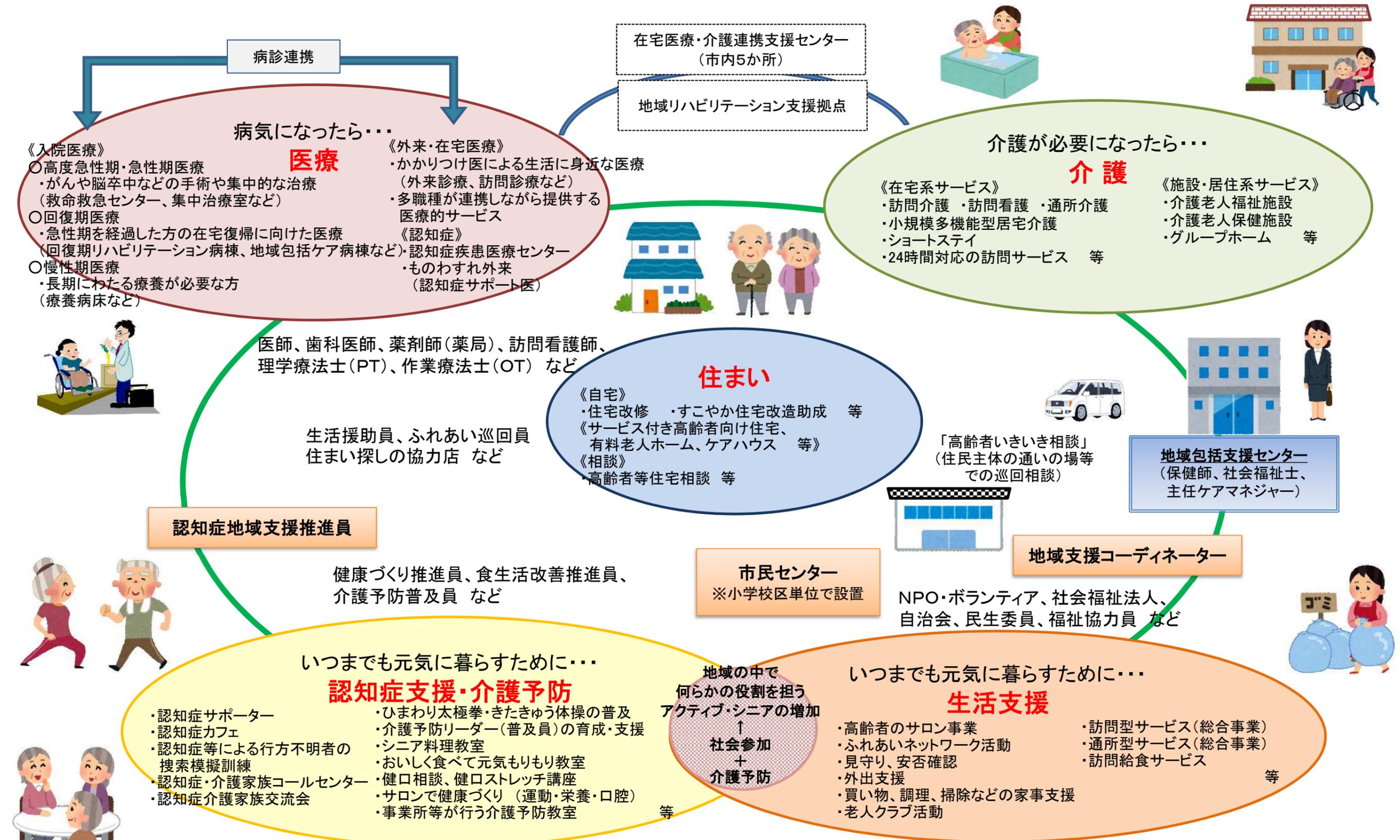


《北九州市における地域包括ケアシステム(概念図)》

団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、病気や重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、医療・介護・生活支援・介護予防・住まいが一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を進めていきます。



<デジタル技術の活用>

今回の新型コロナウイルスの感染拡大は、私たちの生活、高齢者を取り巻く環境に大きな影響を与えました。一方で、コロナ禍における外出自粛や各種活動の中止が相次ぐ中、「オンライン」や「リモート」による活動が有効であることが判明し、一気に各種電子媒体技術の活用が進みました。

また、昨今、増えている自然災害の発生時にも、こうしたデジタル技術が必要、有効であると言えます。

これまで高齢者と「電子機器」や「デジタル技術」とは、親和性が低いとされていました。しかし、「令和元年度高齢者実態調査」で明らかになったように、高齢者も3割を超える人がスマートフォンを使用しています。高齢者は、電子機器を使用できないというステレオタイプのものの見方は捨てなければいけません。

