

# 第4章 施策・事業の展開

## 第4章 施策・事業の展開

### 1 施策の体系

#### ◆ 基本理念 ◆

住み慣れた地域で、健康で生きがいを持ち、  
安心して自立した生活を送ることができる、笑顔あふれる長寿社会の実現

#### 基本目標1 健康で生きがいのある豊かな生活の実現

- 1 健康づくり・介護予防の推進
  - (1) 主体的な健康づくりの推進
  - (2) 高齢期の健康を支えるための情報提供の推進
  - (3) 効果的・効率的な介護予防の推進
- 2 生きがいづくりの促進
  - (1) 社会参加活動の促進
  - (2) 豊かな高齢期を支える学習機会の提供
  - (3) 多様な活躍の場の提供

#### 基本目標2 地域で支え合う社会の実現

- 1 地域での支え合い体制の推進
  - (1) 地域での支え合い体制の推進に向けた地域包括支援センターの機能強化
  - (2) 多様な関係者・団体等の参加による地域ケア力の向上
  - (3) 地域での支え合い体制の推進に向けた生活支援体制の充実
  - (4) 高齢者の日常生活を支える多様な担い手の育成・支援
- 2 高齢者にやさしいまちづくりの推進
  - (1) 福祉のこころの醸成と交流活動の促進
  - (2) 高齢者の快適な生活基盤の計画的な整備
- 3 安全で安心な暮らしの支援
  - (1) 地域での相談・見守り体制の充実
  - (2) 安全で安心な暮らしを支える情報提供

**基本目標3 介護サービスが創る笑顔あふれる社会の実現**

1 介護保険事業の充実

- (1) 介護保険サービスの安定的な提供
- (2) 介護保険給付費等の見込みと介護保険料の設定
- (3) 介護予防・日常生活支援総合事業の推進

2 介護人材の確保

- (1) 介護現場への参入促進
- (2) 介護職の離職防止に向けた職場環境の向上

3 介護サービスの質の確保・向上

- (1) 介護給付の適正化や介護人材の育成支援
- (2) 介護サービス事業所における災害や感染症への備え

4 在宅医療・介護連携の推進

- (1) 円滑な医療・介護連携に向けた体制の強化
- (2) 在宅療養を支える専門職の育成・確保
- (3) 在宅での療養や看取りに関する市民理解の促進

5 介護者等への支援

- (1) 介護サービスを必要とする高齢者や家族等に対する情報提供
- (2) 介護者に対する支援

**基本目標4 いつまでも自分らしさを持ち、自立した生活の実現**

1 高齢者の状況に応じた在宅福祉サービスの提供

- (1) 在宅福祉サービスの提供

2 高齢者の自立した生活を支える住環境の整備

- (1) 高齢者の住環境の向上に向けた支援
- (2) 高齢者の希望や状況に応じた住宅の確保

3 認知症高齢者等対策の充実

- (1) 認知症の正しい理解に向けた周知啓発や認知症の人にやさしい地域づくりの推進
- (2) 認知症の早期発見や相談支援の推進
- (3) 介護予防の推進
- (4) 認知症ケア体制の構築

4 高齢者の権利を守る制度の利用支援

- (1) 高齢者虐待を防ぐための周知啓発や関係機関との情報共有
- (2) 成年後見制度などの周知・利用促進

第1章

第2章

第3章

1  
第4章  
2  
3  
4

第5章

第6章

資料編

## 2 基本目標ごとの取組

### 基本目標1 健康で生きがいのある豊かな生活の実現

#### 施策の方向性1 健康づくり・介護予防の推進

##### 取組方針

- 市民の健康づくり・介護予防の推進に向け、健康づくりや介護予防への意識を高め、
- 積極的な参加を促進するとともに、通いの場へのリハビリ専門職の派遣などにより、効
- 果的・効率的な介護予防の推進を図ります。

#### (1) 主体的な健康づくりの推進

市民が、高齢期になる前から、ライフステージのどの段階になっても継続して自ら健康づくりに取り組むことができるよう、外出機会を増やす支援や、身近な場所での健康づくり活動の機会の充実などに取り組みます。

#### [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
1	健康ポイント事業	市民が楽しみながら健康づくりに取り組めるよう、歩くことや、健診の受診などの健康づくりに取り組むことで、ポイントが貯まり、貯めたポイントに応じて特典が受けられる事業を推進します。
2	健康づくり実践活動の促進	市民一人ひとりが、主体的に健康づくりに取り組むことができるよう、地域の核となる人材として「健康づくり推進員・食生活改善推進員」の養成講座を開催し、地区連合自治会圏域（39地区）ごとに健康づくり組織の設置を進め、地域住民が主体となった健康づくり実践活動を促進します。
3	特定健康診査の実施	生活習慣病のリスクを早期に発見し、生活習慣の改善や早期治療を促すため、メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査・特定保健指導を実施し、生活習慣病の発症や重症化を予防します。
4	歯科検診（歯周病検診）の実施	むし歯や歯周病などの早期発見、早期治療を図るため、歯科検診を実施することで、歯と口腔の健康づくりを支援します。

No.	事業名	概要
5	日ごろからの健康管理を支える仕組みづくりの促進	「かかりつけ医」や「かかりつけ歯科医」、「かかりつけ薬剤師・薬局」など、日ごろから健康に関する相談先を持つことにより、いざというときもスムーズな治療等につなげることができるよう、宇都宮市医師会をはじめとする関係団体と連携しながら、日ごろからの健康管理を支えます。



第1章

第2章

第3章

1  
2  
3  
4  
第4章

第5章

第6章

資料編

## (2) 高齢期の健康を支えるための情報提供の推進

高齢者が、ロコモティブシンドロームやフレイルを予防しながら、健康を維持し続けることができるよう、運動や口腔ケア、栄養改善など、様々なライフスタイルに合わせた健康づくりに関する情報提供に取り組みます。

## [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
6	食育出前講座・歯と口腔の健康づくり出前講座の実施	<p>高齢になっても、いつまでも元気で過ごすことができるよう、大切な食事のポイントについて、自治会や老人クラブなどの地域団体等に出向いて「食育出前講座」を実施することで、健全な食生活の実践につなげます。</p> <p>また、口腔ケアは、様々な病気の予防にもつながることから、よく噛んでおいしく食べることの大切さや歯周病との関係などについて、「歯と口腔の健康づくり出前講座」の開催を通して、歯と口腔の健康づくりを支援します。</p>
7	健康教育・健康相談の実施	<p>生活習慣病の予防やその他健康に関する事項について、正しい知識を普及し、健康の保持増進を図るため、医師や管理栄養士などによる各種講演会の開催や、保健師等が地域団体等に出向き、講話と実技を組み合わせた健康教育を実施するほか、電話や面接による健康相談を通して、主体的な健康づくりを支援します。</p>
8	歯科健康相談の実施	<p>歯科疾患の予防及び口腔機能の維持向上のため、歯科医師による専門的な相談や、歯科衛生士によるブラッシング指導を実施し、歯科保健に対する関心と理解を深めます。</p>
9	健康管理に関する情報提供の推進	<p>健康に関する市民意識の向上を図るとともに、市民の相談に応じることができるよう、広報紙やパンフレットなどを活用しながら、日ごろからの健康管理の必要性や相談窓口などに関する情報提供に取り組みます。</p>
10	糖尿病重症化予防の推進	<p>糖尿病の早期治療や重症化予防に向け、特定健康診査の結果や医療情報を活用しながら、未治療者に対する受診勧奨や看護師等による保健指導に取り組みます。</p>



## 「健康寿命を延ばして、ココロもカラダも元気に長生き」

人は加齢に伴って衰弱や転倒・骨折、背骨・関節の病気などのトラブルが増加し、活動がおっくうになってしまいます。こういった症状・状態を放っておくと、「フレイル（※1）」状態となり、やがては要介護状態に陥ってしまう可能性が高くなります。

また、加齢により身体のトラブルが増加すると、「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）（※2）」に陥りやすくなります。これまでは、「年をとるので仕方がない」と思われてきましたが、最近ではこの状態を改善できると言われています。

いつまでも健康で元気に暮らすことができるよう、高齢期のトラブルを予防することが重要です。（106 ページの在宅療養パンフレットも参考にしましょう。）

フレイルチェック		ロコモチェック	
～ 3つ以上あれば要注意 ～		～ 1つでもあれば要注意 ～	
<input type="checkbox"/>	1年間で4～5kg体重が減った	<input type="checkbox"/>	家の中でつまずいたり滑ったりする
<input type="checkbox"/>	疲れやすくなった	<input type="checkbox"/>	階段を上がるのに手すりが必要
<input type="checkbox"/>	筋力（握力）が低下した	<input type="checkbox"/>	15分くらい続けて歩くことができない
<input type="checkbox"/>	歩くのが遅くなった	<input type="checkbox"/>	横断歩道を青信号で渡りきれない
<input type="checkbox"/>	身体の活動量が減った	<input type="checkbox"/>	片脚立ちで靴下が履けなくなった
		<input type="checkbox"/>	2kg程度（1Lの牛乳パック2個程度）の買い物をして持ち帰るのが困難
		<input type="checkbox"/>	家のやや重い仕事（掃除機の使用や布団の上げ下ろしなど）が困難

### ※1 「フレイル」とは？

高齢者の「健康状態と要介護状態との間にある“虚弱状態”」を指し、まだ介護は必要ないけれど、なんとなく体調が優れない、足腰や口周りに不安がある、人付き合いがおっくうになるなど、年齢とともに生じる心身の衰えのこと。ある程度の衰えは自然のことですが、運動不足や栄養不足などによる急激な衰えは、ふだんの心がけ次第で予防・改善することができます。

### ※2 「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」とは？

年齢を重ねることによって、筋肉や骨、関節などの運動器の動きが衰え、立ったり歩いたりといった移動機能が低下した状態のこと。ロコモティブシンドローム自体は病気ではありませんが、できるかぎり早い段階で発見し、適切なりハビリテーションや治療を行うことで、“健康寿命”の延伸につながると考えられています。

### (3) 効果的・効率的な介護予防の推進

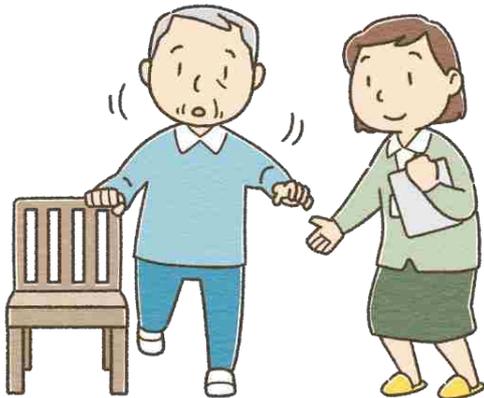
高齢者が、主体的に介護予防に取り組み、心身の状態等を維持・改善することができるよう、介護予防に関する知識の普及啓発や、支援が必要な高齢者の把握を行うとともに、通いの場における介護予防活動の推進に取り組みます。

また、通いの場へのリハビリテーション専門職の派遣など、より効果的な介護予防の推進に取り組むとともに、保健事業と連携したアプローチなど、要介護状態の発生予防や生活習慣病予防の一体的な推進に取り組みます。

#### [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
11	運動推進事業	個人のライフスタイルや体力に合った運動習慣の定着を図るため、高齢期を迎えても要介護状態に陥ることなく、健康でいきいきとした生活を送れるよう、「しっかり貯筋教室」を開催し、ロコモティブシンドロームやフレイル予防などの健康づくりに関する講話や運動の実技を実施します。
12	介護予防参加促進事業	庁内関係部署や医療機関、民生委員・児童委員などと連携しながら、介護予防の取組を必要とする高齢者を把握し、必要な支援につなげます。 また、特定の年代に対する介護予防活動への参加を促すための啓発事業を実施します。
13	介護予防普及啓発事業	介護予防の基本的な知識や技術の普及を図るため、介護予防の基本的な知識を掲載したパンフレット等を配布するとともに、地域ごとに実施する「介護予防教室（はつらつ教室）」や、プロスポーツチームと連携した「いきいき健康教室」などの運動、栄養、口腔、認知症予防等に関する教室・講演会を開催します。 なお、教室の開催に際しては、地域別データ分析の結果を活用し、地域ごとの特性や課題に応じた内容を盛り込むなど、きめ細かな事業を展開します。
14	地域介護予防活動支援事業	地域で自主的に介護予防のための活動を行うグループ（自主グループ）を育成・支援するため、地域包括支援センターによるグループの活動支援や、栄養士・歯科衛生士によるフレイル予防のための講話や実技を実施します。
15	訪問型・通所型サービスC	要支援者等の生活機能の向上を図るため、短期集中的におおよそ週1回以上、生活行為の改善を目的とする効果的な介護予防プログラムを実施します。

No.	事業名	概要
16	地域リハビリテーション活動支援事業	<p>住民主体の通いの場をより一層創出し、活性化させるために、地域包括支援センターと連携してリハビリテーションに関する専門職を地域の自主グループ等の活動の場へ派遣し、高齢者の年齢や身体機能に応じた安全な身体の動かし方や効果的な運動などの助言を行います。</p> <p>また、リハビリテーションに関する専門職と連携し、地域包括支援センターや介護支援専門員が作成するケアプラン等に対し、自立支援や重度化防止の視点や工夫点・改善点について助言・指導を行います。</p>
17	保健事業と介護予防との一体的実施	<p>栃木県後期高齢者医療広域連合等と連携し、フレイルリスクの高い高齢者を医療・介護サービスにつなげるなど、高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的実施に取り組みます。</p>





## 「はつらつ教室」

### ～ 地域の仲間とともに楽しく介護予防 ～

「はつらつ教室」は、地区市民センターや地域コミュニティセンターなどの皆さんの身近な場所で、運動や低栄養予防、口腔ケアの方法、認知症予防の脳トレなど、介護予防に役立つ内容について、約半年から1年かけて楽しく学ぶ教室です。また、地域別データ分析（41 ページを参照）の結果を活用し、地域ごとの特色に応じた内容も取り入れながら教室を実施します。

介護予防のきっかけ作りのために、「はつらつ教室」に参加してみませんか？

#### 《参加者の声》

- ・ 介護予防の知識が身に付き、運動もできたのでとても良かった。家でも継続して取り組みたい。
- ・ 気持ちが前向きになり毎日楽しかったので、また参加したい。



## 「自主グループ」

### ～ 通いの場の主体は住民の皆さん ～

「はつらつ教室」の終了後は、教室に参加した仲間と一緒に住民主体の「自主グループ」を立ち上げ、介護予防のための活動を継続しています。本市では約 200 グループが活動しており、活動内容は、簡単な運動、認知症予防、会食、茶話会、趣味活動など様々です。

自主グループの活動が楽しく継続できるよう、地域包括支援センターが活動内容についてアドバイス等を行うほか、運動、栄養、口腔ケアなどに関する専門的な知識が得られるよう、リハビリテーション専門職や、歯科衛生士、栄養士などの専門職が講話や実技指導を行います。また、他のグループの活動を知り、それぞれの自主グループの活動がもっと充実するよう、グループの代表者同士が交流を持てる教室なども開催します。

皆さんも一緒に自主グループの活動に参加してみませんか？





## コラム

### 「いきいき健康教室」

#### ～ フロスポーツ選手とともにいい汗かきませんか？ ～

本市には3つのプロスポーツチーム「栃木SC（サッカー）」、「宇都宮ブルックス（バスケットボール）」、「宇都宮ブリッツェン（自転車）」があります。

「いきいき健康教室」は、日本のトップレベルで活躍しているこれらのチームの選手とともに、ストレッチやそれぞれのスポーツの特色に合わせた簡単な運動を行い、介護予防について楽しく学ぶことができる教室です。

