

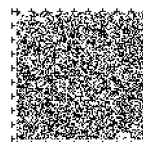
# 調布市高齢者総合計画

第8期（令和3（2021）年度～令和5（2023）年度）



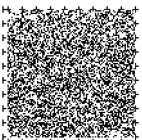
令和3年3月

調布市



この計画書の各ページには、「音声コード」(Uni-Voice)」を付しています。  
「音声コード」とは、1.8センチメートル角のコードを専用の読取機やスマートフォン用アプリが音声に変換し、文章内容を読み上げるものです。

表紙絵は、調布市民生児童委員協議会 濱野氏 作



## はじめに



調布市では、これまで、団塊の世代が全て後期高齢者となる2025年、そして、団塊ジュニア世代が高齢期を迎える2040年を見据えた地域共生社会の実現に向けて、地域包括ケアシステムの構築に取り組んで参りました。

令和2年に入って以降、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、市民生活や地域経済は非常に大きな影響を受けました。しかしながら、コロナ禍においても、人とのふれあいが基本となる福祉の分野では、途切れないつながりの構築や地域での支え合いが求められています。

このような状況を踏まえ、令和3年4月からは、複雑かつ多様化する問題に対し、複数の分野にまたがった横断的な対応ができるよう、地域福祉計画・障害者総合計画・高齢者総合計画の福祉3計画において、専門職等の担当エリアを整理・再編した新たな圏域での活動がスタートします。

「第8期調布市高齢者総合計画」では、市民に「地域包括ケア」とは何かをわかりやすく伝えるため、調布市版「地域包括ケアシステム」のイメージ図をお示ししました。年齢を重ねても、生きがいをもって自分らしく元気にいきいきと暮らせるよう、介護・予防・医療・生活支援・住まいの各分野を結び付けることにより、どのような状況においても切れ目のないサービス提供を行える体制を整えていくとともに、「支えられる人」と「支える人」に分けることなく、互いに「支え合う」仕組みづくりに取り組んで参ります。

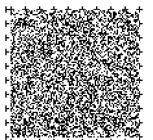
調布市が地域包括ケアの目標として掲げる「一人ひとりに必要な支援が届くこと」、そして、「誰もが誰かとつながること」の実現に向け、地域の皆様をはじめ、関係団体や専門機関とともに各施策を進めて参りたいと考えておりますので、御理解と御協力をお願いいたします。

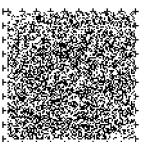
結びに、本計画の策定に当たりまして、御尽力いただきました調布市高齢者福祉推進協議会の皆様、また、アンケート調査やパブリック・コメント等で多くの貴重な御意見を賜りました市民の皆様その他すべての関係者の方々に、心より感謝申し上げます。

令和3年3月

調布市長

長友貴樹





## 目 次

### トピックス

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 第7期計画（平成30年度～令和2年度）で取り組んだこと ..... | 1 |
| 1 介護予防の取組 .....                   | 1 |
| 2 医療と介護の連携強化.....                 | 2 |
| 3 認知症高齢者等への支援の充実 .....            | 3 |
| 4 ケアラー（介護者）支援.....                | 4 |
| 5 住環境の整備 .....                    | 5 |
| 6 介護給付の適正化と質の向上に向けた取組.....        | 5 |
| 7 新型コロナウイルス感染症拡大防止対策.....         | 6 |

### I 総論

|                 |    |
|-----------------|----|
| 第1章 計画の概要 ..... | 10 |
|-----------------|----|

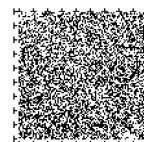
|                        |    |
|------------------------|----|
| 1 計画策定の目的 .....        | 10 |
| 2 計画の法的位置づけと計画期間 ..... | 12 |
| 3 他計画との関係 .....        | 13 |
| 4 計画の策定体制 .....        | 14 |

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 第2章 高齢者を取りまく現状と将来推計 ..... | 18 |
|---------------------------|----|

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 1 高齢者人口の推移と推計 .....           | 18 |
| 2 要支援・要介護認定者数の推移と推計.....      | 19 |
| 3 ひとり暮らし高齢者数及び高齢者世帯数の推移 ..... | 20 |
| 4 認知症高齢者自立度の状況 .....          | 21 |

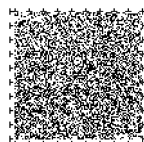
|                      |    |
|----------------------|----|
| 第3章 計画の基本的な考え方 ..... | 22 |
|----------------------|----|