デジタル技術を活用すれば、コロナ禍等でも、さまざまな地域活動を完全に停止するのではなく、例えば介護予防活動の補完をすることができます。もちろん、安否確認にも有効です。もはや、高齢者自身がデジタル技術を活用しなければならない時代が到来したと認識する必要があります。

一方、高齢者の中には、どうしても、デジタル機器の取り扱い等ができない人がいます。こうした高齢者に各種サービスや支援が届かなくなるのは、いわゆる「デジタル難民」を生むことになるため、このような高齢者を支援できる人の養成が必要です。

また、高齢者のデジタル技術の習得は、高齢者自身の意欲が原点ともいえます。この意欲の増進に努めるとともに、高齢者、福祉サービス利用者やそれを支える人たちのデジタル技術の向上が急がれるとの認識のもと、計画の推進にあたります。

第5章 具体的な取組み

目標①

いきいきと健康で、生涯現役で活躍できるまち

高齢者が年齢に関わりなく、健康で、その能力を十分に発揮し、社会を「支える側」として活躍できるまちづくりを進めます。

【施策の方向性1】生きがい・社会参加・地域貢献の推進

高齢者にとって、日々の生活の中に生きがいや目標があると、生活に張り合いがでるだけでなく、心身の健康を保持・増進させる意欲も高くなります。このため、高齢者の多様なライフスタイルに対応する教養・文化活動、スポーツ活動の機会や情報の提供を行い、高齢者の生きがいづくりを支援します。また、ボランティア活動や地域活動、就労などを通じた高齢者の社会参加の支援に取り組みます。

さらに、さまざまな場面で高齢者自身がデジタル技術を活用しなければならない時代になったことを前提に、高齢者がデジタル技術を活用できるようになるだけでなく、できない人のサポートをする人、さらにはそうしたことを教えることができる人までを幅広く育成することを目指します。

高齢期を迎えてもいきいきと充実した生活を送ることができるよう、高齢者だけでなく、若年世代に対しても、社会参加の重要性や高齢期の備えに関する意識啓発を行うとともに、地域活動の担い手の育成に取り組みます。

(基本的な施策1) 高齢者の生きがいづくり・仲間づくり

高齢者が日々の生活の楽しみや張り合いとなることを見つけることができるよう、教養・文化を学ぶ場や生涯スポーツ活動等に取り組む機会、スマートフォン等の活用方法を学ぶ場を提供します。

また、これらの活動の促進を行い仲間づくりや多世代交流を行いながら、いきいきと生活できる生きがいづくりを支援します。

No.	新たな取組み	概要
1	生涯スポーツの習慣化の普及 (市民文化スポーツ局スポーツ振興課)	高齢者の健康の保持・増進のため、運動の習慣化や仲間づくりのきっかけとなる、体操やダンス、ボール運動など、気軽にできるスポーツ教室を開催します。

No.	継続する取組み	概要
2	年長者研修大学校の運営 (保健福祉局長寿社会対策課)	高齢者の生きがいづくりや仲間づくりに加え、地域活動や社会貢献活動を担う人材の育成を目的に、周望学舎および穴生学舎の「年長者研修大学校」で高齢者を対象とした講座を実施します。また、高齢者の高度な学習ニーズに対応するため、市内の大学と連携した校外授業（シニアカレッジ）を開催します。 【各年度の卒業生が地域活動を行っている割合（卒業1年経過後の調査結果）】 R1年度調査：56% → R5年度調査：60%
3	健康増進施設北九州穴生ドームの運営 (保健福祉局長寿社会対策課)	高齢者をはじめとした市民の健康・体づくり、世代間の相互交流およびニュースポーツの振興を図るため、高齢者の健康増進施設である北九州穴生ドームを運営します。
4	全国健康福祉祭（ねんりんピック）への北九州市選手団の派遣 (保健福祉局長寿社会対策課)	各種スポーツや文化・福祉イベントを通じて、高齢者の健康の保持増進、社会参加、生きがいの高揚を図り、ふれあいと活力のある長寿社会づくりを推進するため、各県持ち回りで毎年開催される「全国健康福祉祭（ねんりんピック）」に北九州市選手団を派遣します。
5	年長者いこいの家での活動支援 (保健福祉局長寿社会対策課)	地域の高齢者に対して、教養の向上及びレクリエーション活動などの場を提供し、心身の健康増進を図るため、年長者いこいの家の運営及び活動に必要な経費の補助や、建物の修繕・補修工事を実施します。
6	新門司老人福祉センターの運営 (保健福祉局長寿社会対策課)	高齢者に対して、介護予防の視点に立ちながら各種相談に応じるとともに、健康の増進、教養の向上及びレクリエーション活動を提供する「新門司老人福祉センター」の運営を行います。 【年間利用者数】 R1年度：36,948人 → R5年度：50,000人
7	「高齢者ふれあい入浴の日」の設定 (保健福祉局長寿社会対策課)	高齢者が地域でふれあう機会を提供することを目的に、市内の普通公衆浴場（銭湯）において65歳以上の高齢者が無料で利用できる「高齢者ふれあい入浴の日」を設けます。
8	施設における利用料の高齢者減免の適用 (保健福祉局長寿社会対策課)	高齢者の社会参加の促進を図るため、市立の文化、観光、体育施設など（福岡市、下関市、熊本市、鹿児島市の施設も一部含む）について、65歳以上の市民であることが確認できる、公的機関が発行した証明書等を提示することで減免料金を適用します。
9	地域活動拠点である市民センターの管理運営 (市民文化スポーツ局地域振興課)	住民主体の地域活動の拠点となる市民センターについて、適切な管理運営や必要な施設整備を行います。