「スポーツはちょっとハードかな？」と思う方もいらっしゃるかもしれませんが、教室では、選手のほかにも、トレーナーや看護師が皆さんの状態に合わせたサポートをしてくれます。安心してご参加ください。

#### 《参加者の声》

- ・ 若いプロスポーツ選手と一緒に触れ合えて元気をもらえました。
- ・ 教室で学んだトレーニングは自宅でも積極的に取り入れています。



### 「いきいき健康教室 VTR編」

#### ～ 自宅でプロスポーツ選手の運動動画を見ながら運動しませんか？ ～

「栃木SC（サッカー）」、「宇都宮ブルックス（バスケットボール）」、「宇都宮ブリッツェン（自転車）」が、コロナ禍で外出を控える高齢者のために、自宅でできる運動の動画を制作しました。動画は本市ホームページで見ることができます。





## リハビリテーション専門職からの支援

リハビリテーション専門職とは、作業療法士(OT)、理学療法士(PT)、言語聴覚士(ST)のことを言います。高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを継続できるよう、リハビリテーション専門職が、自主グループの参加者に対して生活活動の向上のためのアドバイスをを行うほか、地域包括支援センター職員や介護支援専門員(ケアマネジャー)に対して利用者の自立を促すためのアドバイスをを行います。

### ● 自主グループへのアドバイス

地域で活動する「自主グループ」に対し、グループの活動の場にリハビリテーション専門職が出向き、年齢や心身の状況などに応じた安全な身体の動かし方や、体組成計などを用いたセルフマネジメントについて助言を行います。



### ● 包括職員へのアドバイス

地域包括支援センター職員等に対し、高齢者の自立を促す視点から、「介護予防ケアプラン」について、地域や生活の中に生きがいや役割を持ちながら生活できるよう、生活の環境も考慮した助言を行います。



### ● ケアマネジャーへのアドバイス

介護支援専門員(ケアマネジャー)に対し、高齢者の自立を促す視点や、重度化防止の視点から、「ケアプラン」の工夫点や改善点について助言を行います。



施策の方向性2 生きがいの促進

取組方針

高齢者の生きがいの促進に向け、老人クラブやふれあい・いきいきサロンなどの社会参加活動の促進に取り組むとともに、シニア世代を対象とした学習機会の提供や、多様な活躍の場の提供を図ります。

(1) 社会参加活動の促進

高齢者が地域の中でいきいきと活動することができるよう、外出の促進や地域の社会資源に関する情報提供などを通じ、個々の興味や関心に応じて取り組む幅広い社会参加活動の促進に取り組みます。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
18	高齢者等地域活動支援ポイント事業	高齢者等の社会参加や健康づくり、生きがいの促進するため、「地域貢献活動」（60歳以上対象）や「健康づくり活動」（65歳以上対象）に対してポイントを付与し、貯めたポイントを介護保険料の納付や市の施設利用券や図書カードなどの活動奨励物品等に交換できる事業を推進します。
19	高齢者外出支援事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者の更なる外出を促進することにより、健康づくりの推進や社会参加の促進、生きがいの促進を図るため、年度末時点で70歳以上の方を対象に、1年度に1回、バス等の乗車に使用できる10,000円相当のポイントを地域連携ICカード内に付与する事業を推進します。</li> <li>郊外部において導入されている地域内交通の利便性向上や導入自治会の拡大を促すとともに、市街地においても地域の実情に応じた生活交通の導入に向け、地域組織の取組に対する支援を行い、日常生活における身近な移動手段の確保を図ります。</li> </ul>
20	みやシニア活動センター事業	シニア世代が持つ豊かな知識や経験を地域活動やボランティア活動などの社会参加活動に活かしながら、健康の維持や生きがいにつながるよう、「地域デビュー講座」や「シニア交流会」などを開催するとともに、就労、まちづくり、ボランティア、生涯学習などの様々な関係機関と連携し多様な情報の提供に取り組めます。

No.	事業名	概要
21	老人クラブ活動の育成・支援	高齢者が仲間とともに、豊富な経験や組織力を活かしながら、ペタンクなどの軽スポーツやウォーキングなどの健康づくり活動、子どもの見守り活動、ひとり暮らしの高齢者に対する支援活動などに取り組めるよう、地域を基盤とする高齢者の自主組織である「老人クラブ」の育成・支援に取り組みます。
22	ふれあい・いきいきサロン事業	高齢者や障がい者、子どもなどが身近な場所に気軽に集える機会を提供するため、ふれあいを通して仲間づくりや生きがいづくりの輪を広げ、また、参加者の悩みや不安の解消を図ります。



## (2) 豊かな高齢期を支える学習機会の提供

高齢者が心身ともに健康で、充実した高齢期を過ごせるよう、スポーツ活動や文化活動などの幅広い活動を推進するとともに、シニア世代を対象とした講座やイベントなどの学習機会の提供に取り組みます。

## [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
23	高齢者向けスポーツ活動の推進	子どもから高齢者まで、世代を問わず気軽に楽しめるグラウンドゴルフや輪投げ、ペタンクなどのニュースポーツの普及促進を目的として、ニュースポーツ大会の開催や用具の貸出しを行います。
24	地域スポーツクラブの育成・活動支援	市民の健康づくりや生きがいづくりに寄与するため、地域スポーツクラブの設立・運営に対する各種補助金やクラブマネージャーの育成支援など、既存クラブの運営や新規クラブの立ち上げ支援に取り組みます。
25	茂原健康交流センター事業	高齢者の健康づくりや生きがいづくりを支援するため、茂原健康交流センターにおいて、アクアビクスや筋力向上体操などの教室を開催します。
20 (再掲)	みやシニア活動センター事業	シニア世代が持つ豊かな知識や経験を地域活動やボランティア活動などの社会参加活動に活かしながら、健康の維持や生きがいづくりにつながるよう支援するため、「地域デビュー講座」や「シニア講演会」、「ライフプラン支援講座」などの学習機会を提供します。
26	人材かがやきセンター・生涯学習センター等による学習機会の提供	高齢者をはじめとする地域住民の多様な学習機会の提供に向け、「人材かがやきセンター」や市内18か所の「生涯学習センター」等において、子どもから高齢者まで参加できる各種講座の実施や、学習に関する情報提供を行います。
27	老人福祉センター事業	高齢者の健康づくりや生きがいづくりを支援するため、市内5か所の老人福祉センターにおいて、健康づくりや趣味の講座の開催や、看護師による血圧測定などの健康相談などを行います。
28	シルバー大学校の運営支援	積極的に地域活動を実践する高齢者を育成することを目的とするシルバー大学校の運営を支援するため、入学願書の配布や受付などを行います。
29	保健と福祉の出前講座の実施	保健福祉サービスを適切に利用することができるよう、保健福祉分野のサービスや知って役に立つ情報などを周知するため、市職員が直接地域に出向いて、内容をわかりやすく説明する「保健と福祉の出前講座」を行います。

## (3) 多様な活躍の場の提供

元気な高齢者等が社会的役割を持つことは、生きがいや介護予防につながります。高齢者が地域の中で役割を持ち、充実した高齢期を過ごせるよう、高齢者が持つ豊富な知識や経験を活かすことができる多様な活躍の場の提供に取り組みます。

## [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
30	シルバー人材センター事業の支援	高齢者の社会参加と生きがいづくりの推進のため、シルバー人材センターが実施する、除草や屋外雑役などに代表される請負事業や介護・保育の分野などへの労働者派遣事業を円滑に行えるよう、センターに対し、運営費の貸付及び補助を行います。
31	雇用や就労に関する各種支援制度の周知	高齢者を含む様々な働き手の雇用促進と労働環境の向上を図るため、雇用・労働に関する法律や制度などを掲載した勤労者向け、事業者向けの啓発冊子をそれぞれ作成し、勤労者、市内事業者、関係機関へ配付するほか、ホームページにも掲載します。
35 (再掲)	介護予防・日常生活支援総合事業の推進（担い手の育成・確保）	地域のボランティアやNPO、自治会等の多様な主体が、介護予防や生活支援に参画できるよう、介護予防・生活支援サービス事業における基準緩和型サービス（サービスA）に携わる人材を育成する研修を開催するとともに、住民主体型サービス（サービスB）の実施に係る助成を行います。
34 (再掲)	生活支援体制整備事業	地域における居場所づくりや支え合い活動の充実に向け、各地区連合自治会においては、地域における関係者間の情報共有、課題・ニーズの把握、生活支援サービス等の企画・立案などを行う第2層協議体を設置しており、地域別データ分析で明らかになった地域の特性などについて情報提供するなど、地域の活動を支援するとともに、地域内の活動の調整役を担う生活支援コーディネーターの育成にも取り組みます。
98 (再掲)	認知症パートナーの養成・支援	認知症サポーターが認知症の人をより身近でサポートできるよう、認知症パートナー（具体的な支援活動を行う人）になるためのステップアップ講座を開催するとともに、認知症パートナーを介護保険施設や地域の通いの場へつなぐための支援（マッチング）を実施します。

基本目標2 地域で支え合う社会の実現

施策の方向性1 地域での支え合い体制の推進

取組方針

「地域での支え合い体制」の推進に向け、地域包括支援センターの機能強化を図るとともに、地域ケア会議や第2層協議体などにおいて、様々な社会的資源が有機的に連携した支援体制の充実を図ります。

(1) 地域での支え合い体制の推進に向けた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（担当地区は85ページを参照）は、地域包括ケアの中核機関として、高齢者の地域における総合相談支援や権利擁護支援、地域のネットワーク構築、介護支援専門員（ケアマネジャー）の支援、介護予防の推進などの役割を担っています。

今後、高齢化の進展に伴って増加・多様化する高齢者やその家族からのニーズに対応できるよう、地域包括支援センターが担う業務の効率化やサービスの質の向上などの機能強化に取り組みます。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
32	地域包括支援センターの運営及び機能強化	地域包括支援センターが、今後も市民に身近な総合相談窓口として円滑に機能することができるよう、ICTを活用した業務の効率化を図りながら、体制を強化していくとともに、地域別データ分析の活用による地域の特性に応じた事業の実施や、高齢福祉課に設置している「基幹相談支援センター」による各地域包括支援センターが抱える困難事例への支援、好事例を用いた研修などの人材育成、地域包括支援センターの事業評価など、サービスの質の向上にも努め、地域包括支援センターの機能強化に取り組みます。



(2) 多様な関係者・団体等の参加による地域ケア力の向上

高齢者がいつまでも住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、保健・医療及び福祉に関する専門職、民生委員・児童委員や自治会などの地域の関係者・団体など、地域の様々な人や多職種の参画・協働により、地域課題等を話し合う場である「地域ケア会議」を開催し、「地域ケア力」の向上を図ります。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
33	地域ケア会議の推進	<p>地域ケア力の向上が図れるよう、地域の関係者・団体や、保健・医療及び福祉に関する専門職などの多職種が参加する「地域ケア会議」を開催します。</p> <p>《個別課題検討会議》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢者本人やその世帯が抱える医療や介護などの課題の解決を図ります。</li> <li>・ 介護支援専門員におけるケアマネジメントの実践力を高めます。</li> <li>・ 支援を必要とする高齢者に対する見守り体制の検討や見守りの取組を地域内で共有します。</li> </ul> <p>《地域課題検討会議》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 個別課題の解決を積み重ねることで、その地域に共通した課題を明確にし、地域内で共有していきます。</li> <li>・ 共有された地域課題を解決するために必要な資源開発や地域づくりを行い、その地域全体における高齢者の支援を充実させていきます。</li> </ul>



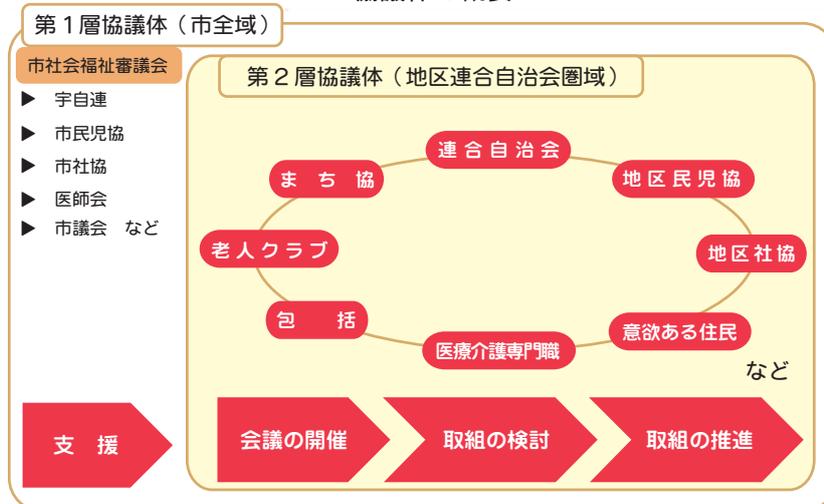
(3) 地域での支え合い体制の推進に向けた生活支援体制の充実

ひとり暮らし高齢者などの高齢世帯が増加していく中、高齢者が生きがいを持ちながら住み慣れた地域で安心して暮らし続けていくためには、医療や介護などの公的サービスはもちろん、生活上の困りごとに対する多様な支援や、介護予防、社会参加が必要となります。こうしたニーズに対応できるよう、ボランティア団体・NPO法人・民間企業や地域住民をはじめとした多様な主体が連携しながら、地域における高齢者支援の担い手や生活支援サービスの開発を行い、高齢者の生活支援・介護予防の充実や社会参加を推進するための体制を整備します。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
34	生活支援体制整備事業	<p>地域における見守りや支え合い、居場所づくりなどの活動がより一層活性化するよう、各地区連合自治会においては、地域における関係者間の情報共有、課題・ニーズの把握、生活支援サービス等の企画・立案などを行う第2層協議体を設置しており、地域別データ分析で明らかになった地域の特性などについて情報提供するなど、地域の活動を支援するとともに、地域内の活動の調整役を担う生活支援コーディネーターの育成にも取り組みます。</p> <p>また、全市域を対象とする第1層協議体（宇都宮市社会福祉審議会 高齢者福祉専門分科会）においては、市内の第2層協議体を対象とした情報交換会を企画・開催するなど、地域間の情報共有やネットワークづくりを促進するとともに、第2層協議体では解決困難な市域全体にまたがるような課題について、対応策の検討を行います。</p>

協議体の概要



※ 地区連合自治会圏域に設置された第2層協議体では、地域のまちづくりや福祉の団体などが参画し、居場所づくりや見守り活動など、高齢者を支えるために「地域ができること」について検討しています。



## 広がりをもせる支え合いの取組

高齢者がいつまでも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、第2層協議体では、地域の高齢者の方々のためにできることを話し合っており、その結果、各地域において支え合い活動が広がっています。

