

北九州市 しあわせ 長寿プラン

～幸福長寿モデル都市を目指して～

令和6(2024)年度～令和8(2026)年度

老人福祉計画

第9期介護保険事業計画

認知症施策推進計画

成年後見制度利用促進計画

・概要版・



北九州市だからこそ 実感できる、長寿の幸せ

全国的に超高齢社会が到来する中、
それを上回るスピードで高齢化が進む**北九州市**。

元気な方も、介護が必要な方も、高齢者の皆様が
長寿であることを幸せと感じられる
北九州市をつくりたいという想いで策定した
「しあわせ長寿プラン」。

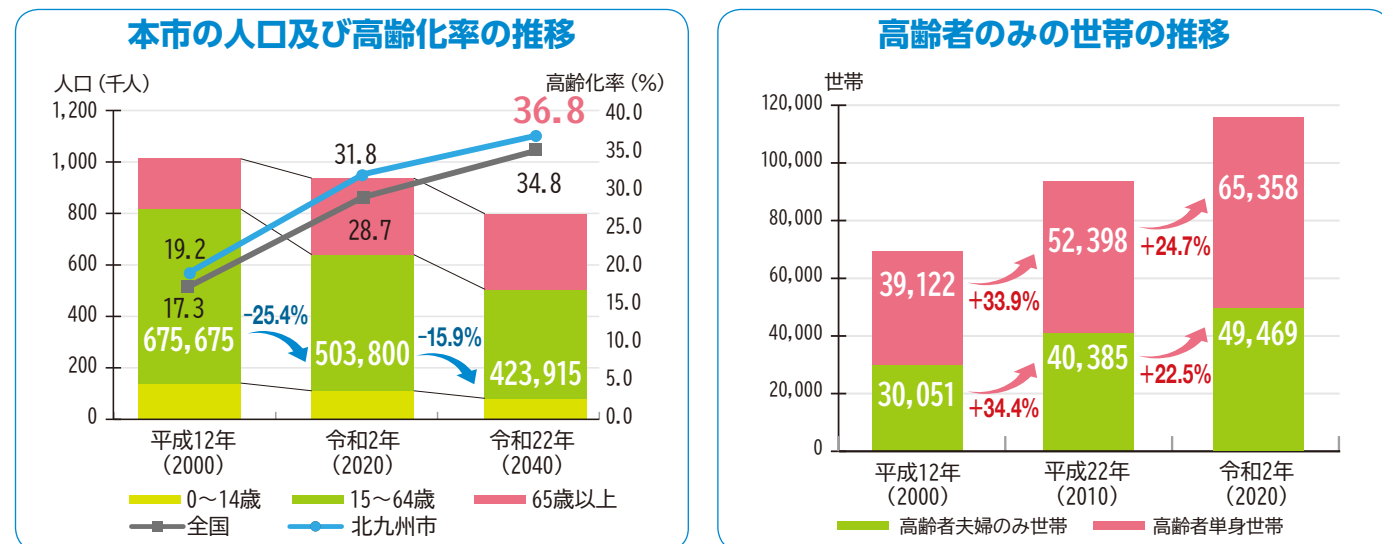
北九州市は、より多くの市民、事業者・関係者の
皆様とプランが目指す将来像や目標を共有し、
一丸となって取り組みます。



1 北九州市の高齢者を取り巻く状況

課題1 さらなる高齢化と生産年齢人口の減少

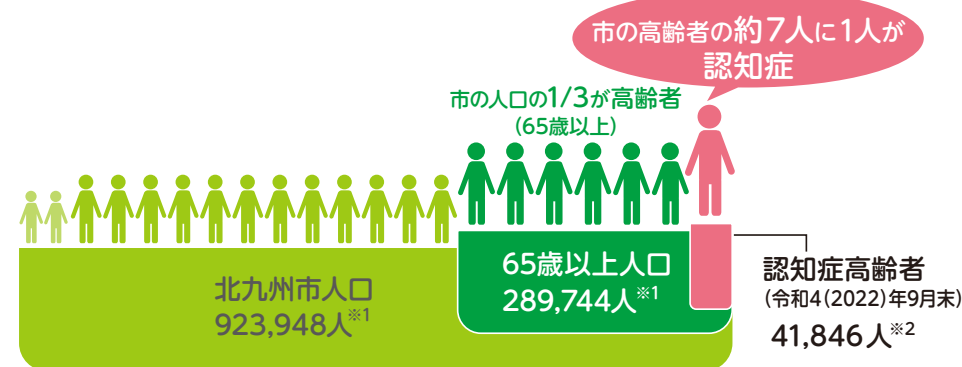
北九州市の高齢化率は、全国よりも高い水準で推移しており、人口の約3人に1人が高齢者で、高齢者単身世帯数、高齢者夫婦のみの世帯数も増加しています。生産年齢人口（15～64歳）の減少により、高齢化率はさらに上昇していくことが見込まれます。