10	生涯学習活動の促進 (市民文化スポーツ局生涯学習課)	「いつでも、どこでも、誰でも」自由に学習ができるよう、学習機会を充実し、学習情報を提供します。また、学習の成果を活かすことのできる活動機会を提供します。(生涯学習市民講座の開設、市民センターだより(館報)の発行、文化祭の開催、生涯学習総合情報サイト「まなびネットひまわり」の提供) 【生涯学習市民講座参加者数】 前年度比増(参考: R1年度: 124,765人)
11	生涯学習推進コーディネーターの市民センター配置 (市民文化スポーツ局生涯学習課)	市民の生涯学習の推進ならびに市民センター等の活性化を図るため、学習機会や人材等、地域に関する様々な情報の収集や提供などを行う「生涯学習推進コーディネーター」を市民センターに配置します。 【生涯学習推進コーディネーターの配置割合】 R1年度: 45.4% → R5年度: 56%
12	地域における伝統文化の保存・継承活動の支援 (市民文化スポーツ局文化企画課)	地域に根ざした固有の伝統文化については、人々の営みの中で大切に受け継がれてきたものであり、これを地域で次世代へ継承するため、指定された無形民俗文化財の保存継承活動などに対して支援を行います。 【指定無形民俗文化財保存支援団体数】 R1年度: 16団体 → R5年度: 現状維持
13	ニュースポーツ用具の整備・各種交流大会の実施 (市民文化スポーツ局スポーツ振興課)	各区における地域スポーツの普及振興を図るため、ニュースポーツ用具の整備及び各種交流大会を実施します。 【各区におけるスポーツ行事の参加人数/年】 R1年度: 6,717人 → R5年度: 7,000人
14	市民参加型スポーツイベントの開催 (市民文化スポーツ局スポーツ振興課)	北九州マラソン、市民体育祭、門司港レトロマラソンなど、市民参加型のスポーツイベントを開催し、多くの市民に参加してもらうことで、市民のスポーツに対する興味・関心を高め、生涯にわたってスポーツを続けていく生活の土台づくりを推進します。 【スポーツ実施率(週1回以上のスポーツ・運動実施)】 R1年度: 52.6% → R5年度: 65%
15	総合型地域スポーツクラブの育成・支援 (市民文化スポーツ局スポーツ振興課)	「だれもが、いつでも、どこでも、いつまでも」スポーツに親しむことができる生涯スポーツ社会の実現を目指し、各自の興味やレベルに応じて参加できる多世代・多種目型のクラブ(総合型地域スポーツクラブ)の育成を推進します。 【各総合型地域スポーツクラブの会員数/年】 R1年度: 2,074人 → R5年度: 4,000人

(基本的な施策2) 就労や特技・趣味をいかした社会参加の支援

高齢者にとって、自分の活動が誰かに喜ばれ、社会の役に立っていることを実感すること、その役割にやりがいを感じることで日々の生活の充足感を高めます。

このため、「いきがい活動ステーション」などを通じて、社会参加のメリットについて広く啓発を行うとともに、高齢者の意欲や培ってきた経験などに応じたボランティアや地域活動等について、情報提供や活動のコーディネートに取り組みます。

また、生産年齢人口の減少が続く中、高齢者は経済の重要な担い手となり得るとともに、就労している高齢者や働ける限りいつまでも働きたいという高齢者が増えていることから、「高年齢者就業センター」などを通じて、就労に関する情報提供や就職支援を行います。