### ● 地域の居場所づくり

誰もが気軽に参加できる居場所を作り、地域の方々の交流の場として役立てています。

閉じこもりがちな高齢者の方々にも声掛けし、外出が難しい方は、ボランティアの方が送迎するなどしています。



### ● ちょっとした家事のお手伝い

高齢者の方が難しいと感じている、庭の草むしりなど、ちょっとしたお手伝いを地域の方が提供する仕組みを作っています。

地域ごとに、高齢者の方がどのようなことで困っているかを調査し、手伝える内容を検討しています。



### ● 日ごろからの見守り

近所に住む方が、高齢者の方の異変に気付けるよう、日ごろからの見守りを行う仕組みを作っています。

心配な方については、定期的な声掛けや適切な機関への連絡のほか、第2層協議体で情報共有し、地域全体で対策を検討しています。



(4) 高齢者の日常生活を支える多様な担い手の育成・支援

高齢者がいつまでも住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、見守りや声掛け、居場所づくりなど、地域住民が身近な地域における支え合い活動の担い手として参加することも大切です。そのため、本市では、介護予防・日常生活支援総合事業において、生活支援サービスの提供主体として期待されるボランティアなどのサービスの担い手となる人材を育成・支援します。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
35	介護予防・日常生活支援総合事業の推進（担い手の育成・確保）	地域の住民が、ちょっとした支え合いや生活支援の担い手として社会参加することができるよう、介護予防・生活支援サービス事業における基準緩和型サービス（サービスA）に携わる人材を育成する研修を開催するとともに、住民主体型サービス（サービスB）の実施に係る助成を行います。
98 (再掲)	認知症パートナーの養成・支援	認知症サポーターが認知症の人をより身近でサポートできるよう、認知症パートナー（具体的な支援活動を行う人）になるためのステップアップ講座を開催するとともに、認知症パートナーを介護保険施設や地域の通いの場へつなぐための支援（マッチング）を実施します。





## 「介護予防・日常生活支援総合事業」

団塊の世代が75歳以上となる令和7年（2025）年に向け、ひとり暮らし高齢者世帯や高齢者夫婦のみ世帯、認知症高齢者の増加が予想されます。このような中、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、地域全体で高齢者を支えるとともに、高齢者自身も自らの能力を最大限に活用しながら、介護予防に取り組むことが大切です。

介護予防・日常生活支援総合事業は、「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」とで構成され、65歳以上の方の介護予防と日常生活における支援を行うことを目的としています。

### ① 介護予防・生活支援サービス事業

要支援の認定を受けている方や、基本チェックリストにより要支援者に相当すると判断された方などを対象とし、訪問型サービスや通所型サービス等を提供します。総合事業では、ホームヘルパーなどによる専門的なサービスに加え、ボランティア団体や地域住民など、様々な担い手による多様なサービスが提供されます。

#### 訪問型サービス

サービス相当	サービスA	サービスB	サービスC
ホームヘルパーが定期的に居宅を訪問し、身体介護や生活援助を行います。	宇都宮市が実施する研修の修了者などが定期的に居宅を訪問し、生活援助を行います。	宇都宮市の登録を受けた団体の会員が定期的に居宅を訪問し、安否確認を兼ねた簡単な家事援助等を行います。	看護師等の専門職が居宅を訪問し、生活機能を改善するための指導を短期間（約3か月間）で集中的に行います。

#### 通所型サービス

サービス相当	サービスA	サービスB	サービスC
通所介護（デイサービス）施設で、生活上の支援や生活行為向上のための支援などを日帰りで行います。	身近な通所介護（デイサービス）施設で、介護予防に向けた運動やレクリエーションなどを行います。	自治会館等の身近な交流施設などで、介護予防に向けた簡単な運動やレクリエーションなどを行います。	地区市民センターやスポーツジムなどで、生活機能を改善するための運動等を短期間（約3か月間）で集中的に行います。

#### その他生活支援サービス

##### 配食サービス

栄養改善や見守りを目的とした配食を行います。

### ② 一般介護予防事業

65歳以上のすべての方を対象とし、健康づくりや介護予防を目的とした講座や体操教室などを行います。

施策の方向性2 高齢者にやさしいまちづくりの推進

取組方針

高齢者にやさしいまちづくりの推進に向け、福祉のこころの醸成や教育などの「福祉のこころを育む人づくり」に継続して取り組むとともに、「ネットワーク型コンパクトシティ（NCC）」の形成など、安全・安心・快適に暮らせる福祉の基盤づくりを推進します。

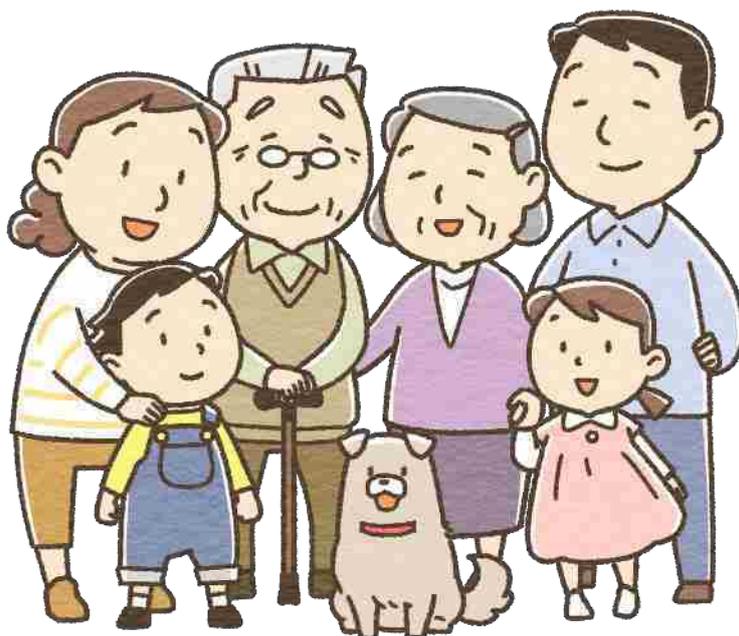
(1) 福祉のこころの醸成と交流活動の促進

高齢者をはじめとするすべての市民が個人として尊重され、様々な社会活動に主体的に参加できるよう、ボランティアの精神を持って高齢者等への支援に取り組む人材の養成や、世代間交流の促進などに取り組みます。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
36	ボランティアセンターやまちづくりセンターの運営	<ul style="list-style-type: none"> <li>市民が気軽にボランティア活動等に参加できるよう、ボランティアセンターにおいて、ボランティアの相談・登録やマッチングのほか、養成講座の開催や交流の場づくりなど、市民の自発的な活動の支援を行います。また、災害時における災害ボランティアセンターの迅速な設置や円滑な運営を図るために災害ボランティアの養成を充実させるなど、総合的なボランティア支援体制を推進します。</li> <li>地域活動団体やNPO、企業等がそれぞれの特性や能力を発揮し合い、公共的課題の解決に自主的に取り組む社会をつくるため、まちづくりセンター（まちぴあ）において、各活動主体の連携体制構築やNPO等の組織基盤の強化など多様な支援を行います。</li> </ul>
37	ボランティア養成講座等の充実	ボランティア活動の推進と実践者の養成を図るため、ボランティア活動への興味や関心から始まるきっかけづくりを目的としたボランティア入門講座や、スキル習得のための養成講座を実施します。
38	敬老会の開催支援を通じた敬老のこころを育む取組の推進	多年にわたり社会に貢献してきた高齢者を敬愛するとともに、市民が高齢者の福祉について関心と理解を深めることができるよう、各地区（39地区）の社会福祉協議会が運営主体となり、宇都宮市社会福祉協議会、本市と共催で開催します。

No.	事業名	概要
25 (再掲)	茂原健康交流センター事業	世代間・地域間交流を促進するため、茂原健康交流センターにおいて、水泳教室や健康づくり教室など、子どもから高齢者までの幅広い年代を対象とした教室を開催します。
39	学校における福祉教育の充実	児童生徒を対象に、思いやりなどの豊かな心を育むため、高齢者や福祉施設との交流活動や学校行事への招待などを実施し、「宮っ子心の教育」を推進します。 また、中学校の「宇都宮学」において、高齢者がいつまでも住み慣れた地域で安心して暮らし続けていくための本市の取組を学習することで、高齢社会への理解を促進します。
97 (再掲)	認知症サポーター等の養成・支援	学校や職場、地域団体などに、本市が養成するキャラバン・メイト（認知症サポーターの講師）を派遣し、市民が認知症サポーター（認知症を正しく理解して認知症の人を温かく見守る応援者）になるための講座を開催します。



## (2) 高齢者の快適な生活基盤の計画的な整備

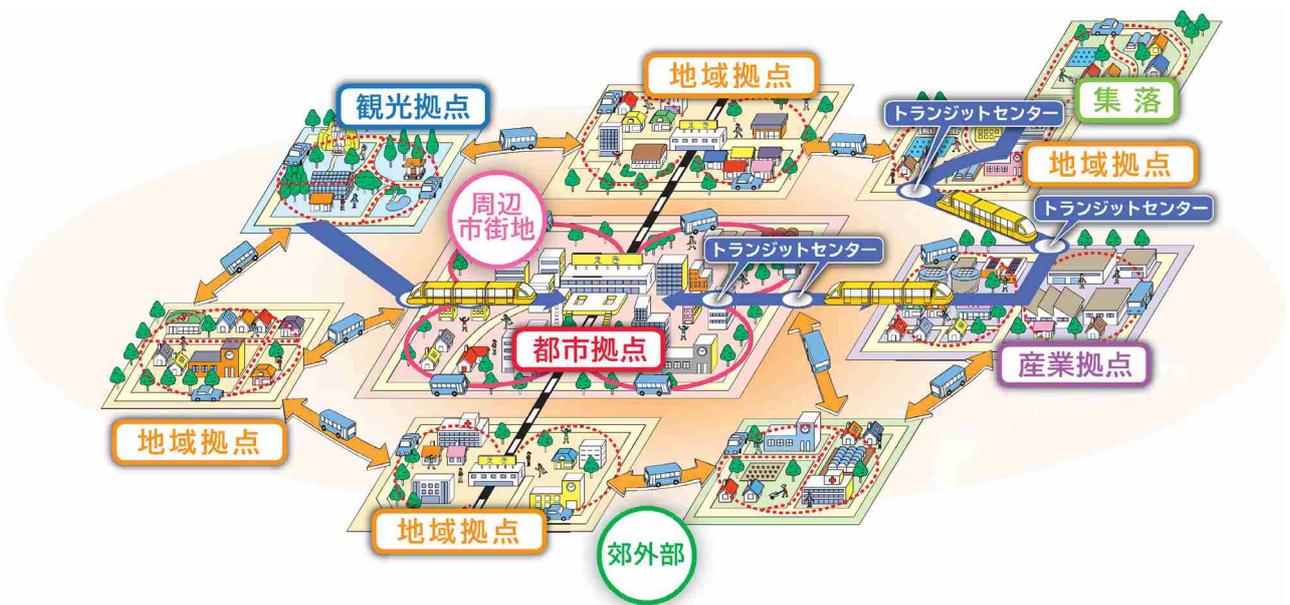
高齢期になっても日常的な社会生活を安全・安心・快適に送ることができるよう、本市が目指す都市空間の姿である「ネットワーク型コンパクトシティ（NCC）」の形成やユニバーサルデザインの推進など、生活基盤の計画的な整備に取り組みます。

### [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
40	ベンチのあるまちづくりの推進	高齢者や障がい者をはじめとするすべての市民が、歩いて気軽に外出し様々な社会活動に主体的に参加できるように、生活環境を整備するためのひとつとして、ベンチのあるまちづくりに取り組みます。
41	市有施設等のバリアフリーの推進	<p>《市有施設》</p> <p>高齢者や障がい者をはじめとするすべての市民が、市有施設を安全かつ円滑に利用できるように、エレベーターの設置などの施設整備に取り組みます。</p> <p>《道路・公園》</p> <p>高齢者や障がい者をはじめとするすべての市民が安全・安心に通行できる歩行空間創出のため、点字ブロックや歩道の整備及び修繕を行うほか、公園の出入口の段差解消や、車いすの方でも利用しやすい水飲み器を設置するなど、高齢者をはじめ市民の誰もが利用しやすい公園の整備に取り組みます。</p>
42	公共的施設等のバリアフリーの推進	<p>《公共的施設等》</p> <p>高齢者や障がい者をはじめとするすべての市民が利用する、民間の公共的施設のバリアフリー化を図るため、傾斜路や手すり、エレベーター、便所の改修費の一部を補助します。</p> <p>《バス車両等》</p> <p>高齢者や障がい者をはじめ、誰もが安心かつ快適に移動できる「人にやさしい交通環境」の形成を図るため、交通事業者によるノンステップバス及びユニバーサルデザインタクシーの導入に対する支援を行い、バス車両等のバリアフリーを推進します。</p>
43	広報手段や公共掲示物のバリアフリーの推進	高齢者や障がい者にわかりやすい行政情報を提供できるように、ユニバーサルデザイン文書マニュアルを活用し、市民にわかりやすい文書の作成に努めるほか、広報紙の点字・音声版の作成や、ホームページの音声読み上げに配慮した作成などに取り組みます。

No.	事業名	概要
44	拠点への生活利便施設等の充実と便利で快適に移動ができる、外出しやすい移動環境の形成	「ネットワーク型コンパクトシティ（NCC）」の形成に向け、「立地適正化計画」や「市街化調整区域の整備及び保全の方針」などと連携を図りながら、高齢者をはじめとする市民に身近な拠点等に、住まいや日常生活に必要な食料品・日用品を買う店舗、医療・介護施設などを誘導・集積することにより生活利便性を高めるとともに、拠点間を結ぶ公共交通（鉄道・LRT・路線バス）を基本に地域内の身近な移動を支える交通網を構築し、便利で快適に移動ができる、外出しやすい移動環境の形成に向けた取組を進めます。

「ネットワーク型コンパクトシティ（NCC）」のイメージ図



施策の方向性3 安全で安心な暮らしの支援

取組方針

高齢者が安全で安心な暮らしを続けられるよう、地域における相談・見守り体制の充実を図るとともに、感染症予防や防災・防犯などに関する意識の高揚を図ります。

(1) 地域での相談・見守り体制の充実

ひとり暮らし高齢者等が、住み慣れた地域で安心して暮らすためには、行政のみならず、地域住民が互いに助け合い、支えあうまちづくりを推進する必要があります。

このため、地域住民同士の支え合いを促進し、市や地域包括支援センター、民生委員・児童委員、自治会などとの連携のもと、ひとり暮らし高齢者をはじめとする支援が必要な高齢者に対する見守りや、災害時における高齢者や障がい者などの支援に向けた体制整備に取り組みます。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
45	ひとり暮らし高齢者等安心ネットワークシステムの推進	民生委員・児童委員、地域包括支援センターが見守りを必要とする高齢者等を把握した上で、見守り対象者に対する見守り方法等を「地域ケア会議」（70ページを参照）で検討し、地域住民等による見守りを実施します。
46	災害時要援護者支援事業	高齢者や障がい者など災害発生時に支援を必要とする要援護者に対し、日ごろからの声かけ・見守り活動を行うとともに、災害発生時に迅速かつ的確に避難誘導等を行えるよう、地域における支援体制の整備を推進します。
47	地域における自主防災組織の育成・強化	災害発生時に地域の自主的な活動が効果的に行えるよう、地域主体の防災訓練の開催や防災資機材の整備を支援します。
85 (再掲)	緊急通報システム事業	ひとり暮らし高齢者等に対し、緊急通報装置の設置を支援し、急病等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図ります。



## (2) 安全で安心な暮らしを支える情報提供

高齢者が安全で安心な暮らしを送ることができるよう、地域団体や福祉関係者などと連携しながら、交通事故や消費者被害の防止、感染症対策などに関する情報提供等に取り組めます。