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| 1 調布市の福祉の共通事項.....                  | 22 |
| （1）将来像 .....                        | 22 |
| （2）基本理念 .....                       | 22 |
| 2 第8期計画の考え方.....                    | 23 |
| （1）基本理念 .....                       | 23 |
| （2）基本的な考え方（推進方針） .....              | 23 |
| （3）関連する制度改正.....                    | 24 |
| （4）第8期介護保険事業計画に係る基本的な指針（基本指針） ..... | 25 |
| （5）計画の体系 .....                      | 26 |
| （6）計画の展開方針.....                     | 27 |
| （7）重点施策 .....                       | 28 |
| 3 福祉圏域（日常生活圏域） .....                | 30 |
| （1）福祉計画共通の福祉圏域 .....                | 30 |
| （2）福祉圏域の状況 .....                    | 31 |



## Ⅱ 各論

|                                         |            |
|-----------------------------------------|------------|
| <b>第1章 地域包括ケアシステムの深化・推進 .....</b>       | <b>41</b>  |
| 1 地域包括支援センターの機能強化 .....                 | 41         |
| 2 地域の見守り体制の充実 .....                     | 46         |
| 3 医療と介護の連携強化 .....                      | 50         |
| <b>第2章 介護予防の取組と生活支援の展開 .....</b>        | <b>53</b>  |
| 1 介護予防の取組 .....                         | 53         |
| 2 生活支援の展開 .....                         | 58         |
| <b>第3章 安心して暮らすための環境づくり .....</b>        | <b>65</b>  |
| 1 認知症支援の充実 .....                        | 65         |
| 2 認知症への理解促進 .....                       | 70         |
| 3 情報提供と相談体制の充実 .....                    | 73         |
| 4 在宅生活を支えるサービスの充実 .....                 | 76         |
| 5 虐待防止・権利擁護の推進 .....                    | 80         |
| 6 ケアラー（介護者）支援 .....                     | 84         |
| 7 住環境の整備 .....                          | 90         |
| <b>第4章 感染症等が流行しても途切れないつながりの構築 .....</b> | <b>94</b>  |
| 1 感染症等が流行しても途切れないつながりの構築 .....          | 94         |
| <b>第5章 介護保険事業の円滑な運営 .....</b>           | <b>100</b> |
| 1 保険給付費等の見込み .....                      | 100        |
| 2 サービスの基盤整備 .....                       | 110        |
| 3 持続可能な介護保険制度の運営 .....                  | 112        |
| 4 介護保険料 .....                           | 126        |
| <b>第6章 計画の実現に向けて .....</b>              | <b>131</b> |
| 1 計画の推進体制 .....                         | 131        |
| 2 地域づくりの推進体制の充実 .....                   | 133        |
| 3 他計画との整合性 .....                        | 134        |

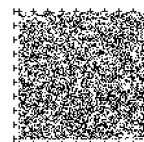


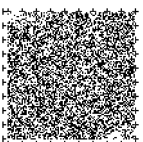
## 資料編 ..... 136

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 1 関連法令 .....                      | 136 |
| 2 調布市高齢者福祉推進協議会条例 .....           | 139 |
| 3 第8期調布市高齢者総合計画策定体制.....          | 142 |
| 4 高齢者福祉推進協議会開催経過及びパブリック・コメント..... | 143 |
| 5 高齢者施策と介護保険サービス .....            | 144 |
| 6 SDGs（エスディーゼーズ）の達成に向けた取組の推進..... | 153 |
| 7 用語集.....                        | 155 |

## コラム

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| ○ 介護予防・フレイル予防の体操「10の筋力トレーニング」とは .....                                          | 57 |
| ○ セカンドライフ応援キャンペーンと企業の社会的責任<br>（CSR：Corporate Social Responsibility）との親和性 ..... | 64 |
| ○ 認知症ケア・コミュニケーション技法について .....                                                  | 69 |
| ○ 認知症サポーターの活躍の場リスト .....                                                       | 72 |
| ○ こんな人がケアラー（介護する人）です .....                                                     | 89 |
| ○ いざという時に備えて 調布市避難行動要支援者避難支援プラン（総合計画） .....                                    | 93 |
| ○ 新型コロナウイルスの感染症拡大で注目される『オンライン』について.....                                        | 99 |







# トピックス

## 第7期計画（平成30年度～令和2年度）で取り組んだこと

調布市では、第7期高齢者総合計画で挙げた重点施策等について、次の通り取り組みました。

### 1 介護予防の取組

高齢者の社会参加を促進するため、「10の筋力トレーニング」を中心に住民主体の取組を推進しています。また、「地域包括支援センター」や「地域支え合い推進員（生活支援コーディネーター）」と連携し、地域でこれから活動をはじめようとする個人・団体を支援して「通いの場」づくりに取り組んでいます。市内の自主グループ数は、令和3年3月時点で38グループになりました。