No.	新たな取組み	概要
16	高齢者のデジタル技術習得を支援する地域人材の育成 (保健福祉局長寿社会対策課)	スマートフォンやタブレットの設定や操作ができない高齢者をサポートする人の育成に取り組むとともに、そのサポートする人を養成することができる人材の育成に取り組みます。
17	介護支援ボランティアの活躍の場の充実 (保健福祉局介護保険課)	高齢者のボランティア活動に対し、換金等が可能なポイントを付与することで、高齢者の社会参加・地域貢献を支援し、健康増進や生きがいづくりにつなげます。今後はポイントが付与される施設等を、介護保険施設に加え、高齢者が集うサロン等にも広げ、活躍の場の拡充を推進します。

No.	継続する取組み	概要
18	いきがい活動ステーションの運営 (保健福祉局長寿社会対策課)	高齢者の社会貢献や生きがいづくりを促進するため、高齢者の参加しやすいボランティア活動、生涯学習、仲間づくり情報などの収集や情報提供を「いきがい活動ステーション」で行います。さらに、活動を希望する相談者に個別に対応し、活動のマッチングまでを行う仕組みづくりを進めます。 【いきがい活動ステーション利用者数】 R1年度：3,698人 → R5年度：6,000人
19	老人クラブの活動支援 (保健福祉局長寿社会対策課)	老人クラブの地域社会における社会奉仕活動等を促進し、高齢者福祉の増進を図ります。また、老人クラブが、地域における世代間交流を深めるとともに、地域社会の一員として介護予防への取り組みを行うなど、積極的な役割を果たすことができるよう支援を行います。(単位老人クラブへの助成、市・区老人クラブ連合会への助成、高齢者の健康づくり支援事業、年長者の生きがいと創造の事業など)

20	敬老行事等長寿のお祝い (保健福祉局長寿社会対策課)	長年にわたって社会に貢献してきた高齢者を敬うとともに、市民の高齢社会に対する認識を深めるため、さまざまな長寿のお祝いに関連する事業を行います。(年長者の祭典、長寿祝金、長寿祝品、地域で行われる敬老行事への助成など)
21	ボランティア活動の推進 (保健福祉局地域福祉推進課)	市内のボランティア活動の活性化のため、ウェルとばたと各区にある「ボランティア・市民活動センター」において、ボランティアのコーディネートや活動支援のほか、関係団体と協働して啓発や情報の収集などを行います。 【ボランティア登録の団体数及び人数】 前年度比増 (参考：R1年度 669 団体 22,858 人)
22	介護支援ボランティア活動の推進 (保健福祉局介護保険課)	高齢者の社会参加や地域貢献を奨励・支援し、健康増進や生きがいづくりにつなげるため、高齢者が介護保険施設等でボランティア活動を行った場合に、その活動を評価してポイント化し、ポイントを換金又は寄付することができる事業を推進します。 【ボランティア活動人数】 R1年：966 人 → R5年：1,000 人
23	NPOなどに対する側面的な支援 (市民文化スポーツ局市民活動推進課)	市民活動促進のため、市民活動サポートセンターを拠点として、NPO・市民活動や協働等に関する相談・助言、情報提供、研修・啓発事業などの側面的支援を行います。 【市民活動サポートセンター利用者数】 毎年度：20,000 人
24	市民主体の活動に対する支援 (市民文化スポーツ局市民活動推進課)	地域の特性を活かした活動や地域の活性化に資する新たな市民活動を支援し、市民主体のまちづくりを推進します。 【NPO等に対する補助金の交付件数】 R1年度：25件 → R5年度：25件
25	保険制度活用による市民活動支援 (市民文化スポーツ局市民活動推進課)	市民活動中の事故に対して一定の補償を行う保険制度を実施し、市民が安心して活動に取り組むことができるよう支援します。
26	美術ボランティアの養成 (市民文化スポーツ局美術館普及課)	来館者に展覧会や美術作品の価値や魅力を伝えるための解説、美術資料等の整理・分類、ワークショップ等の教育活動の事業支援を行う美術ボランティアの養成を促進します。 【登録ボランティア数】 R1年度：34 人 → R5年度：40 人
27	博物館ボランティアの活動推進 (市民文化スポーツ局 自然史・歴史博物館普及課)	博物館においてボランティア活動を行う人材を育成するとともに、展示解説、普及講座・体験学習補助など活動の場を提供します。 【ボランティア活動の場を提供できる人数】 R1年度：50名 → R5年度：50名