## [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
48	防犯教育の推進	高齢者の犯罪被害未然防止のため、防犯活動指導員が、高齢者の特性に応じた防犯講習会を実施するほか、講習会に参加する機会の少ない方には、民生委員と連携して戸別訪問を行い、防犯に関する情報提供を実施します。
49	交通安全教育の推進	近年、高齢者の交通事故の割合が高くなっているため、高齢者を対象とした交通安全教室を開催するほか、教室に参加する機会の少ない方には、民生委員と連携して戸別訪問を行い、交通安全に関する情報提供を実施します。
50	消費者教育・啓発の推進	高齢者が被害者となる消費生活に関するトラブルを防止するため、消費生活出前講座開催や各種広告媒体を活用した消費生活情報の提供のほか、教室に参加する機会の少ない方には、民生委員と連携して戸別訪問を行い、消費生活に関する情報提供を実施します。
51	特殊詐欺対策の推進	高齢者の特殊詐欺被害の多くが電話によるものであることから、不審な電話を未然に防止する「特殊詐欺撃退機器」の普及、促進を図るため、「特殊詐欺撃退機器購入費補助事業」を実施します。
52	感染症への対策に関する意識啓発の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 感染症の流行時において、感染症の拡大を防止するため、重症化するリスクの高い高齢者を含むすべての市民に対し、広報紙やホームページなどにより、予防対策等に関する意識啓発を行います。</li> <li>・ コロナ禍においても地域団体が安心して活動を再開していただけるよう、「3密」の回避、「新しい生活様式」の徹底など留意すべき感染防止対策や、活動種別ごとの実施判断の目安などを具体的に示した「宇都宮市地域活動ガイドライン」の周知を行います。</li> </ul>

基本目標3 介護サービスが創る笑顔あふれる社会の実現

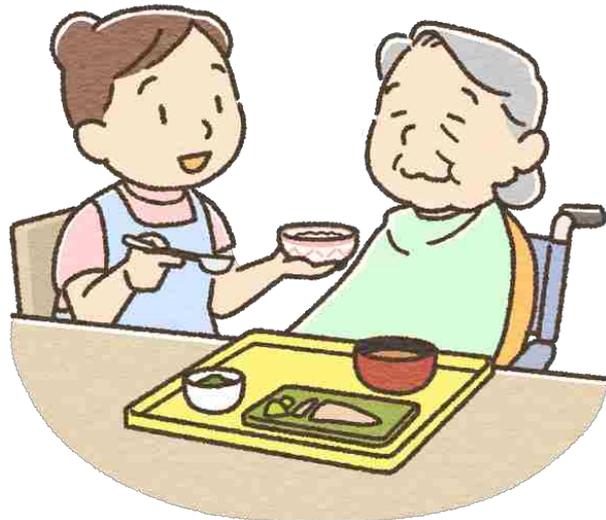
施策の方向性1 介護保険事業の充実

取組方針

介護保険事業の充実に向け、計画的に施設・居住系サービスや地域密着型サービスの整備を進め、介護サービス提供基盤を確保するとともに、多様な生活支援サービスの充実を図ります。

(1) 介護保険サービスの安定的な提供

本市における将来の需要増に確実に対応できるよう、介護サービス利用者等のニーズに応じた介護サービス基盤の整備に取り組み、介護サービスの安定的な提供を図ります。



ア 施設・居住系サービスの整備

施設・居住系サービスは、引き続き、特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）への入所を必要としている待機者数や栃木県保健医療計画で見込む医療療養病床から介護保険施設への移行などに伴う将来需要に対応できるよう、重度の介護ニーズに対応できるサービスである「特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）」や、慢性期の医療ニーズに対応できるサービスである「介護医療院」など、高齢者の心身等の状況に応じた幅広いサービスの整備を進めます。

施設・居住系サービスの整備目標（量）

サービスの種類	前計画期末の実績値	本計画期末の目標値	本計画期間の整備における特記事項
特別養護老人ホーム （介護老人福祉施設） [本計画期間の整備量]	(※)2,276床	2,516床 [240床]	広域型の新設・増床のみ
介護老人保健施設 [本計画期間の整備量]	1,038床	1,038床 [－]	
介護療養型医療施設 [本計画期間の整備量]	(※)152床	0床 [－]	
介護医療院 [本計画期間の整備量]	0床	194床 [194床]	・ 転換：142床 ・ 新設：52床
特定施設入居者生活介護 [本計画期間の整備量]	780床	870床 [90床]	有料老人ホーム（広域型）の新設のみ

※ 「特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）」は地域密着型を含む

※ 「介護療養型医療施設」は制度廃止に伴って令和5年度末までに「介護医療院」へ転換予定



## イ 地域密着型サービスの整備

地域密着型サービスは、高齢者が中重度の要介護状態になっても、できる限り住み慣れた地域で24時間安心して生活を継続できるよう、24時間365日、定額で何回でも利用でき、訪問・通所・宿泊のいずれを利用しても馴染みの職員による支援が受けられるサービスである「小規模多機能型居宅介護」・「看護小規模多機能型居宅介護」や、認知症の人が家庭的な環境と地域住民の交流のもとで共同生活を送ることができるサービスである「認知症高齢者グループホーム（認知症対応型共同生活介護）」の整備を進めます。

また、地域密着型サービスの整備にあたっては、市民が日常生活を営んでいる地域を単位とした整備を行うため、これまで同様、本市をおおむね中学校区で分割した25の区域を「日常生活圏域」（圏域図は84ページを参照）に設定し、市域バランスのとれた整備を進めます。なお、この日常生活圏域は、地域包括支援センターの担当地区（85ページを参照）でもあります。

地域密着型サービスの整備目標（量）

サービスの種類	前計画期末の実績値	本計画期末の目標値	本計画期間の整備における特記事項
定期巡回・随時対応型訪問介護看護 [本計画期間の整備量]	5事業所	5事業所 [-]	
小規模多機能型居宅介護・ 看護小規模多機能型居宅介護 [本計画期間の整備量]	19事業所 (19圏域)	21事業所 (21圏域) [2事業所]	未整備圏域のみ(※)
認知症高齢者グループホーム (認知症対応型共同生活介護) [本計画期間の整備量]	450床 (21圏域)	522床 (25圏域) [72床]	未整備圏域のみ

※ 「小規模多機能型居宅介護」・「看護小規模多機能型居宅介護」は、未整備圏域に隣接する整備済圏域の事業者が当該未整備圏域の利用者を対象とする場合、当該整備済圏域の整備でも可



日常生活圏域図



第1章

第2章

第3章

1  
2  
3  
4  
第4章

第5章

第6章

資料編

## 地域包括支援センターの担当地区

担当地区（地区連合自治会）		地域包括支援センターの名称
1	中央，築瀬，城東	地域包括支援センター 御本丸
2	陽南，宮の原，西原	地域包括支援センター ようなん
3	昭和，戸祭	地域包括支援センター きよすみ
4	今泉，錦，東	地域包括支援センター 今泉・陽北
5	西，桜	地域包括支援センター さくら西
6	御幸，御幸ヶ原，平石	鬼怒 地域包括支援センター
7	清原	地域包括支援センター 清原
8	瑞穂野	地域包括支援センター 瑞穂野
9	峰，泉が丘	地域包括支援センター 峰・泉が丘
10	石井，陽東	地域包括支援センター 石井・陽東
11	横川	よこかわ 地域包括支援センター
12	雀宮（東部）	地域包括支援センター 雀宮
13	雀宮（西部），五代若松原	地域包括支援センター 雀宮・五代若松原
14	緑が丘，陽光	緑が丘・陽光 地域包括支援センター
15	姿川（北部），富士見，明保	地域包括支援センター 砥上
16	姿川（南部）	姿川南部 地域包括支援センター
17	国本	くにもと 地域包括支援センター
18	細谷・上戸祭，宝木	地域包括支援センター 細谷・宝木
19	富屋，篠井	富屋・篠井 地域包括支援センター
20	城山	城山 地域包括支援センター
21	豊郷	地域包括支援センター 豊郷
22	河内（古里中学校区）	地域包括支援センター かわち
23	河内（田原中学校区）	田原 地域包括支援センター
24	河内（河内中学校区）	地域包括支援センター 奈坪
25	上河内	上河内 地域包括支援センター



地域密着型サービス等の日常生活圏域ごとの整備状況

(上段：事業所数 下段：利用定員)

地区（地区連合自治会）		定期巡回・ 随時対応型 訪問介護看護	小規模多機能型 居宅介護	看護 小規模多機能型 居宅介護	認知症高齢者 グループホーム
1	中央，築瀬，城東	1事業所	1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	0施設 (0床)
2	陽南，宮の原，西原		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
3	昭和，戸祭		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
4	今泉，錦，東		0事業所 (0人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
5	西，桜		0事業所 (0人)	0事業所 (0人)	1施設 (27床)
6	御幸，御幸ヶ原，平石	1事業所	1事業所 (24人)	0事業所 (0人)	2施設 (27床)
7	清原		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
8	瑞穂野		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	2施設 (36床)
9	峰，泉が丘		1事業所 (25人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
10	石井，陽東		0事業所 (0人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
11	横川	1事業所	1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	2施設 (36床)
12	雀宮（東部）		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
13	雀宮（西部），五代若松原		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (27床)
14	緑が丘，陽光		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
15	姿川（北部），富士見，明保		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	2施設 (18床)
16	姿川（南部）	1事業所 (25人)	0事業所 (0人)	0施設 (0床)	
17	国本	1事業所	1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
18	細谷・上戸祭，宝木		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
19	富屋，篠井		0事業所 (0人)	0事業所 (0人)	1施設 (27床)
20	城山		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	0施設 (0床)
21	豊郷	1事業所	1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
22	河内（古里中学校区）		0事業所 (0人)	1事業所 (29人)	1施設 (18床)
23	河内（田原中学校区）		0事業所 (0人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
24	河内（河内中学校区）		0事業所 (0人)	0事業所 (0人)	0施設 (0床)
25	上河内		1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1施設 (18床)
合計		5事業所	18事業所 (509人)	1事業所 (29人)	25施設 (450床)

※ 令和3年3月末現在

※ 小規模多機能型居宅介護・看護小規模多機能型居宅介護の利用定員は登録定員

(上段：事業所数 下段：利用定員)

地区（地区連合自治会）	地域密着型 特別養護 老人ホーム	認知症対応型 通所介護	【参考】 有料老人ホーム	【参考】 サービス付き 高齢者向け住宅	
1	中央，築瀬，城東	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	2棟 (121戸)
2	陽南，宮の原，西原	0施設 (0床)	1事業所 (24人)	3棟 (105戸)	3棟 (75戸)
3	昭和，戸祭	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	2棟 (81戸)	1棟 (10戸)
4	今泉，錦，東	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	2棟 (148戸)	2棟 (109戸)
5	西，桜	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	1棟 (51戸)	3棟 (74戸)
6	御幸，御幸ヶ原，平石	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	1棟 (23戸)
7	清原	1事業所 (29人)	1事業所 (12人)	1棟 (45戸)	4棟 (145戸)
8	瑞穂野	1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	1棟 (40戸)
9	峰，泉が丘	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	3棟 (87戸)
10	石井，陽東	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	2棟 (155戸)
11	横川	0施設 (0床)	1事業所 (12人)	0棟 (0戸)	3棟 (99戸)
12	雀宮（東部）	0施設 (0床)	1事業所 (10人)	0棟 (0戸)	1棟 (39戸)
13	雀宮（西部），五代若松原	0施設 (0床)	1事業所 (12人)	0棟 (0戸)	1棟 (35戸)
14	緑が丘，陽光	1事業所 (29人)	1事業所 (12人)	0棟 (0戸)	0棟 (0戸)
15	姿川（北部），富士見，明保	1事業所 (29人)	1事業所 (12人)	2棟 (57戸)	4棟 (157戸)
16	姿川（南部）	2事業所 (39人)	0事業所 (0人)	1棟 (27戸)	0棟 (0戸)
17	国本	1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	1棟 (45戸)	1棟 (36戸)
18	細谷・上戸祭，宝木	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	2棟 (88戸)	3棟 (116戸)
19	富屋，篠井	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	0棟 (0戸)
20	城山	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	0棟 (0戸)
21	豊郷	1事業所 (29人)	1事業所 (12人)	0棟 (0戸)	1棟 (40戸)
22	河内（古里中学校区）	0施設 (0床)	1事業所 (12人)	1棟 (9戸)	1棟 (21戸)
23	河内（田原中学校区）	1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	0棟 (0戸)
24	河内（河内中学校区）	1事業所 (29人)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	2棟 (52戸)
25	上河内	0施設 (0床)	0事業所 (0人)	0棟 (0戸)	0棟 (0戸)
合計	10施設 (271床)	9事業所 (118人)	16棟 (656戸)	39棟 (1434戸)	

※ 令和3年3月末現在

※ 認知症対応型通所介護の利用定員はサービス1回あたりの利用定員

## (2) 介護保険給付費等の見込みと介護保険料の設定

社会全体で高齢者の介護の問題を支える仕組みである介護保険制度は、国や県、市の負担金と40歳以上の市民が納める介護保険料を財源として運営されます。このため、保険者である市は、計画期間に要する費用を見込むとともに、第1号被保険者（65歳以上の被保険者）の所得等に応じた適正な保険料を設定・収納することになります。

### ア 介護保険給付費・地域支援事業費の見込み

#### ① 介護保険給付費

「介護保険給付」は、ホームヘルプサービスやデイサービスなどの介護サービスであり、要介護1～5の方に対する「介護給付」や要支援1・2の方に対する「予防給付」などからなる「標準給付」と、本市が独自に実施する要介護1～5の方の紙おむつ購入費の一部を助成する「市町村特別給付」によって構成されています。

これらの費用は、サービス利用状況の変化や施設・居住系サービス等の整備目標などを踏まえて算定します。

介護保険給付費の見込み

(単位 千円)

区 分	令和3年度	令和4年度	令和5年度	合 計
標準給付費	32,231,353	33,304,154	34,496,010	100,031,517
介護給付費	29,737,249	30,797,685	31,914,008	92,448,942
予防給付費	914,193	962,633	993,179	2,870,005
その他	1,579,911	1,543,836	1,588,823	4,712,570
市町村特別給付費	180,334	185,923	191,538	557,795
介護保険給付費	32,411,687	33,490,077	34,687,548	100,589,312

#### ② 地域支援事業費

「地域支援事業」は、高齢者が要介護状態となることを予防し、地域において自立した日常生活を営むことができるよう支援するための事業であり、「介護予防・日常生活支援総合事業」(92ページを参照)や、「地域包括支援センター」(69ページを参照)の運営など、本市の実情に応じて実施します。

地域支援事業費の見込み

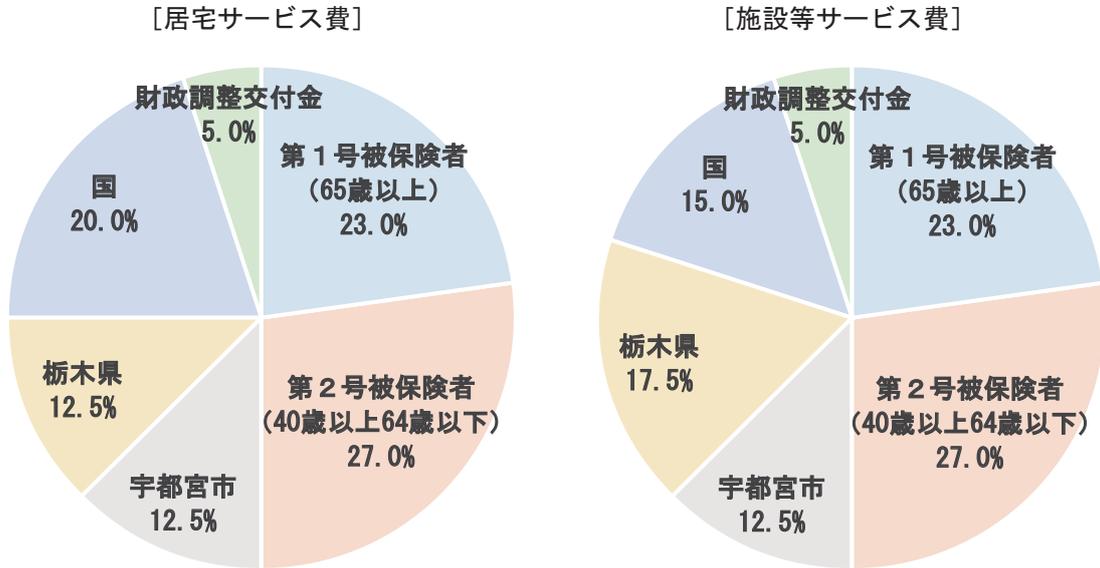
(単位 千円)

