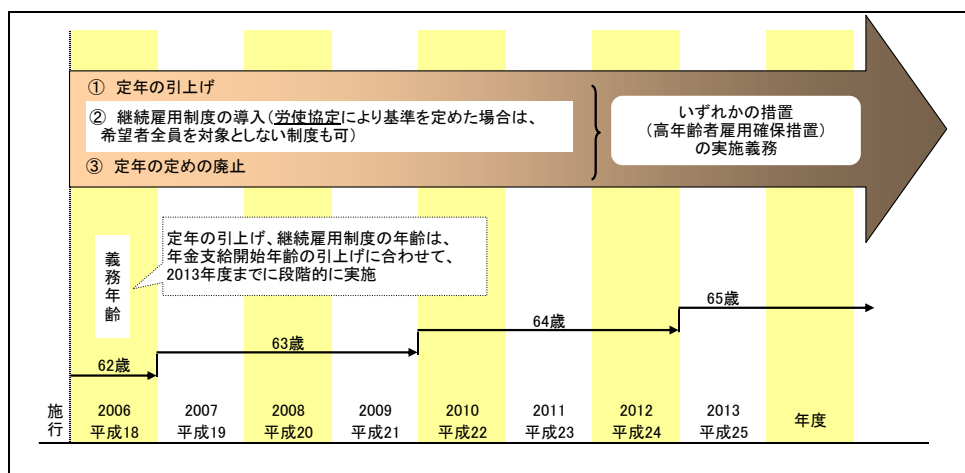
高年齢者雇用確保措置を実施した企業の割合

		実施済み		未実施	
		企業数	割合	企業数	割合
31～300人	29年	22,185	99.6%	92	0.4%
	28年	21,678	99.4%	125	0.6%
	27年	21,001	99.3%	144	0.7%
301人以上	29年	5,155	99.9%	4	0.1%
	28年	5,012	99.9%	3	0.1%
	27年	4,861	99.9%	4	0.1%
31人以上 (総計)	29年	27,340	99.7%	96	0.3%
	28年	26,690	99.5%	128	0.5%
	27年	25,862	99.4%	148	0.6%

(注) 各年 6 月 1 日現在の数値

資料：東京労働局『高年齢者の雇用状況』集計結果（平成 29 年 10 月）

高年齢者雇用安定法による高年齢者雇用確保措置の義務付け



資料：厚生労働省「厚生労働白書」（平成 23 年版）

【施策の方向】

- 東京しごとセンターにおいて、就業相談等の様々な事業を実施するとともに、就業を希望する高齢者が65歳を超えても働くことができるように、多様な就業ニーズに即した支援を展開していきます。
- 身近な地域での高齢者の社会参加を促進するため、シルバー人材センター事業等を通じて、高齢者の就業を支援していきます。
- 都立中央・城北職業能力開発センター高年齢者校などの職業能力開発センターにおいて、主として職業の転換を必要とする、おおむね50歳以上の求職者を対象として、高年齢者向け職業訓練を実施していきます。

【主な施策】

・【新規】シニア就業応援プロジェクト〔産業労働局〕

働くことを希望する高齢者がいきいきと働き続けることができるように、高齢者の就業を後押しするとともに、企業において高齢者活用が促進されるような施策を総合的に展開します。65歳以上の高齢者が派遣社員として企業に就業することにより、高齢者は当該業種で働くスキルを身に付け、企業は高齢者を活用するノウハウを取得する「シニア インターンチャレンジ！！」や65歳以上の高齢者を対象に就職に必要な知識等を学ぶ「シニア マイ・インターン大学」、就業に関する普及啓発イベントを開催し、併せて合同就職面接会を行う「シニアの就業応援フェア&合同就職面接会」等を実施します。

・【拡充】東京しごとセンター事業（高齢者の雇用就業支援）〔産業労働局〕

東京しごとセンターでは、あらゆる年齢層の人を対象に、一人ひとりの適性や状況を踏まえた雇用就業に関するワンストップサービスを提供します。おおむね55歳以上の高齢者に対しては、就業相談、能力開発（講習）などを実施します。また、定年退職後、その経験や能力を中小企業で発揮できるようにするために、技能や基礎知識を短期間で修得する育成プログラムと就職面接会を組み合わせた「エキスパート人材開発プログラム」や退職後の様々な生き方や働き方に関する情報等を提供するセミナーを実施します。さらに、NPOでの就業等多様な働き方を希望する高齢者を対象として、就業相談と事前セミナーを組み合わせた「シニアの社会参加サポートプログラム」を実施します。65歳以上のシニアについては、都内中小企業等に向けて雇用意向調査を行い、シニア求職者に関するPRを行うとともに、シニア求職者本人には職場体験を通じて、就業促進を図ります。現在就職活動を行っていないが潜在的な求職者である高齢者や、就職活動に踏み出すも就職に至らない高齢者を対象に、マインドチェンジやキャリアチェンジを促す内容のセミナーを、国との連携により都内全域で実施します。

・はつらつ高齢者就業機会創出支援事業〔産業労働局〕

区市町村が公益法人等を活用して設置する「アクティブシニア就業支援センター」が、おおむね55歳以上の高齢者を対象に、就業相談、職業紹介を実施します。

また、地域における多様な就業についての情報を収集し、提供します。

・【拡充】シルバー人材センター事業〔産業労働局〕

働く意欲のある、おおむね60歳以上の高齢者を対象に、地域の家庭、企業、公共団体等から受注した臨時的かつ短期的又は軽易な仕事を提供します。従来からの請負の形態による就業のほか、発注者からの指揮命令を受けることが可能な労働者派遣事業を拡大し、地域からの事業ニーズに応えると同時に、会員の就業機会拡大と新規会員