28	高齢者の就業支援 (産業経済局雇用政策課)	<p>北九州市高齢者就業支援センターを拠点に、シニア・ハローワーク戸畑等の関係機関と連携して、求職者支援や求人情報提供等、高齢者の多様なニーズに 대응していくきめ細やかな就業支援を行います。</p> <p>また、就労にあと一歩踏み出せない高齢者の掘り起こしを行うことで、市内企業の人材不足解消を図るとともに健康寿命延伸に寄与します。</p> <p>【高齢者就業支援センター延べ利用者数(年間)】 R1年度：12,916人 → R5年度：20,000人</p> <p>【シニア・ハローワーク各窓口における65歳以上の登録者数】 毎年度890人</p>
29	高齢者向け求人の開拓 (産業経済局雇用政策課)	<p>シニア層が働きやすい多様な求人を開拓し、雇用のミスマッチを解消することで、高齢者の就業率向上を図ります。</p> <p>【シニア向け求人開拓数】 毎年度延べ50件以上 (参考：R2年度は延べ35件以上)</p>
30	観光案内ボランティアの育成・支援 (産業経済局観光課)	<p>観光客に対し、本市の観光資源の魅力を伝えるため、毎年実施の「北九州観光市民大学」において、観光施設などの解説・案内をする「観光案内ボランティア」を募集・育成し、「観光案内ボランティア」制度の運営支援と併せて、活動の場を提供します。</p> <p>【観光案内ボランティア研修会への延べ参加者数】 毎年度200名以上</p>
再	生涯現役夢追塾の運営	(再掲No. 31)
再	介護予防・生活支援サービスの提供体制の確保	(再掲No. 141)

(基本的な施策3) 地域貢献につなげる仕組みづくり

地域貢献や社会参加への意欲が高い高齢者が、豊かな知識や経験をいかしながら、地域において活躍できる場を広げます。また、高齢者が新たな展開へ進むことができるよう「いきがい活動ステーション」や「ボランティア・市民活動センター」、さらに地域支援コーディネーターとの連携による仕組みづくりを進めます。

さらに、年長者研修大学校や生涯現役夢追塾、各種ボランティアの養成講座などの受講生に対し、具体的な活動とのマッチングを図り、地域デビューまでをプロデュースできるような仕組みを作ることにより、地域貢献を主体的に企画・実施できる人材育成の強化に取り組みます。

No.	継続する取組み	概要
31	生涯現役夢追塾の運営 (保健福祉局長寿社会対策課)	退職後なども今まで培ってきた技術や経験を活かし、地域での経済活動や社会貢献活動などの担い手として活躍していく人材の発掘と養成を行う「生涯現役夢追塾」を運営します。 【生涯現役夢追塾の延べ入塾者数】 R1年度：512人 → R5年度：590人
32	いきがい活動ステーションにおける人材育成 (保健福祉局長寿社会対策課)	「いきがい活動ステーション」にて、具体的な活動のマッチングを図り、地域デビューまでをプロデュースできるような仕組みを作るとともに、地域貢献を主体的に企画・実施できる人材を育成します。 【いきがい活動ステーション利用者数】 R1年度：3,698人 → R5年度：6,000人
33	ボランティア大学校の運営 (保健福祉局地域福祉推進課)	地域ニーズに対応した研修内容の充実、研修機会の拡大に努め、地域福祉やボランティア活動を担う人材の養成を行います。具体的には、校区単位の地域特性に応じた福祉講座や企業の社会貢献活動担当者を対象にしたセミナー等を開催し、地域や企業におけるボランティア活動の促進を図ります。 【ボランティア大学校の研修の受講者数(単年度)】 R1年度：2,933人 → R5年度：3,000人
34	北九州市地域福祉振興協会等への補助を通じた地域福祉活動の推進 (保健福祉局地域福祉推進課)	市民団体や非営利法人等が行うボランティア活動、高齢者の生きがいづくり、移送サービス実施、市民啓発事業等への助成事業を実施する北九州市地域福祉振興協会等に対する補助を通じて、市民の地域福祉活動を推進します。
35	世代間交流や様々な体験活動の機会を提供する生涯学習市民講座の実施(市民文化スポーツ局生涯学習課)	子どもの生きる力をはぐくみ、心豊かでたくましい子どもを育てるため、体験活動の機会の充実など、家庭・地域・学校が一体となった取組みを推進します。(生涯学習市民講座の実施) 【生涯学習市民講座(子ども向け)(旧地域・子ども交流事業)の参加者数】 前年度比増(参考：R1年度：55,370人)