区 分	令和3年度	令和4年度	令和5年度	合 計
介護予防・日常生活支援総合事業費	1,574,187	1,647,925	1,725,795	4,947,907
包括的支援事業費	741,505	779,914	781,394	2,302,813
任意事業費	39,274	48,523	47,844	135,641
地域支援事業費	2,354,966	2,476,362	2,555,033	7,386,361

イ 介護保険給付費・地域支援事業費の費用負担

介護保険給付費等の費用負担者や負担割合は、次のとおり定められています。

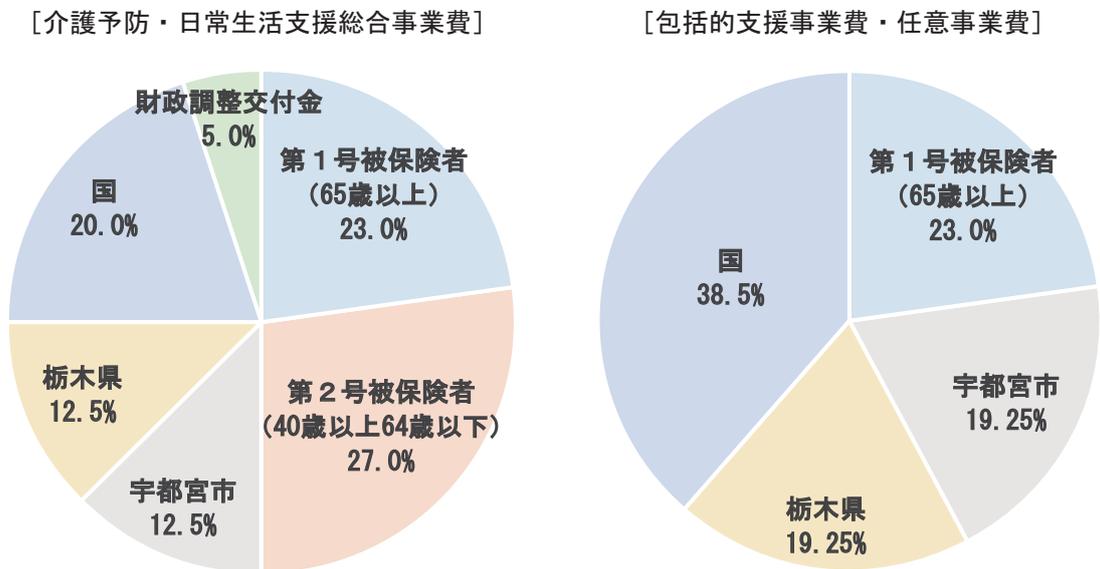
介護保険給付費の費用負担



[市町村特別給付費]

第1号被保険者 (65歳以上) のみ

地域支援事業費の費用負担



※ 「財政調整交付金」は、市町村の努力では対応できない第1号被保険者の介護保険料の格差是正を目的として分配される国の交付金であり、高齢者数に占める後期高齢者数の割合などに応じ、毎年、市町村ごとに算定（計画値：2.68～2.91%、5.0%に満たない部分は第1号被保険者の介護保険料必要額として計上）

第1章  
第2章  
第3章  
第4章  
第5章  
第6章  
資料編

## ウ 第1号被保険者の介護保険料の設定

### ① 保険料率

前計画からの介護保険料の負担増がすべての所得段階区分において公平なものとなるよう、本計画期間における所得段階区分や所得段階区分ごとの保険料率は前計画と同様とします。

### ② 介護保険料必要額

介護保険給付費・地域支援事業費の見込みや第1号被保険者の負担割合などに基づいて算出した、本計画期間に必要となる介護保険料の総額は次のとおりです。

介護保険料必要額

(介護保険給付費のうち) 標準給付費・地域支援事業費【ア】	107,417,878千円
第1号被保険者の負担割合【イ】	23.0%
(介護保険給付費のうち) 市町村特別給付費【ウ】	557,795千円
財政調整交付金相当額【エ】 ※ 交付率5.00%	5,248,971千円
財政調整交付金交付見込額【オ】 ※ 交付率2.68~2.91%	2,952,682千円
介護保険料必要額【ア×イ+ウ+(エ-オ)】	27,560,196千円

### ③ 介護保険料基準額（月額）

上記の介護保険料必要額から求めた、本計画期間における第1号被保険者（65歳以上）の介護保険料基準額（月額）は次のとおりです。

介護保険料基準額（月額）

介護保険料必要額【上記②】	27,560,196千円
第1号被保険者数（所得段階別加入割合補正後）【カ】（※）	412,120人
介護保険料基準額（月額）【②÷収納率÷カ÷12か月】	5,641円

※ 「第1号被保険者数」は、所得段階別の加入割合を補正するため、所得段階区分ごとの見込人数と保険料率を乗じた数を合計



## ④ 所得段階区分ごとの介護保険料

本計画期間における所得段階区分ごとの第1号被保険者（65歳以上の被保険者）の介護保険料を次のとおりとします。

本計画（第8期介護保険事業計画）における第1号被保険者の介護保険料

所得段階区分		保険料率	介護保険料年額
第1段階	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 生活保護を受けている方</li> <li>・ 世帯全員が市民税非課税で、老齢福祉年金を受給している方</li> <li>・ 世帯全員が市民税非課税で、本人の前年中の公的年金等収入額及び前年の合計所得金額の合計額が80万円以下の方</li> </ul>	0.30 (※)	20,200円
第2段階	世帯全員が市民税非課税で、本人の前年中の公的年金等収入額及び前年の合計所得金額の合計額が80万円を超え120万円以下の方	0.50 (※)	33,800円
第3段階	世帯全員が市民税非課税で、第1段階または第2段階以外の方	0.70 (※)	47,300円
第4段階	世帯に市民税課税者がいて、本人が市民税非課税であり、前年中の公的年金等収入額及び前年の合計所得金額の合計額が80万円以下の方	0.90	60,800円
第5段階	世帯に市民税課税者がいて、本人が市民税非課税であり、第4段階以外の方	1.00 (基準額)	67,600円 (月額5,641円)
第6段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の方	1.20	81,100円
第7段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	1.30	87,800円
第8段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	1.50	101,400円
第9段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上500万円未満の方	1.70	114,900円
第10段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が500万円以上1,000万円未満の方	1.80	121,600円
第11段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が1,000万円以上の方	1.90	128,400円

※ 算定した介護保険料基準額（月額）や所得段階区分ごとの保険料率に基づき、所得段階区分ごとの介護保険料（年額）を設定（百円未満の端数を切捨）

※ 第1段階から第3段階までの保険料率については、公費負担制度の活用により軽減

(3) 介護予防・日常生活支援総合事業の推進

高齢者が身近な地域で暮らし続けるためには、介護保険で提供される身体介護や、買い物・調理といった家事援助に加え、庭の手入れや大掃除、家屋の修理などの介護保険の対象とはならない多様な支援も必要です。高齢化が進展し、今後一層多様化することが予想されるこうしたニーズに対応するため、生活機能の低下がみられる高齢者を対象に、専門的なサービスや、より柔軟で提供範囲が広い生活支援サービスを提供します。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
35 (再掲)	介護予防・日常生活支援総合事業の推進（介護予防・生活支援サービス事業）	地域の実情に応じて住民等の多様な主体が参画し、多様なサービスが充実することで、要支援者等の方に対して、効果的かつ効率的な支援が提供できるよう、介護サービス事業者による専門的な訪問サービスや通所サービスに加え、NPO・自治会などの各種団体による幅広い生活支援ニーズに対応した柔軟なサービスを提供します。



施策の方向性2 介護人材の確保

取組方針

介護人材の確保に向け、介護事業所における新規就労者の育成・確保や、介護職の離職防止に資する職場環境の向上を図ります。

(1) 介護現場への参入促進

介護を必要とする高齢者の増加が見込まれる中、質の高い介護サービスを安定的に提供していくためには、介護を担う人材の確保が重要な課題であることから、県や介護関係団体と連携しながら、学生や中高年齢層、他業種など多様な人材層に対する介護職への理解促進や事業所等の人材確保に資する取組への支援など、介護現場への参入促進に取り組みます。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
53	新規就労者の確保	不足している介護人材を将来に渡って安定的に確保していくため、学生を対象に、介護の仕事の魅力ややりがいをPRする県の出前講座や介護体験事業を広く周知するなど、若年層に対する介護職への理解促進に取り組みます。
54	県が実施する参入促進や資質の向上に向けた取組の周知	行政や介護関係団体等が一体となり介護人材の確保に関する具体的な取組や推進方策を全県的に検討するための「栃木県介護人材確保対策連絡調整会議」と連携し、県が実施する職場体験事業や再就業支援事業などの取組を、介護職への転職・再就業を希望する市民に広く周知するほか、介護人材キャリアパス支援事業など、介護職の資質向上に向けた取組の市内の事業者への周知に取り組みます。
35 (再掲)	介護予防・日常生活支援総合事業の推進（担い手の育成・確保）	地域の住民が、ちょっとした支え合いや生活支援の担い手として社会参加することができるよう、介護予防・生活支援サービス事業における基準緩和型サービス（サービスA）に携わる人材を育成する研修を開催するとともに、住民主体型サービス（サービスB）の実施に係る助成を行います。

第1章

第2章

第3章

1  
2  
3  
4  
第4章

第5章

第6章

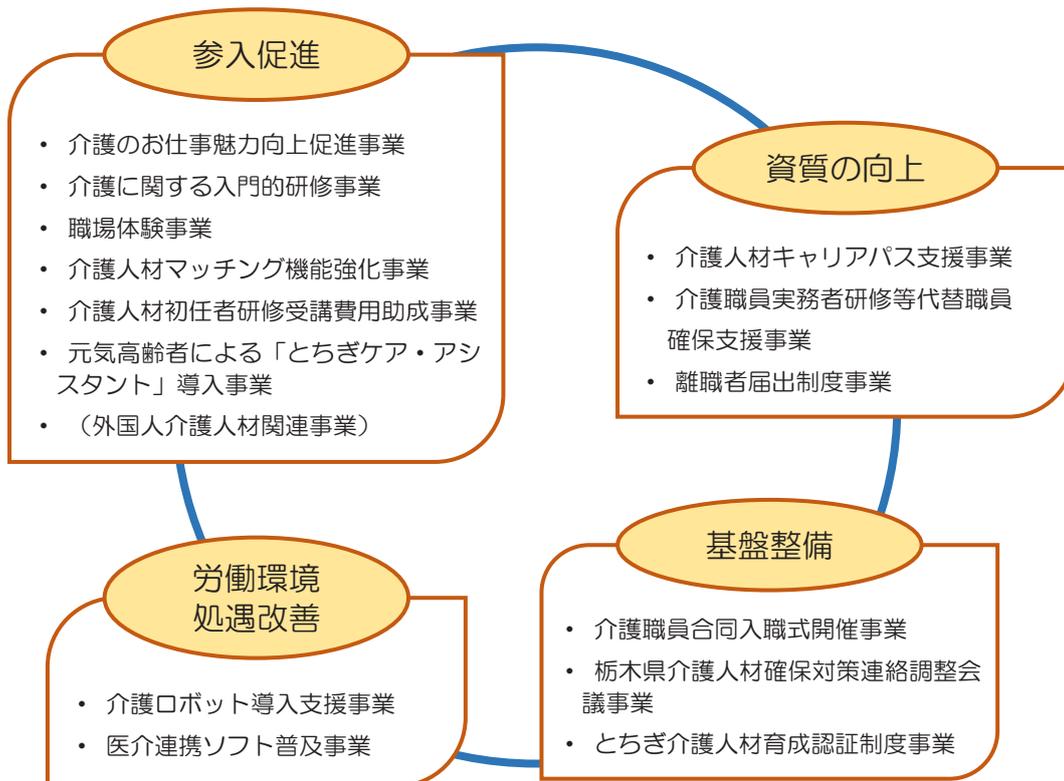
資料編



## 介護サービスの担い手を確保するために

団塊の世代が後期高齢者となる令和7（2025）年には、介護サービスの需要増に伴う介護人材の不足が懸念されており、国や県では、介護人材を確保していくために、様々な取組を行っています。

栃木県が実施する介護人材確保対策事業（令和2年度）



このほか、若年層の介護人材を安定的に確保していくために、『介護福祉士等養成事業』として、「介護福祉士等養成施設運営費補助金」や「介護福祉士等修学資金貸付事業」などを実施しています。

本市では、こうした県の取組を市内の事業者や市民に広く周知し、有効に活用して介護人材の確保に取り組みます。

## (2) 介護職の離職防止に向けた職場環境の向上

介護従事者が職場に定着し、安心して働き続けるようにするためには、働きやすい環境の整備など、離職防止のための取組が必要となります。このため、ICT等の活用による効果的・効率的なサービス提供の促進や勤務条件など労働環境の改善支援、専門職に見合った処遇改善の促進などに取り組みます。

### [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
55	介護ロボットやICTの活用促進	介護従事者の働きやすい職場環境を整備するため、従事者の負担軽減に寄与する介護ロボットの導入促進を図るほか、ICTを活用したペーパーレス化や業務プロセスの見直しによる業務効率化の促進に取り組みます。
31 (再掲)	雇用や就労に関する各種支援制度の周知	介護者を含む様々な働き手の雇用促進と労働環境の向上を図るため、雇用・労働に関する法律や制度などを掲載した勤労者向け、事業者向けの啓発冊子をそれぞれ作成し、勤労者、市内事業者、関係機関へ配付するほか、ホームページにも掲載します。
56	介護現場における処遇改善等の促進	介護従事者のモチベーションを維持し、質の高い介護サービスの安定的な提供を図るため、事業者に対し、経験・技能のある人材を重点的に支援する処遇改善加算の積極的な取得を働きかけ、介護現場における処遇改善の促進に取り組みます。



