

第 32 回横須賀市社会福祉審議会  
高齢福祉専門分科会 資料1  
(令和8年6月 11 日)

## 第4章 施策の展開

方針1 1 健康づくり・介護予防の推進

方針2 2 生きがいづくり・社会参加支援

3 支え合い活動への支援

方針3 4 在宅生活の継続支援

5 包括的な相談支援の充実

6 尊厳の保持・権利擁護の推進

7 医療・介護の連携の推進

8 災害等に対する支援

方針4 9 認知症に対する理解の促進

10 認知症当事者と家族への支援

方針5 11 介護保険の状況

12 介護給付適正化の推進

13 介護人材の確保・定着支援と業務の効率化

14 介護保険事業の見込み

## 方針1 それぞれの状態に応じた健康づくり

### 現状

横須賀市では現在、要支援1・2の認定を受けている人の数が急激に増加しています。要支援認定を受け、身体状況が変化すると、生活の状況にも変化が生じます。

令和7年度に実施した「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」及び「横須賀市 高齢者の生活状況調査」によると、何の認定も受けていない人(以下「自立の人」といいます。)の約95%が少なくとも週1回以上は外出しており、約4割は週5回以上外出しています。一方で、事業対象者や要支援の認定を受けている人(以下「要支援認定者等」といいます。)は、1~2割がほとんど外出していません。特に、親しい人に会う・趣味やスポーツ活動を行うなど「楽しみ」を目的とした外出が減っています。背景には、足腰の痛みや体力の衰え、転倒の不安、それに伴う外出意欲の低下など、心身双方の課題があると考えられます。

自立の人であっても、年齢が高くなるにつれて、口腔機能・運動機能・認知機能の低下等により、健康不安が増加する傾向にあります。現在の健康状態について、要支援認定者等の約5割が「あまりよくない」「よくない」と回答していますが、自立の人でも2割弱がそのように回答しており、年齢が上がるにつれて、その割合は上がっています。また、認定があってもなくても、85%以上の人は何らかの治療中または後遺症のある病気があると回答しています。

### 課題

高齢者は複数の慢性疾患に加えて、低栄養や、口腔機能、運動機能、認知機能等が低下したフレイル状態になりやすい傾向があります。

体力が衰えてこれまでと同じことができなくなった結果、自信を失って活動量が減ってしまい、余計に体力が衰え、出来ることがますます減ってしまいます。このような悪循環に陥らないためには、フレイルの進行に早い段階で気づいて対応することが必要です。

また本市では、健康を「病気の有無にかかわらず自分らしくいられる、心身及び社会的に良好な状態」と健康推進プランよこすかにおいて定義しています。

年齢が上がるにつれて、否応なしに身体状況は変化します。しかし「いくつになっても自分らしく幸せに生きる」ためには、「自分の健康は自分で守る」という意識を持ち、健康づくり・介護予防活動を日常の生活において取り組み、健康寿命の延伸を自らが目指すことが重要です。

このためには、正しい知識の普及啓発や疾病の早期発見・重症化防止施策、介護予防に取り組みやすい環境づくりを行うほかに、高齢者自身が自らの力で健康を管理していく「セルフマネジメント」のサポートに力を入れる必要があります。

### 目指す姿

- ◆ 高齢者本人が意識して【健康寿命の延伸・自立】を目指し、重度化防止や状態改善に主体的に取り組んでいる
- ◆ 年齢を重ねても趣味や人との交流など、これまで楽しんでいたことを続けることができる
- ◆ 身体機能が低下しても、専門職等の支援を受け、安心して維持・改善に取り組み、充実した生活を送ることができる