36	子ども・子育てを支えるシニア世代の活躍の促進 (子ども家庭局総務企画課)	シニア世代が、これまで培った経験・人脈等を活かし、子どもや子育てを支える人材として十分活躍してもらえるよう、市の子育て関連施設や子育て支援事業などの中から、活躍が可能な場を集約し情報提供し、子ども・子育て支援活動への積極的な参画を呼びかけます。
37	まちな森プロジェクト～環境首都 100 万本植樹 (環境局環境監視課 財政局財産活用推進課 建設局緑政課 保健福祉局長寿社会対策課)	未利用市有地や公園の一部を、無償で自治会やまちづくり協議会などの地域の自治組織に貸し出し、花壇・菜園や、植樹用の苗木の育成などに活用してもらうことで、街なかの緑を増やすとともに、高齢者の生きがいや健康づくり、多世代交流等を促進します。 【環境首都100万本植樹プロジェクトの植樹本数】 R6年度：100万本
38	スクールヘルパーの配置・活動支援 (教育委員会指導第一課)	学校教育の場において、教育活動の支援を行うボランティア(スクールヘルパー)として、保護者や地域の方などを学校に登録します。
再	年長者研修大学校の運営	(再掲No. 2)
再	高齢者の生活支援体制の整備	(再掲No. 66)

【施策の方向性2】主体的な健康づくり・介護予防の促進

人生 100 年時代の安心の基盤は健康であり、健康寿命の延伸が重要です。そのため、健康づくり・介護予防に関する正しい知識の普及・啓発とともに、取組みのきっかけの提供、継続できる仕組みの構築、専門職と連携した主体的な活動を促進し、第二次北九州市健康づくり推進プランのスローガンである「健康（幸）寿命プラス2歳」を目指します。

（基本的な施策1）生涯を通じた健康づくり・介護予防の推進

健康寿命を延伸するために、高齢者の心身の特性を踏まえて、生涯を通じた生活習慣病等の重症化を予防する取組みと生活機能の低下を防止する取組み（介護予防・フレイル対策）の双方を一体的に実施していきます。国民健康保険の保健事業と後期高齢者医療制度の保健事業を接続させるとともに、切れ目のない支援を福岡県等と連携しつつ、健診・医療・介護のデータを分析して、健康課題を明確にし、効果的・効率的な保健事業を行うことで健康寿命の地域間格差を解消することを目指します。

本市では、これまで生活習慣病等の重症化を予防し、人工透析に至らないようにするため、医師会の協力のもと北九州市CKD（慢性腎臓病）予防連携システムを構築した実績があり、さらに、死亡や重篤な後遺症を引き起こし、医療費・介護費の高騰を招く脳血管疾患・虚血性心疾患の最大の危険因子である高血圧を予防するため、日本高血圧学会など関係団体と連携し、「高血圧ゼロのまち」に向けた取組みを推進します。

介護予防では、高齢者自らがフレイルの兆候に早く気づき対処できるよう、通いの場や広報媒体を通じて、「後期高齢者の質問票」などを活用して、日ごろの健康状態等を自己チェックする機会を増やすとともに、高齢者の健康課題に応じて選択できる各種相談や介護予防教室を実施するなど、感染拡大防止対策とのバランスを取りながらフレイル対策を強化します。

コロナ禍においては、一人でも自宅や公園などで取り組める介護予防活動について、オンライン配信などを併用した情報提供を行います。

また、効果的なフレイル対策に取り組めるよう、運動、低栄養改善、口腔ケアの専門職が連携して関与する仕組みをつくります。

No.	新たな取組み	概要
39	後期高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施（フレイル対策の強化） （保健福祉局健康推進課） （保健福祉局認知症支援・介護予防センター） （保健福祉局地域福祉推進課）	フレイル・認知症に着目した健康課題として、生活習慣病等の重症化予防（糖尿病性腎症、高血圧）のための個別的支援（ハイリスクアプローチ）を強化します。 また、高齢者の通いの場等での介護予防の取組みに加え、市民センターを拠点とした健康づくり事業等の集団の場においても地域の健康課題に基づいた健康教育や健康相談を実施（ポピュレーションアプローチ）することで、疾病予防、重症化予防を図り、フレイル対策を強化します。

40	高血圧症を切り口とした生活習慣病への対策強化 (保健福祉局健康推進課)	高血圧を予防するための「高血圧ゼロのまち」に向けた取組みとして、モデル校(地)区を設定し、地区住民全員に血圧測定、スマホアプリを通じた健康管理、減塩等と呼び掛ける取組みを開始します。
----	--	---