【出所】総務省「国勢調査」(各年10月1日現在) ※年齢不詳者は年齢区分別人口に含まない
令和22(2040)年は国立社会保障・人口問題研究所、北九州市：「日本の地域別将来推計人口(令和5(2023)年推計)」
全国：「日本の将来推計人口(令和5(2023)年推計)」のうち出生・死亡ともに中位の推計

課題2 認知症高齢者数の状況

65歳以上の高齢者に占める認知症高齢者数は約4万2千人と推計されており、これは高齢者の7人に1人の割合で認知症の症状が見られることになります。



【出所】北九州市
※1 住民基本台帳 令和5(2023)年3月31日
※2 認知症高齢者：要介護認定において、認知症自立度Ⅱ以上と判定された人(65歳以上)

課題3 社会保障給付費の状況

国民健康保険制度の被保険者1人当たりの医療費や介護サービス等費用は増加傾向です。高齢化率のさらなる進行に加え、生産年齢人口(15～64歳)の減少が予測されるため、社会保障制度等の需給バランスの維持が危機的状況になる可能性が危惧されます。

	国民健康保険 (一人当たり年齢調整後医療費)	介護サービス等費用
令和3年度	428千円	976億円
令和元年度	410千円	948億円
平成29年度	395千円	888億円

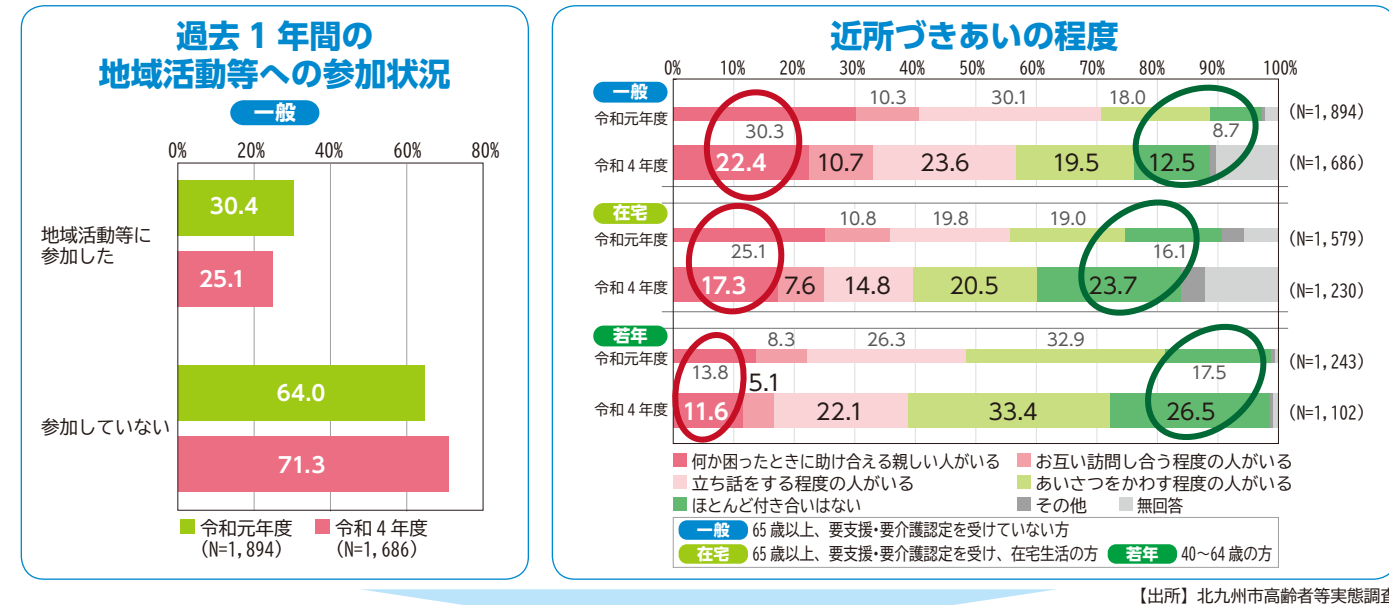
※ 令和3年度は令和元年度比+4.4%、令和元年度は平成29年度比+3.8%の増加、介護サービス等費用は令和3年度比+3.0%、令和元年度比+6.8%の増加が見込まれる。

