

1 計画のビジョン（本市の目指す将来像）と目標

「〇〇〇プラン」のビジョンと最終目標を次のとおり定めます。

【ビジョン】

高齢者が健康で生涯現役を目指し、自分らしく安心して、  
人生100年時代を幸福に暮らすことができるまち

※プラン名や目標等の確定後に修正予定

本市には、29万人を超える高齢者が暮らしており、その中には、健康状態が良く、積極的に多様な活動をされている方々が多くおられます。

これらの方々ができるだけ長く、支える側として生涯現役を続けていくための支援を進める一方、重度な要介護状態になっても、住み慣れた地域で、自分の望むケアや暮らす場所について、不安なく、自ら決定できる仕組みづくりが求められています。

高齢化率が政令市で最も高い本市において、今後もさらに増加し、また全国的にも生産年齢人口の減少が見込まれるなか、北九州市に暮らしているからこそ感じる事ができる、〇〇〇〇モデルとしてのまちの実現を目指します。

【最終目標】

上記のビジョンの実現状況をより分かりやすい形で示すため、次のとおり設定し、高齢者の幸福度の状況を確認します。

令和4（2022）年度「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」では、6.9点（10点満点）であり、〇点を目指します。

幸福度の高い高齢者の割合 R8 年度目標 〇.〇/10

〔目標と施策の方向性〕

※最終的に1Pを使用して大き目に掲載予定

| 目標   | 施策の方向性  | 施策   |
|--|---|--|
| <p>目指そう<br/>活力ある100年<br/>～健康長寿～</p>            | <p>人や社会とつながり続け、役割をもって活躍できる機会の創出</p> <p>生涯を通じた健康づくり・介護予防</p>   | <p>生涯現役の充実したライフスタイルを応援</p> <p>就労やボランティア活動等の社会参加支援</p> <p>健康寿命延ばしを目指す健康づくり・介護予防の促進</p> <p>地域で主体的・継続的に取り組める仕組みづくり</p>  |
| <p>人情息づく支えあいのまち<br/>～地域共生社会～</p>               | <p>人のつながりが幸せや安心を生む支えあいの地域づくり</p> <p>認知症にやさしいまちづくり（認知症施策推進計画）</p> <p>尊厳のある自分らしい暮らしを守る権利擁護支援の推進（成年後見利用促進計画）</p> <p>介護者（ケアラー）のサポート</p> | <p>見守り・支えあいのネットワークづくり</p> <p>地域のウェルビーイングを創出する人材の育成</p> <p>多様なつながりが力を生む地域づくり</p> <p>孤独・孤立や多様な困難を抱える高齢者等の安心を支援</p> <p>認知症の理解の増進と共生の推進</p> <p>保健医療・介護サービス提供体制の整備</p> <p>認知症の人や介護者への相談・支援</p> <p>認知症の予防</p> <p>成年後見制度の利用推進</p> <p>高齢者の虐待防止対策の推進</p> <p>介護者の不安に寄り添う</p> <p>家族介護者の生活支援</p> |
| <p>3<br/>選べる自由が感じられる多彩なケア<br/>～安全・安心・自己決定～</p> | <p>不安を安心へ</p> <p>介護サービス等の提供体制の充実及び介護保険制度の安定した運営</p> <p>安全・安心に暮らし続けられる環境づくり</p>  | <p>地域包括支援センターの機能充実</p> <p>在宅医療・介護連携の強化</p> <p>地域リハビリテーションの充実</p> <p>一人暮らしの高齢者の安心を支援</p> <p>実情に応じた介護サービス基盤の整備</p> <p>先進的介護業による生産性向上及び介護人材確保</p> <p>介護サービスの質の確保及び適正な運営</p> <p>保険者機能の強化</p> <p>在宅生活を支援するサービスの充実</p> <p>暮らしやすい多様な住まいづくりを応援</p> <p>外出しなくなる環境づくり</p> <p>安全・安心な生活を守る</p>    |

## 目標1 目指そう 活力ある100年 ～健康長寿～

北九州市においては、令和2(2020)年の平均寿命が、男性81.01歳、女性87.69歳、また、100歳以上を迎える方が、令和5(2023)年9月末で809名と、人生100年時代を迎えようとしています。

「人生100年時代」を元気でいきいきと過ごせるようにするためには、健康寿命を延伸し、平均寿命と健康寿命の差である「不健康な期間」をできる限り短くしていくことが重要です。