施策の方向性3 介護サービスの質の確保・向上

取組方針

介護サービスの質の確保・向上に向け、介護給付の適正化を図るとともに、介護人材の育成支援などに取り組みます。

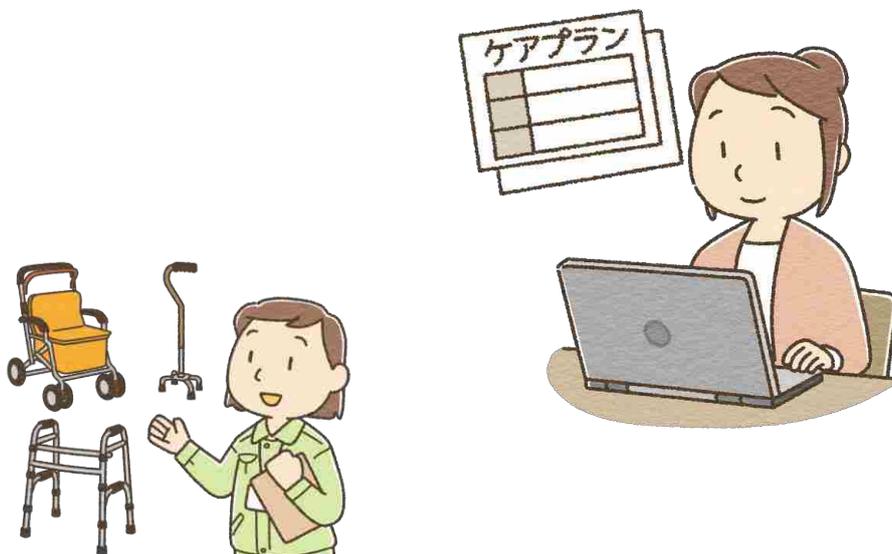
(1) 介護給付の適正化や介護人材の育成支援

高齢化の進展に伴い、介護給付等に要する費用が増大することが見込まれる中、介護給付等に要する費用の適正化を図るとともに、利用者の自立支援・重度化防止に向けた質の高い介護サービスが提供されるよう取り組む必要があります。このため、国が定める『介護給付適正化計画』に関する指針に基づき、「第5期宇都宮市介護給付適正化計画」（令和3～5年度）を策定し、提供サービスの整合性確認等の各種点検、介護支援専門員（ケアマネジャー）への研修及びAIを活用した支援等の介護給付適正化事業に取り組むほか、医療・介護従事者が連携した研修会や総合事業従事者の人材育成研修等に取り組みます。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
57	認定調査内容の点検等の実施	適正な認定調査を確保するため、認定調査員同士の相互チェックによる全調査案件の内容点検に取り組みます。
58	認定審査会委員・認定調査員を対象とした研修の実施	適切かつ公平な要介護認定を確保するため、審査会委員研修会及び調査員研修会の定期的な開催により、認定調査員等の資質向上や要介護認定の平準化に取り組みます。
59	ケアプランに対する助言・指導の実施	利用者が自立支援・重度化防止に向けた適切な介護サービスを過不足なく利用できるよう、ケアプランが適切に作成されているか点検を実施します。
60	介護給付費通知の送付	利用者や事業者に対して適切なサービスの利用と提供を普及啓発するため、介護保険サービスを利用する受給者やその家族に対して、サービスの利用状況や費用額を記載した「介護給付費通知」を送付します。
61	住宅改修・福祉用具の点検	不適切または不要な住宅改修や福祉用具の利用を防ぐため、サービスを利用しようとする要介護者等宅の実態や改修後の施工状況、福祉用具の利用状況等を確認します。

No.	事業名	概要
62	縦覧点検・医療情報との突合	事業者からの介護給付費請求内容の誤り等を是正するため、提供されたサービスの整合性や医療と介護の重複請求等の点検を実施します。
63	介護従事者等の資質の向上	介護従事者等のスキルアップを図るため、介護支援専門員を対象とした研修や、AIを活用したケアプラン作成支援等に取り組みます。
16 (再掲)	地域リハビリテーション活動支援事業	リハビリテーションに関する専門職と連携し、地域包括支援センターや介護支援専門員が作成するケアプラン等に対し、自立支援や重度化防止の視点や工夫点・改善点について助言・指導を行います。
35 (再掲)	介護予防・日常生活支援総合事業の推進（担い手の育成・確保）	多様なサービスの充実により、要支援者等の方に対して、効果的かつ効率的な支援が提供できるよう、介護予防・生活支援サービス事業における基準緩和型サービス（サービスA）に携わる人材を育成する研修を開催するとともに、住民主体型サービス（サービスB）の実施に係る助成を行います。
73 (再掲)	医療・介護関係者の研修	<p>医療・介護従事者の連携により、より質の高い在宅医療・介護サービスを提供することができるよう、「医療・介護連携支援ステーション」と連携しながら、多職種の見える関係づくりに向けたグループワーク等による研修や、認知症・看取りなどの最近の動向を踏まえた専門的・実践的な知識を習得するための研修を実施します。</p> <p>なお、研修の実施にあたっては、Web等を活用したりリモート形式の開催方法を検討するなど、感染症拡大の防止に配慮します。</p>





## 高齢者の自立を支援する介護保険制度

### ○ 介護保険の目的

介護保険制度は、その方の能力に応じ、自立した日常生活を営む事ができるよう支援する制度です。

加齢等による病気などが原因で、入浴・排せつ・食事等の介護や機能訓練、看護・療養上の管理等の医療が必要になった人が、介護保険サービスを利用します。

### ○ 介護保険の加入者とその役割

介護保険は、市が主体となって運営しており、40歳以上の皆さんには加入者（被保険者）となって保険料を納めていただきます。そして、介護が必要になったときには、介護サービス費用の一部が介護保険から給付されます。

また、加入者の皆さんは、次のことに取り組みましょう。

- ① 要介護状態になることの予防のため、加齢に伴って生ずる心身の変化を自覚して常に健康の保持に努める。
- ② 要介護状態になった場合でも、進んでリハビリテーション等の適切な保健医療サービスや福祉サービスを利用して、その有する能力の維持向上に努める。

**介護保険制度は、介護が必要となった高齢者が、**

- ・ **地域で安心して暮らし続けることを目指します。**
- ・ **自立した生活を送れるよう支援（自立支援）します。**

### ○ 「自立した生活」とは？

自立した生活とは、自分が有する身体機能を活かしながら、自分らしい生活を送ることです。

「できることは自分でする。」

「できないことは介護サービスなどを利用する。」

と捉えましょう。

※ 自立した生活を目指して介護保険を利用する際の重要なポイントをまとめた「宇都宮市自立支援パンフレット」を作成していますので、是非ご活用ください。



## (2) 介護サービス事業所における災害や感染症への備え

介護サービスを利用する高齢者が、自然災害や感染症などの発生時においても、心身の安全が確保され、必要なサービスを受け続けられるよう、介護サービス事業者に対し、有事の対応方法や必要物資の備蓄状況を事前に把握・共有するための助言や指導、情報提供などを行います。

## [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
64	浸水想定区域や土砂災害警戒区域内の要配慮者利用施設における避難確保に関する助言・指導	災害の発生時において、利用者を安全かつ円滑に避難誘導することができるよう、介護サービス事業所が行う避難訓練の実施状況を毎年度確認します。また、実地指導や集団指導などの機会を活用し、避難確保計画の確認等を促します。
65	感染症発生時の適切な対応に関する助言・指導	感染症の発生時において、介護サービス事業所が感染者や入居者などに対して適切な対応や措置を行うことできるよう、国からの通知等を事業所に周知するとともに、実地指導や集団指導などの機会を活用し、県が作成する「新型コロナウイルス感染者発生施設に対する対応（標準例）」の普及を図るなど、日ごろからの備えを促します。
66	新型コロナウイルス感染症のクラスター発生時における助言・指導	介護保険施設等において新型コロナウイルス感染症のクラスターが発生した場合、当該介護施設等に対し、県が設置する「発生施設支援チーム」と連携しながら、感染対策等への助言や指導を行います。
67	罹災や感染症拡大予防のための施設改修等への支援	介護サービス事業所が、罹災からの復旧や感染症拡大予防を目的として施設改修等を行う場合における補助制度等について、適宜、情報提供を行います。



施策の方向性4 在宅医療・介護連携の推進

取組方針

医療機関や介護サービス事業者などの関係者間の連携を推進するため、円滑な連携に向けた体制の強化や専門職の育成・確保に取り組むとともに、在宅での療養について、市民の理解促進を図ります。

(1) 円滑な医療・介護連携に向けた体制の強化

市民が身近な場所で安心して在宅療養生活（※）を送ることができるよう、地域における医療・介護の関係機関の連携を進めるとともに、在宅医療や認知症対策などに医療従事者のより一層の参画を促しながら、在宅医療と介護を一体的に提供する体制を整備・推進していきます。

※ ここでいう「在宅」とは、居宅、特別養護老人ホーム、養護老人ホーム、軽費老人ホーム、有料老人ホーム、介護老人保健施設、その他市民が療養生活を営むことができる場所であって、病院・診療所以外の場所を指します。

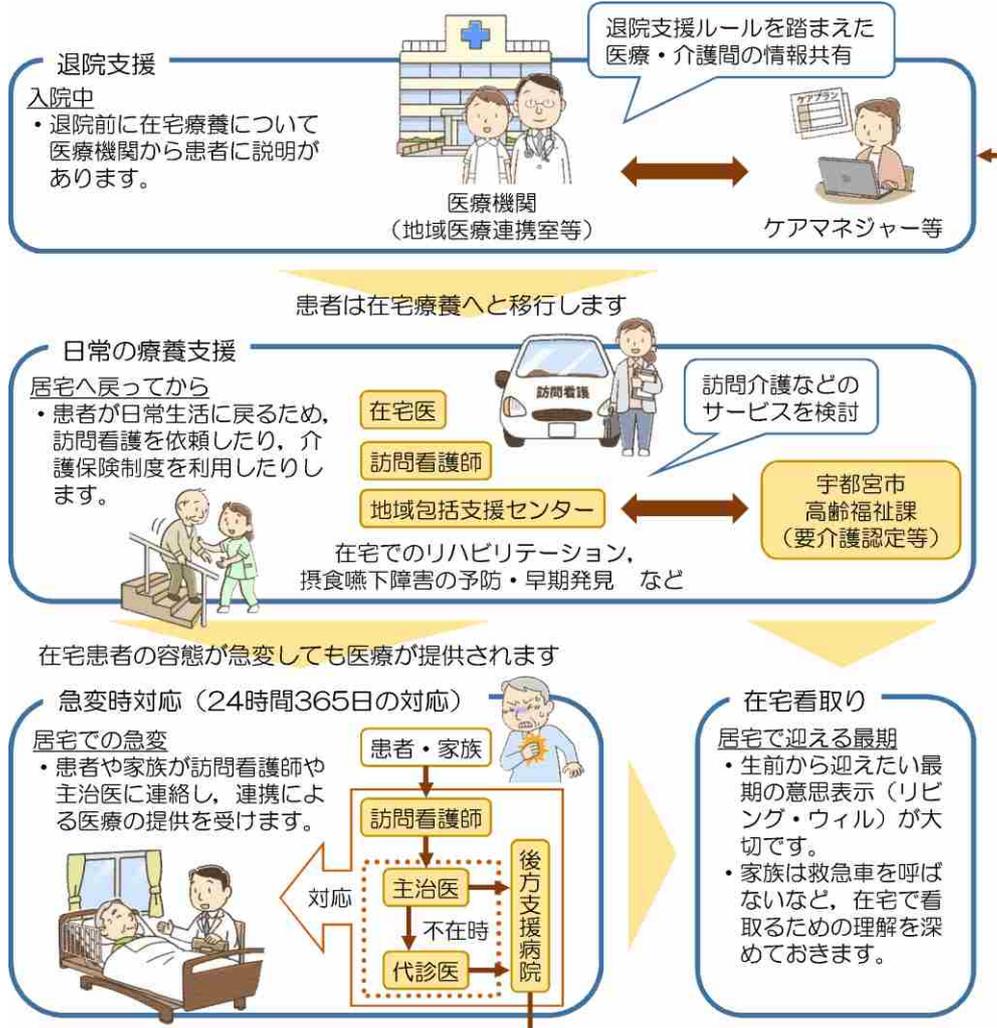
[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
68	地域における医療・介護の資源の把握	<p>医療・介護連携を支援する施策の立案や評価を行うため、地域包括ケア「見える化」システムや医療機能情報提供制度などを活用して、地域における医療機関・介護事業所の機能や、在宅医療・介護サービスの利用状況等の情報を把握します。</p> <p>把握した情報については、医療・介護従事者の連携に際して、照会先や協力依頼先を適切に選択・連絡できるよう、また、地域住民の医療・介護へのアクセスの向上を支援できるよう、市内の医療機関や介護事業所などの情報をリスト化・マップ化した「宇都宮市地域包括資源検索サイト」等において情報提供します。</p>
69	在宅医療・介護連携の課題の抽出	<p>在宅医療・介護の連携強化を図るため、地域の医療・介護関係者等が参画する宇都宮市地域包括ケア推進会議「地域療養支援部会」において、地域包括ケア「見える化」システムや医療機能情報提供制度などのデータなどを活用しながら、医療・介護連携に関する地域課題の抽出を行うとともに、地域で目指す理想像（目標）を共有しながら、対応策を検討します。</p>

No.	事業名	概要
70	切れ目のない在宅医療と在宅介護の提供体制（地域療養支援体制）の構築推進	在宅において、患者・利用者個々の身体状況に合わせた医療・介護サービスを適切に提供することができるよう、入退院時に医療・介護従事者間において共有すべき情報や情報提供時期等をルール化した「入退院支援手順書」などを活用しながら、入院医療機関からの円滑な在宅療養移行を促進するとともに、主治医・代診医・後方支援病院等の連携による24時間の医療体制を推進し、緊急時や看取りに対応します。
71	医療・介護関係者の情報共有の支援	在宅療養中の患者・利用者の状態の変化等について、医療・介護従事者間で速やかに情報共有を行うことができるよう、「入退院共通連携シート」や、ICTツール「どこでも連絡帳」などの利用促進を図ります。

地域療養支援体制

～退院してから在宅の生活に戻っても安心して暮らせるしくみ～



第1章

第2章

第3章

1  
2  
3  
4  
第4章

第5章

第6章

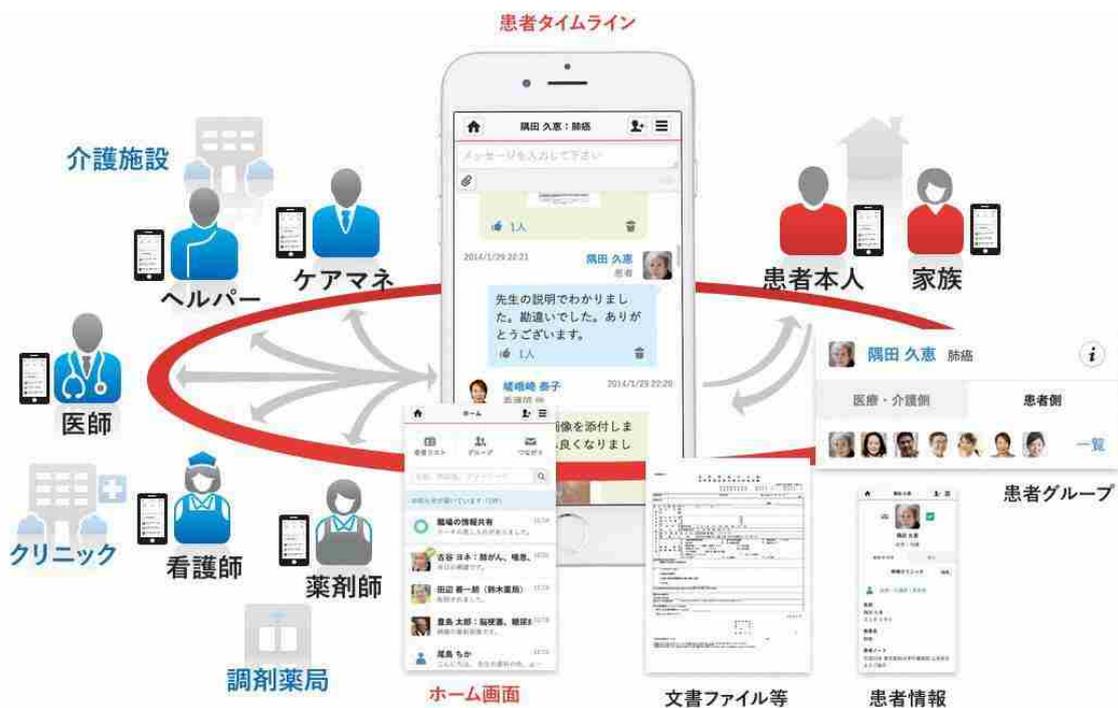
資料編

「宇都宮市地域包括資源検索サイト」



※ 市内の医療機関や介護事業所の施設情報、介護予防のための地域の自主グループなどを検索できるほか、医療や介護に関する市民公開講座の開催案内なども掲載しています。

「どこでも連絡帳」



※ パソコンやタブレット端末、スマートフォンを使用して、医療や介護などの関係者が、簡単かつ安全に情報を共有できる「医療・介護連携専用のネットワークツール」であり、栃木県医師会が運用しています。