【出所】国民健康保険制度の被保険者一人当たり年齢調整後医療費：医療費の地域差分析(厚生労働省)
介護サービス等費用：北九州市



課題4 高齢者の地域とのつながりの状況

「地域活動等」への参加率は減少傾向にあり、親しい付き合いのある人の減少・ほとんど付き合いのない人の増加の結果から「近所づきあい」も希薄化していることが伺え、地域における互助機能の低下が懸念されます。



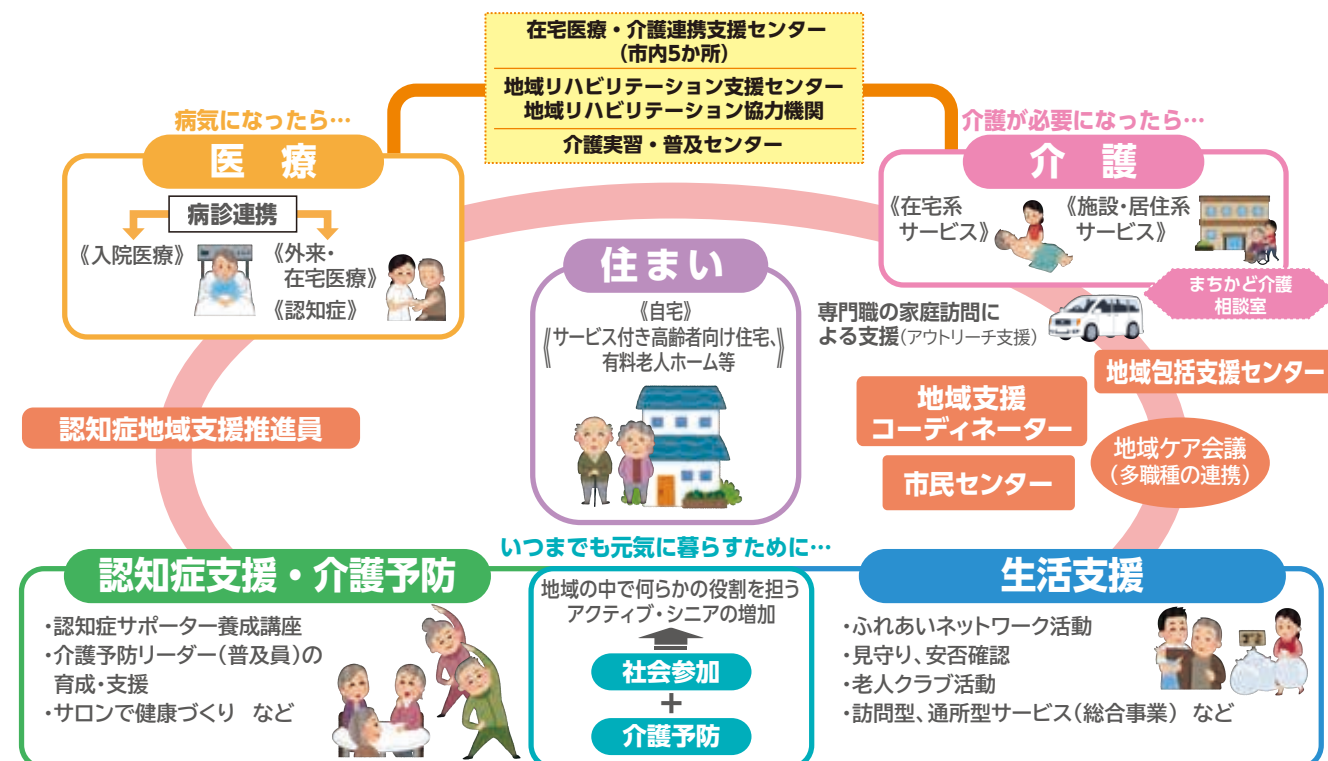
【課題を踏まえた、求められる高齢者施策の方向性】

- できる限り長く健康で「支える側」の活躍を応援
- 地域みんながつながり・支えあう仕組みの推進
- 認知症への理解促進
- 在宅医療・介護連携の推進
- 介護人材の確保と質の向上