高齢者が人や地域とつながりながら社会参加を続け、活力ある日々を送り、できる限り「支える側」として生涯現役で活躍することにより、自身にも家族にも、そして地域にも、エンパワーメント（力を与える）を期待できます。

このため、市民が人生100年時代の長寿を恩恵とし、幸福感を実感できるよう、活力ある100年を目指して、多様な社会参加活動や健康づくり・介護予防など、健康長寿のまちづくりに取り組みます。

### 施策1 人や社会とつながりを続け、役割をもって活躍できる機会の創出

- 高齢者が、できる範囲で自分らしく活動し、日々充足感をもって暮らすことができるよう、多様なライフスタイルに応じた活躍・参加の機会を創出し、幅広く情報提供を行うなど、高齢者の社会参加を促進します。
- 高齢者が、人や社会とつながり続けながら、経験や知識、技術を活かして新たな役割を担うなど、多様な場面で輝くことができるよう、生涯現役の活躍を応援します。

#### 1 生涯現役の充実したライフスタイルを応援

##### 【施策の方向性】

これまで培ってきた知識や技能の発揮、経験を積んだ今だからこその新たな挑戦など、好奇心を持ち続け、生涯現役で、いきいきと張り合いをもって暮らすことのできる環境づくりを進めます。

また、住み慣れた地域で、人と人のつながりを深め、より良い地域になるための地域活動が主体的に行えるよう推進します。

さらに、心身ともに健康を維持できるよう、仲間づくりや多世代交流を行いながら、日々の楽しみや喜びを感じることで、教養・文化・スポーツ活動や、ICTの活用等を促進します。

##### 【主な具体的取組】

- 年長者研修大学校や生涯現役夢追塾等による学びや活躍の場の推進
- 市民センターや生涯学習センター等における多様な活動・生涯学習の促進
- 外出機会の支援（文化・観光等施設利用支援、穴生ドーム運営等）
- 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、社会参加の機会や情報の提供
- 高齢者就業支援センターによる就業相談・カウンセリング、求人情報の提供、セミナー開催(再掲)
- 高齢者のデジタル技術活用推進

## 《成果指標》

| 指標                          | 現状<br>(令和4年度) | 目標<br>(令和8年度) | 出典等                |
|-----------------------------|---------------|---------------|--------------------|
| 過去1年間に地域活動等に「参加したことがある」人の割合 | 20.8%         | 25%           | 高齢者実態調査<br>(一般高齢者) |

## 【達成目標】

| 指標                       | 現状<br>(令和4年度) | 目標<br>(令和8年度) | 出典等                             | ※<br>地域包括<br>ケアシステム |
|--------------------------|---------------|---------------|---------------------------------|---------------------|
| スポーツ関係のグループやクラブへ参加した人の割合 | 15.9%         | 増加            | 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査<br>(一般・要支援高齢者) | 2                   |
| 趣味関係のグループやクラブへ参加した人の割合   | 18.3%         | 増加            | 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査<br>(一般・要支援高齢者) | 2                   |
| 閉じこもりリスクの高い人の割合          | 29.1%         | 減少            | 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査<br>(一般・要支援高齢者) | 2                   |

※第3章3「地域包括ケアシステム構築状況と今後の方向性について」の該当項目

## 2 就労やボランティア活動等の社会参加支援

### 【施策の方向性】

令和7(2025)年4月からの高齢者の雇用に関する法改正による定年延長等もふまえながら、高齢者の豊富な知識と経験を活かすとともに、その意欲と能力に応じて働き、年齢に関係なく活躍できるよう、高齢者への意識啓発を図ります。

また、高齢者雇用に対する企業の理解促進や、高齢者の多様なニーズにあった就業環境の整備促進に取り組むとともに、マッチング機会の提供など就労機会の確保を進めます。

さらに、様々なボランティア活動への支援をはじめ、年長者大学校とボランティア大学校修了生によるボランティア活動の促進に向けて、ボランティア・市民活動センターと連携し、情報提供や活動のコーディネート、活動者のネットワーク化の促進などに取組めます。