ア 総合事業の実施

イ 介護予防事業の実施（7頁に資料あり）

ウ 生活支援体制整備事業の実施

エ セカンドライフ応援キャンペーンの取組

#### 10の筋力トレーニング

筋力アップトレーニング（トレーニング）を毎日続けることで、筋力アップ効果が期待できます。

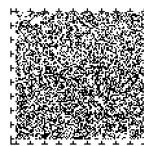
① 準備運動：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
② トレーニング①：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
③ トレーニング②：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
④ トレーニング③：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑤ トレーニング④：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑥ トレーニング⑤：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑦ トレーニング⑥：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑧ トレーニング⑦：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑨ トレーニング⑧：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑩ トレーニング⑨：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。

① トレーニング①：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
② トレーニング②：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
③ トレーニング③：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
④ トレーニング④：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑤ トレーニング⑤：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑥ トレーニング⑥：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑦ トレーニング⑦：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑧ トレーニング⑧：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑨ トレーニング⑨：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑩ トレーニング⑩：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。

#### トレーニング①

① トレーニング①：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
② トレーニング②：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
③ トレーニング③：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
④ トレーニング④：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑤ トレーニング⑤：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑥ トレーニング⑥：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑦ トレーニング⑦：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑧ トレーニング⑧：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑨ トレーニング⑨：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑩ トレーニング⑩：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。

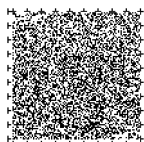
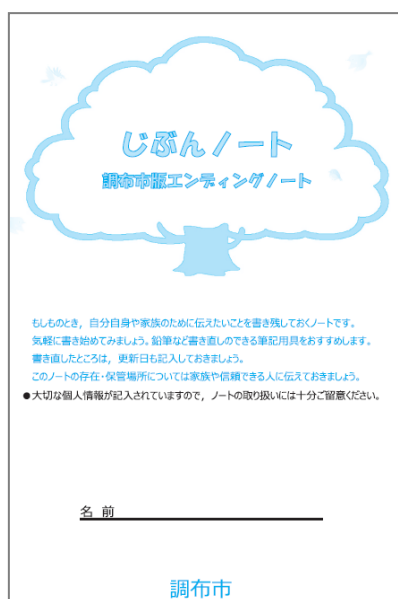
① トレーニング①：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
② トレーニング②：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
③ トレーニング③：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
④ トレーニング④：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑤ トレーニング⑤：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑥ トレーニング⑥：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑦ トレーニング⑦：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑧ トレーニング⑧：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑨ トレーニング⑨：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。  
⑩ トレーニング⑩：足、腰、肩、腕のストレッチを行います。



## 2 医療と介護の連携強化

「ちょうふ在宅医療相談室」の周知と利用促進を図りました。「摂食嚥下ガイドブック」の作成や、多職種連携促進に向けた研修を実施しました。また、各地域包括支援センターに「在宅医療・介護連携推進担当」を配置し、利用者や介護支援専門員（ケアマネジャー）からの相談への対応や医師会等の関係機関との連携強化を図りました。

- ア 在宅医療に関連した相談の実施
- イ 調布市在宅医療・介護連携協議会におけるガイドブックの作成
- ウ 多職種連携に向けた研修の実施
- エ ICT活用促進に向けた検討
- オ 入退院時連携シート等の作成



### 3 認知症高齢者等への支援の充実

認知症の早期発見・早期対応の体制整備として、認知症疾患医療センターに「認知症初期集中支援チーム」を設置しました。また、認知症サポーター養成講座を小・中学生の若年層に対しても実施し、これからの地域社会を担っていく世代に対して認知症への理解促進に努めました。

市の認知症施策については、認知症連携会議の中で検討しています。

- ア 認知症サポーター養成講座・フォローアップ講座の実施
- イ 見守りネットワーク事業「みまもっと」の充実
- ウ 認知症初期集中支援チームの稼働
- エ 調布市版認知症ケアパス「認知症ガイドブック」の活用
- オ 医師・臨床心理士による個別相談



令和2年度 認知症サポーターフォローアップ講座

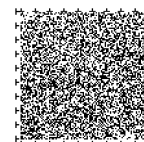
**地域見守り訓練**  
—認知症になっても安心して暮らせるまち調布を目指して—