「北九州市しあわせ長寿プラン」(P3～)

本プランは地域包括ケアシステムの視点が基盤
〈地域包括ケアシステム〉

重度の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仕組み



※北九州市の地域包括ケアシステムにおける主な構成要素…「医療」「介護」「生活支援」「認知症支援・介護予防」「住まい」

2 北九州市しあわせ長寿プラン ～ビジョンや目標・施策の方向性など～

人生100年時代を迎える中、本計画の目指す将来像「ビジョン」を定め、北九州市だからこそ感じることができる、幸福長寿モデル都市を目指すため、「健康長寿」「地域共生社会」「安全・安心・自己決定」の3つを目標として施策を進めます。

3つの目標

施策の方向性

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

最終目標 幸福感の高い高齢者の割合 令和8(2026)年度目標 55%

主な取組み

1 目指そう 活力ある100年

健康長寿

社会参加(介護予防、生活支援)*

活力ある100年を目指して、心豊かな時間を過ごすために、人や地域とつながりながら社会参加を続けるとともに、効果的な健康づくり・介護予防などを通じて健康長寿のまちづくりに取り組みます。



- 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
- 生涯を通じた健康づくり・介護予防

シニアの就業を支援



シニアと企業の出会いの場

ボランティアによる社会参加



シルバーひまわりサービス

通いの場における健康づくりの強化



サロンで健康づくり

2 人情息づく 支えあいのまち

地域共生社会

認知症支援* 生活支援*

北九州市ならではの人のつながりの資源に加え、地域住民や団体がそれぞれの強みを活かせる新たなコミュニティづくりの支援を進め、人と人との顔が見えるつながりが日々の幸せや安心を生む地域共生社会づくりを進めます。



- 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
- 認知症にやさしいまちづくり
(北九州市認知症施策推進計画
(北九州市オレンジプラン))
- 尊厳のある自分らしい暮らしを守る権利擁護の推進
(北九州市成年後見制度利用促進計画を含む)
- 介護者(ケアラー)のサポート

認知症の理解の増進と共生の推進



子ども認知症サポーターの養成講座



オレンジリング
(認知症サポーターの証)



「認知症サポーターキャラバン」の
マスコットキャラクター ロバ隊長

見守り・支えあいのネットワークづくり

いのちをつなぐネットワーク
～地域で「見つける・つなげる・見守る」～



3 選べる自由が 感じられる多彩なケア

安全・安心・自己決定

住まい* 介護* 医療* 生活支援*

介護が必要な状態になっても、本人の意志が尊重され、人生の最終段階まで住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、自身で選べる多彩なケアを提供し、安全・安心・自己決定できるまちづくりに取り組みます。



- 不安を安心へ
- 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
- 安全・安心に暮らし続けられる環境づくり

介護の人材確保、質の向上



在宅医療・介護連携の強化と ACP(人生会議)の推進



※ACP(人生会議)「人生会議」啓発チラシより一部引用

一人暮らしの高齢者の 安心を支援

合同終活面談会

3 高齢者の皆さんに取り組んでいただきたいこと

北九州市では、皆さんが主体的に取り組んでいただけるよう様々な支援を行っています。
「幸福長寿モデル都市」を目指して、皆さん一緒に取り組んでいきましょう！

1 健康づくり 元気の秘訣は「フレイル予防」 ～フレイル予防のための3つの柱～

低栄養とオーラルフレイルはフレイルの入り口

- ▶ シニア食育講座、食卓相談（栄養相談）
- ▶ 健口（けんこう）ストレッチ講座

【フレイルとは】

加齢に伴い筋力や心身機能が低下した状態のこと。予防により、進行を遅らせたり、再び健康な状態に戻ることが期待できる。オーラルフレイルとは、口の機能の健常な状態と、機能低下した状態との間の状態のこと。

【ロコモとは】

ロコモティブシンドロームのことで、骨、関節、筋肉などの運動器の障害により、「立つ」「歩く」といった移動機能が低下している状態のこと。

栄 養 (食生活、口腔機能)

バランスのよい食事、
しっかり噛んで、
口腔ケアも

健康 管理

(健診受診、血圧チェック、服薬管理など)