【主な具体的取組】

- 「北九州市高齢者就業支援センター」「シニア・ハローワーク戸畑」「はつ・らつ・コミュニティ 北九州」「北九州市シルバー人材センター」等関係機関の一体的実施による就業支援
- 高齢者就業支援センターによる就業相談・カウンセリング、求人情報の提供、セミナー開催
- 老人クラブの活動促進（友愛訪問活動や健康づくり、生きがいづくりの推進）
- 高齢者が主体となった多様なボランティア活動や地域活動などを通じた社会参加の支援
- 市民センターや生涯学習センター等における多様な活動・生涯学習の促進（再掲）
- ボランティア活動の促進（ボランティア大学校等における人材育成と、ボランティア・市民活動センターにおける活動促進の連携強化）
- 社会参加に関する情報提供の強化  
（いきがい活動ステーションとボランティア・市民活動センター等の連携強化）
- インフラサポーター（道路・河川・公園の環境美化ボランティア）の活動支援

《成果指標》

| 指標                              | 現状<br>(令和4年度) | 目標<br>(令和8年度) | 出典等                |
|---------------------------------|---------------|---------------|--------------------|
| 過去1年間に地域活動等に「ボランティア活動に参加した」人の割合 | 8.8%          | 増加            | 高齢者実態調査<br>(一般高齢者) |

【達成目標】

| 指標                 | 現状<br>(令和4年度) | 目標<br>(令和8年度)    | 出典等               | ※<br>地域包括<br>ケアシステム |
|--------------------|---------------|------------------|-------------------|---------------------|
| 高齢者就業支援センター就職決定者数  | 1,161人        | 1,250人<br>(毎年度)  | 高齢者就業支援センター調べ     | 2                   |
| 高齢者就業支援センター延べ利用者数  | 8,644人        | 10,000人<br>(毎年度) | 高齢者就業支援センター調べ     | 2                   |
| ボランティアコーディネート件数    | 4,386件        | 5,000件           | ボランティア・市民活動センター調べ | 2                   |
| 社会福祉ボランティア大学校の受講者数 | 1,853人        | 3,000人           | 社会福祉ボランティア大学校調べ   | 2                   |

※第3章3「地域包括ケアシステム構築状況と今後の方向性について」の該当項目

## 施策2 生涯を通じた健康づくり・介護予防

- 高齢となってもできるだけ長く健康で、充実した生活を送ることができるよう、その土台となる健康づくり・介護予防に関する正しい知識を普及・啓発するとともに、意識の醸成を図ります。
- コロナ禍により、地域の通いの場などへの参加が減少傾向にあるため、再び、健康づくり・介護予防活動が活性化されるよう、身近な場所で、一人ひとりの状態に応じて自主的に活動を行う機会の充実を図り、多方面の視点から健康寿命の延伸に向けて効果的な取組を強化します。
- 住み慣れた地域で、できる限り長く自立して暮らせるよう、生活習慣病等の重症化を予防し、疾病の早期発見・早期治療につながる環境づくりを進めます。

### 1 健康寿命延伸を目指した健康づくり・介護予防の促進

#### 【施策の方向性】

高齢者自らが自身の健康を維持・向上するため、健康づくり・介護予防の必要性を理解して、健康意識を高めるとともに、正しい知識・方法を習得できるよう、機会の充実を図ります。

一方で、高齢期の健康や生活の状態は、それまでの生活習慣などが大きく影響することから、若い頃からの健康づくりの取組を推進し、普及・啓発を進めます。

また、生活習慣病等の重症化を防ぐ取組と、運動機能や口腔機能の向上、低栄養改善、社会参加といったフレイル対策の取組を効果的・一体的に実施します。

特に高齢者にとって低栄養（栄養素が不足した状態）が続くと、体力・筋肉量・免疫力の低下など全身のフレイルに繋がります。フレイルの入り口と言われる低栄養を防ぐため、多彩な食品の取り方など具体的な取組方を多くの市民に啓発します。

さらに、重症化を予防する取組として、福岡県等と連携し、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の接続による切れ目のない支援や、健診・医療・介護のデータの分析による、効果的・効率的な保健事業の展開、特定健診・後期高齢者健診等や生活習慣病の受診勧奨、早期発見・早期治療、治療継続への支援を進めます。