日時：令和2年9月29日（火）13：00～15：00  
会場：調布市市民プラザあくろす 3階ホール  
定員：16名（申し込み順）  
対象：認知症サポーター養成講座を受講した方で  
市内在住・在勤・在学の方  
費用：無料

**あなたもこのオレンジリングを  
さらに増かせませんか？**

内容 ①認知症サポーター養成講座の復習  
寸劇『認知症の方への声のかけ方』  
②声かけ、見守り体験（屋外で行います）  
※雨天時、室内用プログラムを実施

申し込み・問い合わせ先（公財）調布ゆうあい福祉公社 042-481-7711



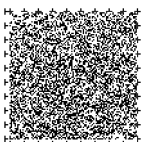


## 4 ケアラー（介護者）支援

介護者講座の開催、医師や臨床心理士との面談を通して、ケアラーの負担軽減に資する取組を実施しました。

また、くらしの案内（シルバー編）やケアラー支援マップの見直し、社会福祉協議会や調布ゆうあい福祉公社によるひだまりサロン、家族会等の運営支援、BPSDケアプログラム事業の試行実施を進めるなど、ケアラーの負担軽減を目指して取り組んでいます。

- ア 市や地域包括支援センターによる情報提供
- イ 紙おむつの給付等の一般施策の実施
- ウ 介護者講座等の実施



## 5 住環境の整備

令和元年9月に180床の特別養護老人ホーム「仙川くぬぎ園」が開設されました。また、市内11か所目となる認知症高齢者グループホーム「きらら調布」も開設されました。さらに、高齢者をはじめとした住宅確保要配慮者に対し、住まいぬくもり相談室（居住支援協議会）を通じて、関係団体・関係部署と連携しながら住宅・入居・生活全般にわたる総合的な相談・支援を実施しています。

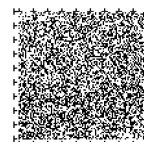
- ア 特別養護老人ホーム仙川くぬぎ園の開設
- イ 認知症高齢者グループホームきらら調布の開設
- ウ 住まいぬくもり相談室等の相談窓口案内

## 6 介護給付の適正化と質の向上に向けた取組

第7期東京都高齢者保健福祉計画を踏まえ、介護給付適正化主要5事業に取り組みました。「ケアプランの点検」については、主任介護支援専門員と共に手法を検討し、実施しました。

また、居宅介護支援事業所の指定権限が市区町村に移譲されたことに伴い、介護支援専門員の更なる質の向上と適切なケアマネジメントを推進するため、介護支援専門員に対する研修を実施しました。

- ア 要介護認定の適正化
- イ ケアプランの点検
- ウ 住宅改修・福祉用具の点検
- エ 縦覧点検・医療情報との突合
- オ 介護給付費通知

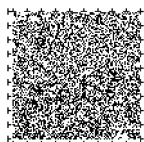


## 7 新型コロナウイルス感染症拡大防止対策

新型コロナウイルス感染症拡大防止のための「新しい生活様式」を意識した社会とのつながりの場の提供、集まらずに行える健康づくり事業等に試行錯誤しながら取り組みました。

また、市の取組として、医師会の協力のもと「調布市PCRセンター」を開設し、ドライブスルー方式のPCR検査を実施しました。さらに、福祉施設等で新型コロナウイルスが発生した場合の検査体制の整備も進めました。

- ア 10 の筋力トレーニングの動画配信及び介護予防講座の ZOOM 配信
- イ フレイル・熱中症予防・詐欺の注意喚起，総合相談に関するチラシの全戸配布
- ウ 電話や訪問による安否確認
- エ 介護保険施設等へのマスク・消毒液等の配布
- オ 調布市 PCR センターの開設
- カ 介護職員応援体制事業等，東京都の事業について実施を検討