の増加を図ります。

・ **高齢者訓練〔産業労働局〕**

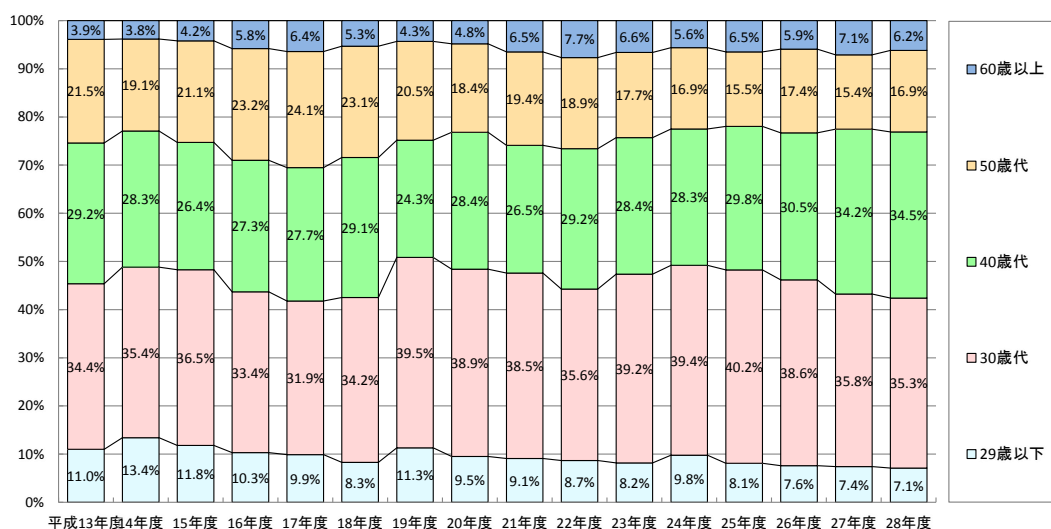
おおむね 50 歳以上の求職者に対し、就職に向けて必要な知識・技能を学ぶための職業訓練を都立職業能力開発センターで実施します。

2 起業の支援

【現状と課題】

- 就業経験豊かな高齢者の中には、再就職よりも、実務経験や専門知識を活かして起業する方が、生き生きと働けるという人もいます。
- 株式会社日本政策金融公庫「新規開業実態調査」によると、開業者に占める60歳以上の割合は、平成3年度から平成12年度までは3%未満で推移していましたが、近年は高まる傾向にあり、平成28年度は6.2%となっています。
- しかし、新たに事業を開始し、創業した企業を軌道に乗せていくためには、創業の場の確保、資金調達、製品開発、販売ルートの開拓など多くの課題があります。

開業時の年齢の分布 [全国]



資料：株式会社日本政策金融公庫「新規開業実態調査」（平成28年）

【施策の方向】

- 高齢者を含め、広く起業等を志す都民等へ、創業のための場の確保、人材育成などの支援に取り組んでいきます。

【主な施策】

・ 創業支援拠点の運営〔産業労働局〕

創業に関心のある誰もが利用でき、情報提供から事業化支援までをワンストップで行う拠点である「TOKYO創業ステーション」を運営します。

拠点では、創業相談やイベント、TOKYO起業塾をはじめとしたセミナーのほか、プランコンサルタントによる事業化支援などを実施します。

・ 創業融資〔産業労働局〕

東京都、東京信用保証協会及び取扱指定金融機関が協調して創業期に必要な資金を融資することで、都内における活発な創業活動を支援します。

・ 【拡充】 女性・若者・シニア創業サポート事業〔産業労働局〕

都内で女性・若者・シニアによる地域に根ざした創業を支援するため、信用金庫・信用組合を通じた低金利・無担保の融資と地域創業アドバイザーによる経営サポートを組み合わせ提供します。

・ インキュベーション施設¹⁶の運営〔産業労働局〕

新産業や成長の見込まれる分野の新規創業者を多く輩出するため、都内創業を目指す又は創業間もない中小企業に対して、インキュベーション施設を提供し、さらに入居者からの経営に関する相談や入居者間の交流促進等を行うインキュベーションマネージャーを配置して、ハード及びソフトの両面から継続的支援を行います。

・ 【拡充】 創業活性化特別支援事業〔産業労働局〕

インキュベーション施設を新たに設置する、又は既存施設を改修する事業計画について、一定要件を具備するものを東京都が認定し、当該事業（施設）の紹介、事業者間の交流等を行います（インキュベーション施設運営計画認定事業）。

認定事業のうち、審査に合格したものに対し、整備・改修費を助成し、合わせて整備・改修後の運営費を助成します。（インキュベーション施設整備・運営費補助事業）

また、一定の要件を満たした事業計画を持つ創業者等に対して、創業期に必要な人件費、賃借料、広告費等の一部を助成します。（創業助成事業）

・ 定年等就農者セミナー、シニア就農者セミナー〔産業労働局〕

定年退職等を契機に本格的な農業経営に取り組もうとする中高年農業者に対して、実習を主体として栽培技術等を指導します。

¹⁶ インキュベーション施設

起業や創業をするために活動する入居者を支援する施設

・【新規】シニア向けセミナー農園整備事業〔産業労働局〕

超高齢社会の進展を見据え、農地保全のために東京都が買い取った生産緑地を活用した「シニア向けセミナー農園（仮称）」を開設し、高齢者が働く環境を整備します。

・【新規】シニアスタートアッププログラム（仮称）〔総務局〕

産業技術大学院大学において、シニア層を対象に、起業に必要なスキルが学べるプログラムを実施します。