#### 【主な具体的取組】

- 健康づくりや介護予防に関する知識等の普及啓発（講演会や講座等の実施）
- 通いの場における健康づくりの強化（専門職による健康教育・保健指導や地域での取組みの支援）
- 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の推進（国民健康保険と後期高齢者医療制度を接続させた効果的な保健指導や介護予防事業の実施）
- 生活習慣病予防の取組強化（健診受診者に対する専門職のアプローチ支援）
- 低栄養予防の取組み（体験を通じた栄養知識の啓発）
- 歯科口腔保健の推進（歯科疾患の予防・重症化予防、口腔機能の維持・向上）
- 自立支援・重症化予防の取組み（健診・医療・介護データを活用した保健事業の実施、がん検診の受診促進、骨粗しょう症検診の実施、介護予防支援・介護予防ケアマネジメント）

## 《成果指標》

| 指標                                      | 現状<br>(令和4年度) | 目標<br>(令和8年度) | 出典等                 |
|---|---------------|---------------|---------------------|
| 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」と回答した高齢者の割合 | 59.6%         | 63%           | 高齢者等実態調査<br>(一般高齢者) |

## 【達成目標】

| 指標                 | 現状<br>(令和4年度) | 目標<br>(令和8年度) | 出典等                             | ※<br>地域包括<br>ケアシステム |
|--------------------|---------------|---------------|---------------------------------|---------------------|
| 健康づくり・介護予防教室の参加者数  | 3,124人        | 増加            | 実績                              | 2                   |
| 後期高齢者健診受診率         | 13.5%         | 増加            | 福岡県後期高齢者医療広域連合データ               | 2                   |
| 後期高齢者歯科健診受診率       | 8.1%          | 増加            | 福岡県後期高齢者医療広域連合データ               | 2                   |
| 運動機能の低下リスクがある人の割合  | 40.2%         | 38%           | 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査<br>(一般・要支援高齢者) | 2                   |
| 咀嚼機能の低下リスクがある人の割合  | 45.2%         | 43%           | 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査<br>(一般・要支援高齢者) | 2                   |
| 低栄養のリスクがある人の割合     | 9.4%          | 9%            | 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査<br>(一般・要支援高齢者) | 2                   |
| かかりつけ歯科医を決めている人の割合 | 77.9%         | 80%           | 高齢者等実態調査<br>(一般高齢者)             | 2                   |
|                    | 73.6%         | 80%           | 高齢者等実態調査<br>(在宅高齢者)             |                     |

※第3章3「地域包括ケアシステム構築状況と今後の方向性について」の該当項目

## 2 地域で主体的・継続的に取り組める仕組みづくり

### 【施策の方向性】

主体的・継続的な健康づくり・介護予防の取組を気軽にかつ効果的に行えるよう、市民センターや公園などの身近な場所を活用し、地域との協働による健康づくり・介護予防活動をリードする人材の養成や、専門職によるアウトリーチ等の活動を積極的に支援します。

また、このような健康づくり等を通じた、人と人とのふれあいの居場所づくりは、高齢者に限らず、多世代交流や地域ネットワークの強化につながるため、身近な地域における活動の場の充実を図ります。

### 【主な具体的取組】

- 地域で Go!Go!健康づくり
- 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）
- 健康づくり推進員・食生活改善推進員・介護予防普及員など、健康づくり・介護予防活動を担う人材の育成や活動の支援
- 介護予防・自立支援のための総合プログラムの実施や専門職による活動支援
- リハビリテーション専門職の地域派遣（再掲）

### 《成果指標》

| 指標                    | 現状<br>(令和4年度) | 目標<br>(令和8年度) | 出典等                             |
|-----------------------|---------------|---------------|---------------------------------|
| 介護予防のための通いの場に参加した人の割合 | 19.3%         | 23%           | 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査<br>(一般・要支援高齢者) |

### 【達成目標】

| 指標                            | 現状<br>(令和4年度) | 目標<br>(令和8年度) | 出典等 | ※<br>地域包括<br>ケアシステム |
|-------------------------------|---------------|---------------|-----|---------------------|
| 健康づくり推進員の活動への参加者数             | 260,576人      | 増加            | 実績  | 2                   |
| 介護予防リーダー(普及員)の登録者数            | 991人          | 増加            | 実績  | 2                   |
| 介護予防・健康づくり教室の参加者数             | 3,124名        | 増加            | 実績  | 2                   |
| 通いの場等への専門職の関与回数               | 703回          | 増加            | 実績  | 2                   |
| 食生活改善推進員が実施する「ふれあい昼食交流会」の参加者数 | 18,278人       | 増加            | 実績  | 2                   |

※第3章3「地域包括ケアシステム構築状況と今後の方向性について」の該当項目

※介護予防・日常生活総合事業のイメージ図挿入予定