No.	継続する取組み	概要
41	介護予防・健康づくり教室等の開催 (保健福祉局認知症支援・介護予防センター)	運動・栄養・口腔等に係る介護予防教室を実施します。 また、ふくおか健康づくり県民運動と連携して、幅広い年齢層を対象にした介護予防・健康づくり事業を行います。
42	介護予防に関する知識の普及啓発 (保健福祉局認知症支援・介護予防センター)	介護予防に関する基本的な知識を普及啓発するため、パンフレット作成、ホームページ運営、有識者による講演会や相談会の開催等の情報発信を行います。
43	地域リハビリテーション活動の支援 (サロンで健康づくり) (保健福祉局認知症支援・介護予防センター)	地域における介護予防の取組みを機能強化するために、地域の住民主体の通いの場等に、運動・栄養・口腔分野の専門職等を派遣し、自立支援と地域づくりの視点から、効果的な介護予防技術を提供し、住民のスキルアップを図ります。 【専門職の派遣回数】 R1年度：374回 → R5年度：基準値より増加
44	後期高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 (保健福祉局健康推進課) (保健福祉局認知症支援・介護予防センター) (保健福祉局地域福祉推進課)	本市の高齢者の生活習慣病等の疾病予防・重症化予防や介護予防・フレイル予防を一体的に実施し、市民の健康寿命の延伸を推進します。KDBシステムを活用して、健康課題を分析・把握し、対象者を抽出して、国民健康保険の保健事業と後期高齢者医療制度の保健事業、介護予防事業・フレイル対策を接続させ、福岡県等と連携しつつ、効果・効率的に実施します。 【健診受診者のうち受診勧奨値で未治療・治療中断者割合及び人数】 R1：291人(0.2%) → R5年度：基準値より減少
45	高血圧症を切り口とした生活習慣病への対策 (保健福祉局健康推進課)	死亡や重篤な後遺症を引き起こし、医療費・介護費の高騰を招く脳血管疾患・虚血性心疾患の最大の危険因子である高血圧を予防するため、日本高血圧学会など関係団体と連携し、定期的な血圧測定、ハイリスク者への保健指導、減塩の推進など「高血圧ゼロのまち」に向けた取組みを推進します。 【国保特定健診受診者のうち高血圧症(180mmHg/110mmHg以上)の者の割合】 H28年度：0.92% → R5年度：0.65%

46	健康マイレージによる健康づくり (保健福祉局健康推進課)	介護予防・生活習慣改善等の取組みや健康診査の受診等をポイント化し、そのポイントを景品と交換することで、健康づくりの重要性を広く普及啓発するとともに、市民の自主的かつ積極的な健康づくりへの取組みを促進します。 【健康づくりや介護予防のために取り組んでいることがあると答えた高齢者の割合】 R1 年度：62.6% → R5 年度：基準値より増加
47	健康診査（がん検診等）の実施 (保健福祉局健康推進課)	がんなどの生活習慣病予防対策の一環として、これら疾患の疑いのある人や危険因子を持つ人をスクリーニングするため、胃がん・大腸がん・肺がん・子宮頸がん・乳がんなどの各種がん検診や、骨粗しょう症検診、基本健診を実施します。 【がん検診受診率】 H28年度：2.7%～20.1% → R5年度：10%～33%
48	口腔保健の推進 (保健福祉局健康推進課) (保健福祉局認知症支援・介護予防センター)	糖尿病などの生活習慣病の予防・重症化予防と関連のある歯周病の予防や、誤嚥性肺炎の予防に重要な口腔ケア、口腔機能の維持・向上について、普及・啓発し、健康寿命の延伸に重要な歯と口の健康づくりを推進します。 【歯周病と糖尿病の関係を知っている人（40歳以上）の割合】 H28年度 33.2% → R5年度 50.0% 【口腔ケアが誤嚥性肺炎を予防することを知っている人（65歳以上）の割合】 H28年度 55.1% → R5年度 70.0%
49	北九州市国民健康保険の特定健診・特定保健指導の実施 (保健福祉局健康推進課)	北九州市国民健康保険に加入する40～74歳を対象に、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備軍を減少させることを目的として、メタボリックシンドロームに着目した特定健診を実施します。また、健診の結果、生活習慣の改善が必要な対象者への特定保健指導を実施します。 【特定健診受診率】 H28年度：35.8% → R5年度：60% 【特定保健指導実施率】 H28年度：30.0% → R5年度：60%
再	介護予防・自立支援のための総合プログラムの実施	(再掲No. 55)
再	生活習慣病予防・重症化予防のための健康教育の実施	(再掲No. 85)
再	介護予防・生活支援サービスの提供体制の確保	(再掲No. 141)

（基本的な施策2）地域で取り組みやすく、継続しやすい仕組みづくり

主体的な健康づくり・介護予防を継続するため、市民センターや公園などの身近な場所を活用し、住民主体の通いの場の充実、地域との協働をさらに進めます。こうした地域で交流もできる居場所づくりは、高齢者に限らず、仲間づくりや地域ネットワークの強化につながり、健康づくり・介護予防の取組みを継続する支援になります。

また、高齢者が自主的に活動を継続し、地域に広がる活動になるよう、支える人（担い手）が活躍できる環境づくりを進めるため、リーダー（普及員）等の人材育成や専門職によるアウトリーチ等の活動支援に積極的に取り組みます。