## (2) 在宅療養を支える専門職の育成・確保

在宅療養の推進には、医療と介護の連携を強化し、切れ目のないサービスを提供することが必要です。そのため、地域において在宅医療・介護に関わる医師や訪問看護師の確保に努めるとともに、介護支援専門員（ケアマネジャー）やホームヘルパーなど、多職種の人材の育成に取り組んでいきます。

### [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
72	在宅医療・介護関係者に関する相談支援	在宅医療・介護従事者の円滑な連携を推進するため、「医療・介護連携支援センター」や、市内5ブロックに設置した「医療・介護連携支援ステーション」において、地域の診療所や地域包括支援センターなどの専門職向けに、患者・利用者または家族の要望や状況に応じた医療機関・介護事業所を相互に紹介するなど、在宅医療・介護の連携に関する相談支援を行います。
73	医療・介護関係者の研修	医療・介護従事者の連携により、より質の高い在宅医療・介護サービスを提供できるよう、「医療・介護連携支援ステーション」と連携しながら、多職種の顔の見える関係づくりに向けたグループワーク等による研修や、認知症・看取りなどの最近の動向を踏まえた専門的・実践的な知識を習得するための研修を実施します。  なお、研修の実施にあたっては、Web等を活用したりリモート形式の開催方法を検討するなど、感染症拡大の防止に配慮します。
74	訪問看護ステーションの設置促進	在宅患者の療養生活と在宅医のサポートを担う訪問看護師の確保に向け、新規に開設した訪問看護ステーションの運営費の一部を助成します。



(3) 在宅での療養や看取りに関する市民理解の促進

在宅療養を推進していくためには、市民にも日ごろから在宅療養に関する知識や理解を深めてもらうことが必要です。そのため、在宅医療・介護に関する講演会の開催や、パンフレットの配布などによる普及啓発を継続して行っていきます。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
75	地域住民への普及啓発	市民が、在宅での療養を必要とした時に医療・介護サービスを適切に選択することができるよう、また、人生の最終段階におけるケアのあり方や在宅での看取りについて理解が深まるよう、ホームページや広報紙への掲載、公開講座や出前講座の開催、パンフレットの配布など、あらゆる機会を活用しながら、在宅医療や介護等について、理解促進を図ります。





## 最期まで自分らしく生きるために（在宅での看取り）

### ○ 住み慣れた場所で療養生活を送る

昭和30年代までは、自宅で最期を迎えることは一般的でしたが、現在は、7割以上の方が病院で最期を迎えており、病院で亡くなるのが当たり前と思われるような時代となりました。しかし、市の調査（20ページを参照）では、約半数の方が人生の最期の時間は自宅で過ごしたいと考えていることがわかります。

「在宅療養」とは、住み慣れた自宅やグループホームなどで、在宅医や訪問看護師、ホームヘルパーなどに訪問してもらい、医療や介護サービスを受けながら療養生活を送ることです。

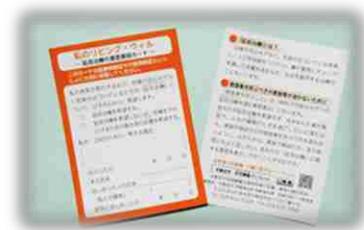
「病気やけが、高齢のために歩けなくなってしまい、医療機関に通院できなくなった」、「がんなどの重い病気で治らないことがわかったので、痛みを和けてもらいながら家で過ごしたい」などの状況になった時は、かかりつけ医等に相談し、在宅療養を検討してみてもはいかがでしょうか。

### ○ 重要なのは、自分の意思を伝えること

～ 元気なうちから、家族や周囲の人と話し合っておきましょう ～

がんの末期など、現在の医療では死が避けられない状況になったときなどに、自分はどういう医療を受けたいのか、あるいは受けたくないのかを、あらかじめ意思表示することを「リビング・ウィル（生前の意思表示）」といいます。また、どのような医療やケアを希望するのかについて、前もって考え、信頼する人たちと話し合っておくことが大切であり、このような取組を「人生会議」（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）といいます。

本市では、「宇都宮市在宅療養パンフレット」にリビング・ウィルの文例を掲載しているほか、カード型（右図を参照）の配付も行っています。パンフレットやリビング・ウィルカードを参考に、「人生会議」のきっかけとしてみませんか。



### ○ 在宅での看取り

人生の最期の時間を自宅や施設などの病院以外の場所で迎えることが在宅看取りです。在宅看取りには事前に準備しておかなければいけないことがたくさんあります。在宅医や訪問看護師などと十分相談しながら、人生の過ごし方を決めていきましょう。





## 在宅での療養生活において いつまでも自分らしく過ごすための3つのポイント

### POINT① 口の中をきれいにしましょう

口は、「食べること」や「コミュニケーション」といった働きのほか、しっかり噛むことで全身の健康につなげるなど、日常生活に欠かすことのできない重要な役割を担っています。

### POINT② 日ごろから運動しましょう

加齢により、身体のトラブルが増加すると、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）に陥りやすくなります。ロコモティブシンドロームとは、筋肉、骨、関節などの運動器の働きが衰え、「立つ」、「歩く」といった移動機能が低下した状態です。この症状が進むと、日常生活で介護が必要になるリスクが高くなります。買い物や散歩など積極的に体を動かすことが大切です。

### POINT③ 低栄養を予防しましょう

「食べる」ことは私たちが生きて活動していく上で、基本となることです。しかし、高齢になると気付かないうちに食べる量が減ったり、食事の内容が偏ったりするため、栄養が不足した状態である「低栄養」になりやすくなります。このような状態が続くと、筋肉が減り、体力や免疫力も低下して、身体はどんどん弱ってしまいます。食事の内容をきちんと把握し、低栄養となることを予防することが大切です。

※ 3つのポイントをそれぞれまとめた「在宅療養パンフレット」（摂食嚥下編，リハビリテーション編，栄養改善編）のほか，介護保険制度の趣旨や適切なサービス利用をテーマとした自立支援パンフレットも作成していますので，是非ご活用ください。



摂食嚥下編



リハビリテーション編



栄養改善編



自立支援編

施策の方向性5 介護者等への支援

取組方針

介護サービスの利用者が自ら必要なサービスを安心して選択できるよう、介護保険制度に関する情報提供を行うとともに、介護者の負担が軽減されるよう、介護者を対象とした相談支援などを行います。

(1) 介護サービスを必要とする高齢者や家族等に対する情報提供

介護サービスを必要とする高齢者が、介護保険制度を正しく理解した上で適切なサービスを利用できるよう、高齢者やその家族、介護者に対し、介護保険制度に関する周知啓発や、介護サービスに関する不満・不安の解消に向けた相談支援などに取り組みます。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
76	「介護保険相談窓口」の充実	介護保険に関する多様な相談に対応できるよう、介護保険窓口専任職員の配置や、地域の身近な相談先であり、各種手続きの支援も可能な機関である「地域包括支援センター」や、基幹相談支援センターを通して、利用者やその家族が抱えている不安等の解消に取り組みます。
77	介護保険制度に関する周知啓発	介護サービスを必要とする高齢者やその家族等が、申請手続きや利用できるサービス、サービス提供事業者等への理解を深め、円滑にサービスを利用できるよう、「介護保険の手引き」や「介護サービス事業者・団体名簿」を作成し、窓口等で配布するほか、これらを活用して出前講座を実施するなど、介護保険制度の周知啓発に取り組みます。
78	介護保険サービス利用者の権利擁護	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 栃木県国民健康保険団体連合会などと連携しながら、要介護認定や介護保険サービス利用に関する相談・苦情に応じます。</li> <li>・ 「介護サービス相談員」が特別養護老人ホームや認知症高齢者グループホームなどの介護保険施設等を訪問し、利用者の疑問や不満、不安の解消を図ります。</li> </ul>

第1章

第2章

第3章

1  
2  
3  
4  
第4章

第5章

第6章

資料編

## (2) 介護者に対する支援

介護を行う家族の多くは、何らかの心身的な負担を感じており、地域において高齢者の在宅生活を支えるにあたっては、高齢者本人への支援のみならず、介護を行う家族等への支援が重要です。このため、介護に関する相談・支援や知識・技術の情報提供、介護者同士の交流の場の確保などに取り組みます。



## [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
79	家族介護教室等の開催	介護を行う家族等が安心して介護を続けられるよう、介護知識・技術の習得や、介護・福祉サービスの情報提供などを行う教室を開催します。
80	介護者交流会の開催	介護を行う家族等の身体的・精神的負担の軽減が図られるよう、介護経験者を交えて介護に関する情報交換等を行う介護者同士の交流会を開催します。
81	在宅高齢者家族介護慰労金の支給	介護を必要とする在宅の高齢者を、一定の期間、介護サービス（福祉用具貸与及び特定福祉用具販売を除く）を受けずに介護している方を対象に、家族介護慰労金を支給します。
82	はいかい高齢者等家族支援事業の充実	はいかい行動のある方の早期発見及び安全確保を支援し、介護者の精神的負担を軽減するため、位置情報を検索するサービスの利用料等の一部を助成します。 また、地域住民等による見守りやはいかい者の早期発見を支援するための仕組みをつくります。
99 (再掲)	認知症サロン（オレンジサロン）の推進	認知症の人を介護する家族等の精神的な負担を軽減するため、認知症の人やその家族をはじめとする誰もが気軽に集まれ、交流できる場である市内3か所の「認知症サロン（オレンジサロン）」において、専門的な相談に対応します。
31 (再掲)	雇用や就労に関する各種支援制度の周知	介護者を含む様々な働き手の雇用促進と労働環境の向上を図るため、雇用・労働に関する法律や制度などを掲載した勤労者向け、事業者向けの啓発冊子をそれぞれ作成し、勤労者、市内事業者、関係機関へ配付するほか、ホームページにも掲載します。

**基本目標4 いつまでも自分らしさを持ち、自立した生活の実現**

**施策の方向性1 高齢者の状況に応じた在宅福祉サービスの提供**

**取組方針**

支援やサービスを必要とする高齢者が、心身等の状況に応じた適切なサービスを利用できるように、引き続き、在宅福祉サービスの周知を図りながら、適切な支援を行います。

**(1) 在宅福祉サービスの提供**

支援やサービスを必要とする高齢者が、住み慣れた自宅で生活し続けられるよう、心身等の状況に応じた適切な在宅福祉サービスを提供します。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
83	高齢者等ホームサポート事業	ひとり暮らし高齢者等に対し、軽易な日常生活上の援助（寝具類等大物の洗濯・日干しや家周りの手入れなど）を行います。
84	在宅高齢者等日常生活用具給付事業	一定の基準を満たすおおむね65歳以上の方に対し、シルバーカー等の日常生活用具を給付、または貸与します。
85	緊急通報システム事業	ひとり暮らし高齢者等に対し、緊急通報装置の設置を支援し、急病等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図ります。
86	食の自立支援事業（配食サービス）	要介護状態、障がい、疾病等により調理が困難であるなど、食に関する支援を必要とするおおむね65歳以上の方に対し、配食サービスを提供します。
87	はり・きゅう・マッサージ施術料助成事業	原則70歳以上の方や、身体障がい者1～2級の方に対し、市の指定する施術所において、保険の適用外で、はり、きゅう、マッサージの施術を受けるときの料金の一部を助成します。
88	高齢者短期宿泊事業	生活習慣の改善や体調の調整などが必要な高齢者に対し、養護老人ホーム等への一時的な宿泊の提供や適切な指導等を行います。

第1章

第2章

第3章

第4章  
1  
2  
3  
4

第5章

第6章

資料編

施策の方向性2 高齢者の自立した生活を支える住環境の整備

取組方針

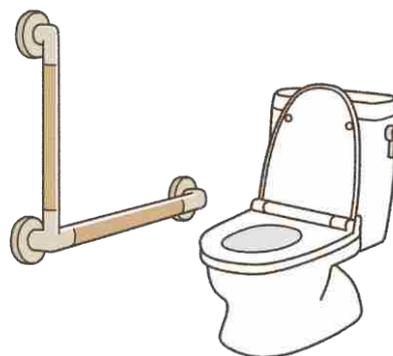
高齢者の自立した生活を支えるための住環境を整備できるよう、既存住宅の改修支援や多様な住宅の確保を図ります。

(1) 高齢者の住環境の向上に向けた支援

高齢者が、介護が必要になっても住み慣れた自宅で生活し続けられるよう、既存住宅の改修等に向けた支援に取り組みます。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
89	高齢者にやさしい住環境整備補助事業	住宅改修を必要とする要介護者等が、住み慣れた自宅での日常生活を容易に過ごすことができるよう、介護サービスで提供される住宅改修とは別に、既存住宅の改修に要する経費の一部を補助します。
90	住宅改修に関する情報提供	住宅改修を必要とする要介護者等が、心身の状況や住環境に応じて、高齢者にやさしい住環境整備補助事業や介護サービスで提供される住宅改修などの支援・サービスを適切に選択しながら利用できるよう、これらの支援・サービスの相違点や組み合わせ方などについてわかりやすく周知します。
91	住宅改修支援事業	介護サービスを利用していない要介護者等が、円滑に介護サービスで提供される住宅改修を利用できるよう、介護支援専門員等による申請書類の作成への支援を行います。
92	生活援助員派遣事業	高齢者が地域の中で自立して安全な在宅生活を送れるよう、「高齢者用住宅（シルバーハウジング）」に居住するひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯に対し、生活援助員（ライフサポートアドバイザー）を派遣し、安否確認や生活指導・相談などを行います。



(2) 高齢者の希望や状況に応じた住宅の確保

高齢者が、心身の状況や生活状況に応じて選択できるよう、サービス付き高齢者向け住宅や軽費老人ホームなどの多様な「住まい」を確保します。



[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
93	高齢者向け住宅の普及促進	<p>高齢者の心身の状況や生活状況に応じて選択できる多様な高齢者向け住宅の提供や、適正管理に向けた指導等を行います。</p> <p>① サービス付き高齢者向け住宅</p> <p>主に安否確認や生活相談などのサービスが必要な高齢者が、本人の希望や心身の状況に応じて最適なサービスを選択しながら、安心して生活できるよう、サービス付き高齢者向け住宅の整備の促進や適正管理に向けた指導・監査を行います。</p> <p>また、サービス付き高齢者向け住宅の整備にあたっては、本市の「ネットワーク型コンパクトシティ（NCC）」に即したまちづくりとの整合を図るため、支援制度の創設や整備基準の規制緩和等により、居住誘導区域等への誘導に取り組みます。</p> <p>② 有料老人ホーム</p> <p>主に介護を必要とする高齢者が、心身の状況に応じて必要な介護サービスを組み合わせながら、安心して生活できるよう、有料老人ホームの登録や適正管理に向けた指導・監査を行います。</p> <p>③ セーフティネット住宅</p> <p>賃貸住宅の入居に際して保証人がいないひとり暮らし高齢者などが、安心して入居できるよう、空き家となっている民間賃貸住宅を活用したセーフティネット住宅の登録や家主への支援を行います。</p> <p>④ 軽費老人ホーム（ケアハウス）</p> <p>主に低所得の高齢者が、安心して生活できるよう、社会福祉法人が提供する軽費老人ホーム（ケアハウス）に対し、入居者の入居費用を補助します。</p>