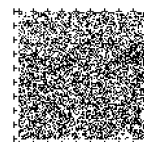
## トピックス「1 介護予防の取組」、イ 介護予防事業の実施 資料

高齢者の社会参加の推進と身体機能の低下を防ぐため、介護予防事業と健康づくり事業を実施しました。

### 【介護予防事業】

| 事業名                        |             | 年度 | 平成 29 年度 | 平成 30 年度  | 令和元年度    |
|----------------------------|-------------|----|----------|-----------|----------|
| 介護予防健診<br>「65 歳からの健康づくり健診」 | 延べ実施回数      |    | 2 回      | 2 回       | 2 回      |
|                            | 延べ利用人数      |    | 44 人     | 82 人      | 81 人     |
| 介護予防普及啓発事業                 | 延べ実施回数      |    | 3 回      | 4 回       | 4 回      |
|                            | 延べ利用人数      |    | 108 人    | 125 人     | 105 人    |
| 知って活かそう介護予防                | 延べ実施回数      |    | 24 回     | 24 回      | 21 回     |
|                            | 延べ利用人数      |    | 238 人    | 181 人     | 252 人    |
| ステップアップ教室                  | 延べ実施回数      |    | 24 回     | 24 回      | 24 回     |
|                            | 延べ利用人数      |    | 248 人    | 224 人     | 178 人    |
| からだと用具の総合相談室               | 延べ実施回数      |    | 7 回      | 4 回       | 4 回      |
|                            | 延べ利用人数      |    | 12 人     | 6 人       | 3 人      |
| 簡単 10 の筋力トレーニング/おさらい会      | 延べ実施回数      |    | —        | 5/3 回     | 3/4 回    |
|                            | 延べ利用人数      |    | —        | 129/175 人 | 130/80 人 |
| 介護予防訪問指導                   | 延べ実施回数      |    | 7 回      | 20 回      | 22 回     |
|                            | 実利用人数       |    | 1 人      | 1 人       | 2 人      |
| 地域介護予防活動支援補助金              | 補助対象<br>団体数 |    | 4 団体     | 5 団体      | 4 団体     |

出典：調布市事務報告書



【健康づくり事業等】

| 事業名              |        | 年度                                                                 | 平成<br>29 年度 | 平成<br>30 年度 | 令和<br>元年度                                                                    | 事業内容 |
|------------------|--------|--------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|------|
| ふれあい給食事業         | 実施か所   | 4 か所                                                               | 4 か所        | 4 か所        | ひとりぐらし高齢者等に対し、<br>学校給食の提供を通して高齢者の<br>健康維持及び児童や地域社会<br>との交流を行う。               |      |
|                  | 延べ利用人数 | 3,843 人                                                            | 3,462 人     | 3,159 人     |                                                                              |      |
| 健康づくり事業          |        | 高齢者が、元気で生きがいを持って自立した生活が送れるよう、商業施設などの<br>既存の社会資源等を活用して高齢者のための事業を行う。 |             |             |                                                                              |      |
| 飲食店活用高齢者<br>ミニデイ | 実施か所   | 1 か所                                                               | 1 か所        | 1 か所        | カラオケなどの趣味・生きがい<br>活動及び昼食。                                                    |      |
|                  | 延べ利用人数 | 522 人                                                              | 526 人       | 485 人       |                                                                              |      |
| いきいき麻雀           | 実施か所   | 1 か所                                                               | 1 か所        | 1 か所        | 友人づくりや健康維持のため、<br>「お金を賭けない・お酒を飲ま<br>ない・たばこを吸わない」麻雀を<br>実施。                   |      |
|                  | 延べ利用人数 | 591 人                                                              | 557 人       | 754 人       |                                                                              |      |
| ティーポット<br>サロン    | 実施か所   | 1 か所                                                               | 1 か所        | 1 か所        | 参加者との交流を通じて豊かな<br>時間を過ごすため、お茶を飲み<br>ながら様々な雑学講座又は創作<br>活動を実施。                 |      |
|                  | 延べ利用人数 | 496 人                                                              | 401 人       | 543 人       |                                                                              |      |
| 柔ちゃん体操教室         | 実施か所   | 2 か所                                                               | 2 か所        | 2 か所        | 参加者の健康や運動機能の維持<br>向上を目的として、筋力向上ト<br>レーニングや転倒予防体操を実<br>施。                     |      |
|                  | 延べ利用人数 | 521 人                                                              | 521 人       | 434 人       |                                                                              |      |
| 健康ウォーキング<br>教室   | 実施か所   | 1 か所                                                               | 1 か所        | 1 か所        | 参加者の健康及び運動機能の維持<br>向上を目的として、正しいウ<br>ォーキングのやり方を学び、八<br>雲台地域を中心にウォーキング<br>を実施。 |      |
|                  | 延べ利用人数 | 98 人                                                               | 115 人       | 170 人       |                                                                              |      |
| いきいき将棋<br>同好会    | 実施か所   | 3 か所                                                               | 3 か所        | 3 か所        | 参加者の友人づくりや健康維持<br>を目的に将棋を実施。                                                 |      |
|                  | 延べ利用人数 | 264 人                                                              | 221 人       | 228 人       |                                                                              |      |

出典：調布市事務報告書

【老人クラブ事業】

|       | 平成 29 年度 | 平成 30 年度 | 令和元年度 |
|-------|----------|----------|-------|
| 活動団体数 | 36 団体    | 35 団体    | 36 団体 |

出典：調布市事務報告書