高齢者自身が能力を最大限に活かして、できるだけ要介護状態にならないよう、地域でいきいきと暮らせる仕組みを作っていきます。

No.	新たな取組み	
50	通いの場における健康づくりの強化 (保健福祉局認知症支援・介護予防センター 保健福祉局地域福祉推進課)	「いつもの活動に運動プラス」を合言葉に、住民主体の通いの場で、きたきゅう体操等の運動習慣の定着を促し、住民の健康づくり意識の向上を図るとともに、仲間と一緒に取り組む介護予防活動を支援します。 地域包括支援センターでは、高齢者サロンや老人クラブ等に積極的に出向いて、高齢者いきいき相談（巡回相談）と健康教育や保健指導を一体的に実施し、高齢者の生活習慣病の予防や重症化予防に取り組みます。

No.	継続する取組み	概要
51	健康づくり推進員の養成と活動支援 (保健福祉局認知症支援・介護予防センター)	地域における健康づくり・介護予防活動を推進するリーダーとなる健康づくり推進員を養成します。また、健康づくり推進員が行う健康づくりや介護予防の普及啓発活動を支援します。
52	食生活改善推進員による訪問活動 (保健福祉局認知症支援・介護予防センター)	食生活改善推進員を対象に食育アドバイザーを養成し、高齢者宅を訪問して、食事等に関する状況確認や助言を行うとともに、虚弱者を把握し、必要な支援につなげます。 【食育アドバイザー養成者数】 R1年度：1,144人 → R5年度：1,344人
53	介護予防リーダー（普及員）の育成・支援 (保健福祉局認知症支援・介護予防センター)	本市オリジナルの介護予防体操（「きたきゅう体操」、「ひまわり太極拳」）や公園の健康遊具を用いた介護予防の普及教室や体験会の実施により、地域で介護予防の取組みを進め、地域で介護予防活動を推進する普及員を育成し、活動を支援します。 【普及員の登録者数】 R1年度：908人 → R5年度：基準値より増加

54	専門職による地域の介護予防活動の支援 (保健福祉局認知症支援・介護予防センター)	高齢者が要支援・要介護状態になることの予防(認知症予防も含む)を目的に、地域の通いの場において専門職による健康教育・健康相談を実施するとともに、地域での自主的な介護予防活動を支援します。 【地域の通いの場における健康教育・健康相談・グループ支援の実施箇所数】 R1年度:46か所 → R5年度:基準値より増加
55	地域の介護予防活動に支援 (保健福祉局長寿社会対策課)	主として要介護状態等となるおそれがある、または要介護状態から改善した高齢者を対象に、市民センターで介護予防・自立支援や生きがい活動に関する総合的なプログラムを実施する事により、介護予防・自立支援の普及啓発を行います。
56	市民センターを拠点とした健康づくり (保健福祉局健康推進課) (保健福祉局地域福祉推進課)	まちづくり協議会が、市民センター等を拠点として、健康づくり推進員の会、食生活改善推進員協議会と連携し、医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会、行政(保健師等)などの協力により、市民が主体となって地域の健康課題について話し合い、目標設定、計画づくり、実践、事業評価を一つのサイクルとした健康づくり事業を行います。 【実施団体数の増加】 R1年度:129団体 → R5年度:137団体
57	食生活改善推進員の養成・活動の支援 (保健福祉局健康推進課) (保健福祉局認知症支援・介護予防センター)	食を通じた健康づくり・介護予防活動を推進するリーダーの育成のため、食生活と生活習慣病などに関する研修を行い、食生活改善推進員を養成します。また、食生活改善推進員が行う地域での食と健康等に関する情報発信や、健康料理普及講習会、ふれあい昼食交流会などの活動を支援します。 【食生活改善推進員が関わる活動への参加者数】 R1年度:311,275人 → R5年度:基準値より増加
58	健康づくりを支援する公園の整備 (建設局緑政課)	高齢者等の健康づくりのため、専門家の助言のもと、介護予防に効果的な7種類の健康遊具をセットで配置した拠点公園を整備します。 【7種類の健康遊具をすべて設置している拠点公園の数】 R1年度:24公園 → R5年度:30公園
再	地域リハビリテーション活動の支援 (サロンで健康づくり)	(再掲No. 43)
再	住民主体による居場所づくり	(再掲No. 62)
再	地域包括支援センターの運営	(再掲No. 98)

【介護予防・日常生活支援総合事業 イメージ図】

高齢者自身が能力を最大限に活かして、できるだけ要介護状態にならないよう、地域でいきいきと暮らせる仕組みをつくる

【強化ポイント】

- ①住民主体の通いの場のさらなる充実
- ②支える人(担い手)が活躍できる環境づくり
- ③専門職による介護予防活動の支援体制の充実