運 動

筋トレ、有酸素運動で
ロコモ予防や
体力づくり

社会 参加

仲間づくりや就労、
ボランティア活動などで
社会とつながる

運動で健康寿命延伸

- ▶ サロンで健康づくり
- ▶ 公園で運動教室、きたきゅう体操教室、ひまわり太極拳教室などの介護予防教室
- ▶ 出張介護予防講座

社会参加を続けて、いきいきとした日々を

- ▶ 年長者大学校や市民センター、生涯学習センターなどでの多様な活動・生涯学習
- ▶ 各種ボランティアの情報提供やマッチング
- ▶ 北九州市高齢者就業支援センターなどでの就業支援

2 持続可能な地域共生社会の実現に向けて

誰もが地域の一員として支えあい、
助けあいにご協力を

- 地域の見守り活動への参加、住民主体の地域交流や居場所づくり
- 認知症への理解
(認知症サポーター養成講座、認知症カフェ)
- 権利擁護の遵守
(成年後見制度の普及啓発、高齢者虐待の防止、消費者被害防止)



3 医療や介護が必要になった時に向けて

将来に備えて、自分で決める
困ったら、すぐに相談を

- エンディングノートの作成など、自分らしいこれからの人生設計「終活」の取組、ACP（人生会議※）
- 困ったときは、地域包括支援センターに早めに相談を（詳しくは7ページへ）

※ ACP（人生会議）とは、もしものときに備えて、自身が望む医療やケアを、周囲の信頼する人や医療・ケアチームと一緒に考え、話し合い、共有すること



4 市民、関係機関・団体、行政に求められる役割

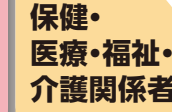
本プランの推進にあたっては、地域社会を構成する各主体がこのプランに基づき、それぞれの役割を担っていくことが求められます。

- 「お互い様」「我が事」の精神で助けあう
- 健康づくりや介護予防（フレイル予防）に取り組む
- 人生会議（ACP）や終活に備える



市民

- 多職種連携に努め、切れ目ないケアの支援を行う
- 質の高いサービスを提供するため、自ら知識や技術の習得を続ける
- 介護ロボット・ICT等の活用などにより、利用者の満足度の向上、職員の待遇改善を図る



保健・医療・福祉・介護関係者

- 従業員が高齢になったり、病気や障害を抱えたり、介護や育児などで離職せずに働き続けられる環境づくりに努める
- 年齢に関係なく、地域活動への参加、認知症への理解などの啓発に努める



企業・NPO等

- 地域包括ケアシステムの深化・推進に向けて取り組む
- 市民や事業者等と一体となって取組みを進めていけるよう、施策の啓発に努める



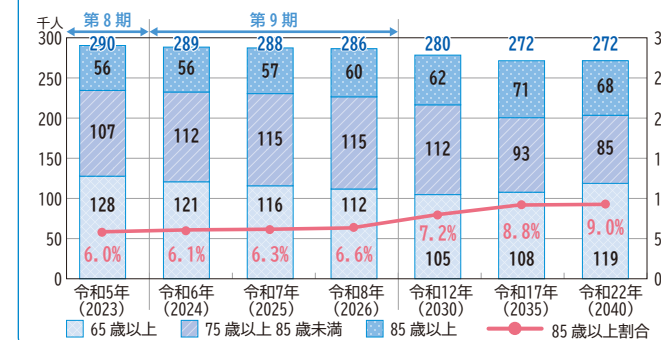
行政

5 介護サービス利用の見込みと保険料等

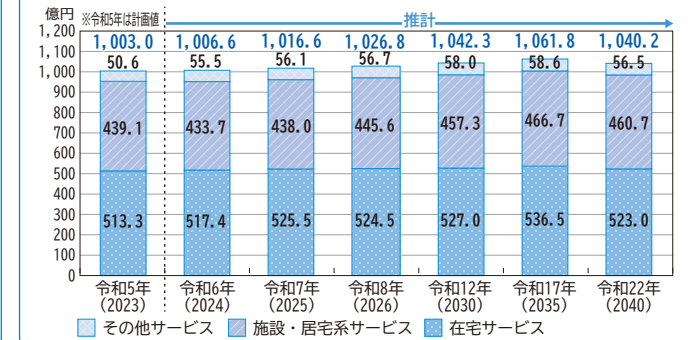
介護サービス利用の見込み等

北九州市では高齢者数が減少する一方、介護サービス給付は今後も増加する見込みです。

第1号被保険者の推移



介護サービス給付の見込み



介護保険料

介護サービスの利用量などの見込みにより算出された「保険給付費」などの費用を基に算出し、保険料額（基準額）を決定しました。

第1号被保険者の第9期介護保険料（基準額） 月額 6,590円

高齢者福祉施設等の整備等

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、本市の実情に応じた介護サービス基盤の整備を目指し、介護付有料老人ホームやグループホーム等の整備を推進します。