No.	事業名	概要
94	公営住宅の確保	低所得者を対象として市が提供する「市営住宅」や、市営住宅においてひとり暮らし高齢者等に対して生活援助員（ライフサポートアドバイザー）による生活指導・相談や声掛け、緊急時の対応を行う「高齢者用住宅（シルバーハウジング）」を提供します。
95	老人措置事業	身体的・経済的な理由などにより、自宅での日常生活が困難な方に対し、養護老人ホーム等への入所などの措置を行います。





施策の方向性3 認知症高齢者等対策の充実

取組方針

認知症になっても希望を持ち、安心して日常生活を過ごせるよう、認知症に関する市民の理解促進や相談支援、医療・介護等の切れ目ないケア体制の充実など、認知症高齢者等対策の充実を図ります。

(1) 認知症の正しい理解に向けた周知啓発や認知症の人にやさしい地域づくりの推進

認知症があってもなくても同じ地域でともに暮らし続ける「共生」の社会を目指し、認知症に関する正しい知識の普及啓発や、認知症の人やその家族を手助けできる人材の育成などの地域づくりに取り組みます。



[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
96	認知症に関する市民への普及啓発	関係機関・団体等を通じ、認知症に関する正しい知識や認知症の早期発見に役立つチェックリストなどを掲載したリーフレットを配布します。 また、毎年9月の「宇都宮市みんなで考える認知症月間」において、市民が認知症への理解を深めるための「世界アルツハイマーデー記念講演会」や「パネル展」などを実施します。
97	認知症サポーター等の養成・支援	学校や職場、地域団体などに、本市が養成するキャラバン・メイト（認知症サポーター養成講座の講師）を派遣し、市民が認知症サポーター（認知症を正しく理解して認知症の人を温かく見守る応援者）になるための講座を開催します。
98	認知症パートナーの養成・支援	認知症サポーターが認知症の人をより身近でサポートできるよう、認知症パートナー（具体的な支援活動を行う人）になるためのステップアップ講座を開催するとともに、認知症パートナーを介護保険施設や地域の通いの場へつなぐための支援（マッチング）を実施します。
99	認知症サロン（オレンジサロン）の推進	認知症の人やその家族をはじめとする誰もが気軽に集まれ、交流できる場である「認知症サロン（オレンジサロン）」を市内3か所に設置し、専門的な相談にも対応します。



## 「認知症カフェ」に行ってみよう！

### ○ 認知症カフェとは

認知症の人やその家族が、地域住民や専門家などと相互に情報を共有し、お互いを理解し合うことを目的とした交流の場です。平成9年にオランダのアルツハイマー協会が始めたアルツハイマーカフェが発祥と言われており、日本でも増えてきています。

### ○ 本市での認知症カフェの広がり

本市が市内3か所に設置する「認知症サロン（オレンジサロン）」に加え、社会福祉法人や医療法人なども認知症カフェを開設しており、認知症の人やその家族を中心とした交流の場が広がっています。

#### 例えば「オレンジサロン石蔵」では・・・

市が設置・運営する「認知症サロン（オレンジサロン）」の1つである「オレンジサロン石蔵」では、認知症の人やその家族だけでなく、地域のボランティアが協力し合って、カフェを運営したり、音楽会を開催したりしています。

カフェのスタッフとして参加している、ある若年性認知症の方は、認知症と診断されたときはショックを受けていた様子でしたが、オレンジサロンに通い、仲間ができてからは、進んで盛り付けや配膳をお手伝いして下さるようになり、今ではみんなで和気あいあいと過ごしています。

認知症に関する相談にも応じていますので、お気軽にお越しください。



〔運営責任者〕  
公益社団法人認知症の人と家族の会  
栃木県支部 世話人代表 金澤 林子さん

#### 本市が設置・運営する「認知症サロン（オレンジサロン）」

名称	オレンジサロン石蔵	オレンジサロンあん	オレンジサロンえん
住所	道場宿町 1131 番地	田下町 846 番地 2	宝木町 1 丁目 2580 番地
開設時間	第2木曜日 午前11時～午後3時 毎月第3日曜日 午後1時～午後4時 祝日・年末年始を除く	毎月第1・3・4金曜日 午前10時～午後2時 祝日・年末年始を除く	月～金曜日 午前10時～正午 祝日・年末年始を除く

第1章

第2章

第3章

第4章

第5章

第6章

資料編

## (2) 認知症の早期発見や相談支援の推進

認知症の人が尊厳と希望を持ち、地域で安心して暮らし続けることができるよう、認知症を早期段階で発見して適切な対応につなげるための周知啓発を行うとともに、認知症の人やその家族の不安を軽減するための相談支援に取り組みます。

## [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
100	認知症早期発見チェックリスト等の配布	関係機関・団体等を通じ、認知症の早期発見に役立つチェックリストや認知症に関する正しい知識などを掲載したリーフレットを配布します。
101	もの忘れ相談会の開催	最近もの忘れが増えてきたと感じている方や、家族や知り合いが認知症かもしれないと感じている方などを対象として、市立図書館や、地域別データ分析でもの忘れリスクの高い傾向にあった地域の公共施設などにおいて、定期的にももの忘れ相談会を開催します。
102	認知症ガイドブック（ケアパス）の作成・配布	窓口や地域包括支援センター、医療機関などにおいて、認知症の進行状況に応じて利用できる医療・介護サービス等をまとめた「認知症ガイドブック（ケアパス）」を配布します。
99 (再掲)	認知症サロン（オレンジサロン）の推進	認知症の人やその家族をはじめとする誰もが気軽に集まれ、交流できる場である「認知症サロン（オレンジサロン）」を市内3か所に設置し、専門的な相談にも対応します。
79 (再掲)	家族介護教室等の開催	介護を行う家族等が安心して介護を続けられるよう、介護知識・技術の習得や、介護・福祉サービスの情報提供などを行う教室を開催します。
80 (再掲)	介護者交流会の開催	介護を行う家族等の身体的・精神的負担の軽減が図られるよう、介護経験者を交えて介護に関する情報交換等を行う介護者同士の交流会を開催します。
82 (再掲)	はいかい高齢者等家族支援事業の充実	はいかい行動のある方の早期発見及び安全確保を支援し、介護者の精神的負担を軽減するため、位置情報を検索するサービスの利用料等の一部を助成します。 また、地域住民等による見守りやはいかい者の早期発見を支援するための仕組みをつくります。
105 (再掲)	成年後見制度の周知・利用促進	成年後見制度の周知を図るため、出前講座の開催や、地域包括支援センター等と連携したパンフレットの配布を行います。 また、成年後見制度の円滑な利用を図るため、親族等の申立者がいない場合に、市長による成年後見等開始の申立を行うほか、低所得の高齢者が申立を行う場合に、申立に要する経費や成年後見人等の報酬への助成を行います。



## 認知症早期発見の目安（チェックリスト）

このチェックリストは、「公益社団法人認知症の人と家族の会」が会員の経験からまとめた認知症早期発見の目安です。日常の暮らしの中でいくつか思いあたることがありましたら、かかりつけ医やお住まいの地区を担当する「地域包括支援センター」（担当地区は85ページを参照）などにご相談ください。

### 認知症のチェックリスト

✓	<b>もの忘れがひどい</b>
	電話を今切ったばかりなのに、相手の名前を忘れる
	同じことを何度も言う・問う・する
	しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探しものをしている
	財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う
✓	<b>判断・理解力が衰える</b>
	料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
	新しいことが覚えられない
	話のつじつまが合わない
	テレビ番組の内容を理解できなくなった
✓	<b>時間・場所がわからない</b>
	約束した日時や場所を間違えるようになった
	慣れた道でも迷うことがある
✓	<b>人柄が変わる</b>
	些細なことで怒りっぽくなった
	周りへの気遣いがなくなり頑固になった
	自分の失敗を人のせいにする
	「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
✓	<b>不安感が強い</b>
	ひとりになると怖がったり寂しがったりする
	外出時、持ちものを何度も確かめる
	「頭が変になった」と本人が訴える
✓	<b>意欲がなくなる</b>
	下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
	趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
	ふさぎ込んで何をするのもおっくうがり、いやがる

## (3) 介護予防の推進

運動不足の解消や生活習慣病の予防，社会参加の維持は，認知症予防に資する可能性があると言われてしています。このため，認知症になるのを遅らせたり，認知症になっても進行を穏やかにしたりすることにつながる観点からも，高齢者の介護予防を推進します。

## [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
12 (再掲)	介護予防参加促進事業	庁内関係部署や医療機関，民生委員・児童委員などと連携しながら，介護予防の取組を必要とする高齢者を把握し，必要な支援につなげます。 また，特定の年代に対する介護予防活動への参加を促すための啓発事業を実施します。
13 (再掲)	介護予防普及啓発事業	介護予防の基本的な知識や技術の普及を図るため，介護予防の基本的な知識を掲載したパンフレット等を配布するとともに，地域ごとに実施する「介護予防教室（はつらつ教室）」や，プロスポーツチームと連携した「いきいき健康教室」などの運動，栄養，口腔，認知症予防等に関する教室・講演会を開催します。 なお，教室の開催に際しては，地域別データ分析の結果を活用し，地域ごとの特性や課題に応じた内容を盛り込むなど，きめ細かな事業を展開します。
14 (再掲)	地域介護予防活動支援事業	地域で自主的に介護予防のための活動を行うグループ（自主グループ）を育成・支援するため，地域包括支援センターによるグループの活動支援や，栄養士・歯科衛生士によるフレイル予防のための講話や実技を実施します。
16 (再掲)	地域リハビリテーション活動支援事業	住民主体の通いの場をより一層創出し，活性化させるために，地域包括支援センターと連携してリハビリテーションに関する専門職を地域の自主グループ等の活動の場へ派遣し，高齢者の年齢や身体機能に応じた安全な身体の動かし方や，効果的な運動等に対する助言を行います。 また，リハビリテーションに関する専門職と連携し，地域包括支援センターや介護支援専門員が作成するケアプラン等に対し，自立支援や重度化防止の視点や工夫点・改善点について助言・指導を行います。
22 (再掲)	ふれあい・いきいきサロン事業	高齢者や障がい者，子どもなどが身近な場所に気軽に集える機会を提供するため，ふれあいを通して仲間づくりや生きがいつくりの輪を広げ，また，参加者の悩みや不安の解消を図ります。

#### (4) 認知症ケア体制の構築

認知症の状態に応じた適切なケアが提供されるよう、医療・介護関係者の資質向上を図りながら、地域包括支援センターを中心として、より一層、医療や介護などが緊密に連携した切れ目のないケア体制の充実を図ります。

##### [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
103	認知症初期集中支援チームの運営	医療や介護などの公的サービスを受けていない認知症の人やその疑いのある人に対し、チーム（医師や看護師，社会福祉士などの専門職により構成）を編成し，医療機関への受診や介護サービスの利用などにつなげるための相談や支援を行います。
71 (再掲)	医療・介護関係者の情報共有の支援	在宅療養中の患者・利用者の状態の変化等について，医療・介護従事者間で速やかに情報共有を行うことができるよう，「入退院共通連携シート」や，ICTツール「どこでも連絡帳」などの利用促進を図ります。
73 (再掲)	医療・介護関係者の研修	医療・介護従事者の連携により，より質の高い在宅医療・介護サービスを提供することができるよう，「医療・介護連携支援ステーション」と連携しながら，多職種の顔の見える関係づくりに向けたグループワーク等による研修や，認知症・看取りなどの最近の動向を踏まえた専門的・実践的な知識を習得するための研修を実施します。  なお，研修の実施にあたっては，Web等を活用したりモット形式の開催方法を検討するなど，感染症拡大の防止に配慮します。
102 (再掲)	認知症ガイドブック（ケアパス）の作成・配布	窓口や地域包括支援センター，医療機関などにおいて，認知症の進行状況に応じて利用できる医療・介護サービス等をまとめた「認知症ガイドブック（ケアパス）」を配布します。



施策の方向性4 高齢者の権利を守る制度の利用支援

取組方針

高齢者の権利が守られるよう、引き続き、高齢者虐待を防ぐための意識啓発に取り組むとともに、成年後見制度等の周知や利用支援などを行います。

(1) 高齢者虐待を防ぐための周知啓発や関係機関との情報共有

ネグレクトや暴力など、介護者等による身体的・心理的な高齢者への虐待を未然に防ぐため、市民の理解促進や相談窓口の周知啓発を行うとともに、早期発見・早期対応に向け、地域包括支援センターやケアマネジャー、介護サービス事業所などの関係機関との情報共有に取り組みます。また、必要に応じて一時保護等の措置を行います。

[主な取組・事業]

No.	事業名	概要
104	高齢者虐待防止事業	高齢者虐待の防止・解消を図るため、リーフレットの配布や研修の開催、マニュアルの普及による周知啓発に取り組むほか、「宇都宮市虐待・DV対策連携会議」や「地域ケア会議」（70ページを参照）などを通じた関係機関相互の連携・協力による情報共有に取り組めます。
95 (再掲)	老人措置事業	高齢者の心身の安全や生活の安定を確保するため、届出や通報などによって高齢者虐待を把握した場合は、必要に応じて養護老人ホーム等への入所などの措置を行います。
88 (再掲)	高齢者短期宿泊事業	高齢者の心身の安全や生活の安定を確保するため、届出や通報などによって高齢者虐待を把握した場合は、必要に応じて養護老人ホーム等への一時的な保護を行います。

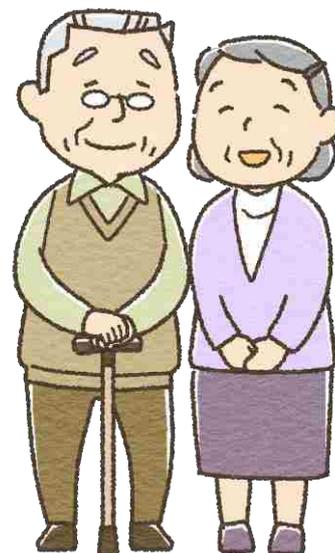


## (2) 成年後見制度などの周知・利用促進

認知症により判断能力が低下した方など、成年後見制度の利用を必要とする高齢者等が円滑に当該制度を利用できるよう、普及啓発や利用支援を行い、認知症高齢者等の権利擁護に取り組みます。

## [主な取組・事業]

No.	事業名	概要
105	成年後見制度の周知・利用促進	<p>成年後見制度の周知を図るため、出前講座の開催や、地域包括支援センター等と連携したパンフレットの配布を行います。</p> <p>また、成年後見制度の円滑な利用を図るため、親族等の申立者がいない場合に、市長による成年後見等開始の申立を行うほか、低所得の高齢者が申立を行う場合に、申立に要する経費や成年後見人等の報酬への助成を行います。</p>
106	日常生活自立支援事業の利用促進	<p>認知症や知的障がいなどの理由により、判断能力が不十分な方を対象に、住み慣れた地域で安心して自立した生活ができるよう、本人との契約に基づき、福祉サービスの利用に関する相談・助言や利用手続き、日常的な金銭支払いなど、日常生活の支援を行います。</p>
107	関係機関・団体等が連携した支援体制の充実	<p>成年後見制度等を必要とする高齢者等がより円滑に当該制度を利用することができるよう、「地域ケア会議」（70ページを参照）において、関係機関・団体等が連携して本人への支援を行うほか、これらの地域連携ネットワークにおける中核機関の設置について検討を進めます。</p>



第1章

第2章

第3章

1  
2  
3  
4

第4章

第5章

第6章

資料編