介護給付等に要する費用の適正化事業

介護給付等の適正化のため、要介護者にとって過不足のないサービスを、介護サービス事業者が適切に提供するように促す必要があります。そのため、ケアプランの検証・チェックや縦覧点検・医療情報との突合に取り組めます。

介護人材の確保・定着

今後も、質の高い介護サービスを提供する体制を維持するためには、多様な人材の参入促進など、総合的な介護人材確保の対策が必要です。そのため、介護職のしごとの魅力発信や外国人介護人材の定着促進等に取り組めます。

地域包括支援センター

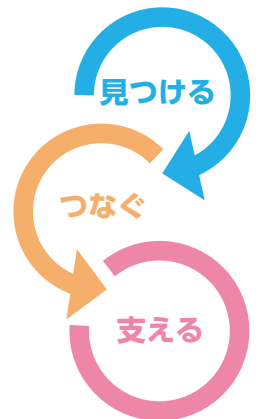
高齢者と介護者のための保健・医療・福祉・介護の「総合相談窓口」



困ったときは
一人で抱えず、
ご相談ください！

相談内容の例

- 最近つまずきやすくなってきた
- 一人暮らしの今後が心配
- お金の管理に自信がない
- 配偶者の「もの忘れ」が気になる
- 介護に疲れてきた など



- 介護予防及び生活支援サービスが適切に実施されるよう援助します。
- 高齢者と介護者に関わる様々な相談ごとに応じます。
- 地域で安心して尊厳のある生活ができるよう、権利侵害・虐待の予防や対応等を行います。
- 暮らしやすい地域となるように、関係者との連携構築やケアマネジャーの支援をします。

家族介護支援

家族介護者が抱える悩みは多岐に渡ります。地域包括支援センターは、高齢者だけでなく、介護している人やその家族からの相談も受け付けています。相談内容に応じて、関係機関、専門職等と協働して、家族介護者を支援します。

相談受付場所 各区役所・出張所の「地域包括支援センター」の窓口へご相談ください
(東谷出張所を除く)

相談受付時間 月～金曜日 8時30分～17時(祝・休日、年末年始は休み)
※ただし、緊急の場合のみ受付時間外でも電話対応します。



連絡先等詳しくはこちら！

まちかど介護相談室

身近で気軽に介護の相談ができます。

市内の介護施設約60カ所に、介護の相談窓口「まちかど介護相談室」を開設

※(公社)北九州高齢者福祉事業協会の会員施設

相談内容の例

- ・ 介護保険でどんなサービスが受けられるのか
- ・ 高齢者の施設について教えてほしい など

※施設一覧は各区役所内の地域包括支援センターや市ホームページでも確認できます。
場所、日程等は各施設にお尋ねください。



詳しくはこちら！



認知症・介護家族コールセンター

認知症について、ご相談ください。

- 認知症のご本人や認知症が心配な方、また、高齢者を介護しているご家族等が抱える不安や悩みなどを、介護の経験者が電話相談に応じます。
- 希望者は面接による相談(要事前予約)も行っています。



お問い合わせ

0120-142-786
または TEL.093-522-0150

相談受付時間 火～土曜日 10時～15時
(祝・休日、年末年始は休み)

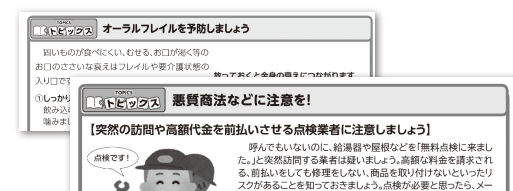


詳しくはこちら！

「北九州市しあわせ長寿プラン」 全体版のご案内

グラフや図解、
トピックスやコラム等多数掲載！

北九州市ホームページから閲覧できますので、ぜひ二次元コードから、
ご覧ください。



詳しくはこちら！