成果指標

No.	項目	現状 令和7年度 (2025年度)	中間目標 令和10年度 (2028年度)	成果目標 令和13年度 (2031年度)
1	趣味の活動や町内会・自治会活動、仕事など何らかの社会活動に月1回以上参加している人の割合	59.1%	60.1%	61.1%
2	健康を維持するために「ウォーキング・ラジオ体操」などを行っている人の割合	54.4%	58.2%	62.0%
3	健康を維持するために「食事」に気を付けている人の割合	66.2%	67.7%	70.0%
4	オーラルフレイルの認知度	48.1%	49.3%	50.5%
5	オーラルフレイルの非該当率	61.6%※1	62.8%	64.0%
6	健康を維持するために定期的に健康診査を受診している人の割合	62.1%	64.0%	64.0%
7	要介護2～5の認定者数	11,811人	推計値より少ない値	推計値より少ない値
8	短期集中予防サービス終了の1年後に状態を維持または改善している人の割合	-	80.0%	80.0%

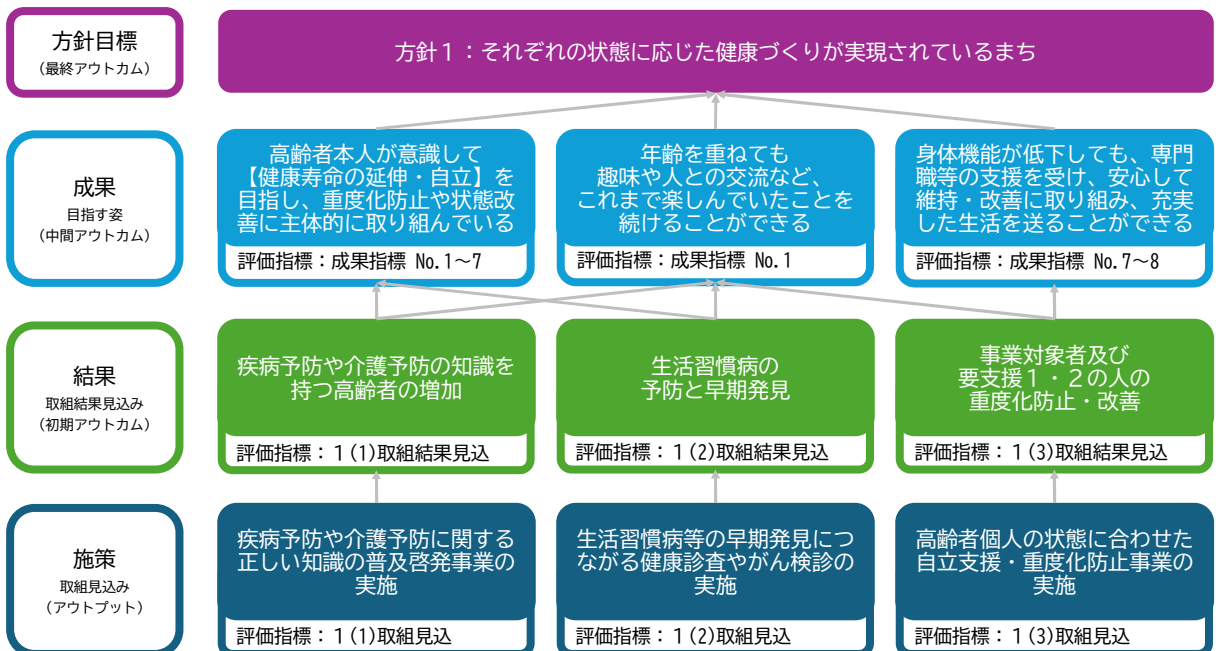
資料……1～6:介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 7:介護保険事業状況報告(9月) 8:計画進捗管理資料

※1……介護予防・日常圏域ニーズ調査の結果を用いてオーラルフレイル簡易チェックを行った結果

ただし、調査にない滑舌についての項目を除いて集計したもののなので、実際にはこれより低い可能性がある

主な取り組み

- ◆ 疾病予防や介護予防に関する正しい知識の普及啓発事業の実施
- ◆ 生活習慣病等の早期発見につながる健康診査やがん検診の実施
- ◆ 高齢者個人の状態に合わせた自立支援・重度化防止事業の実施



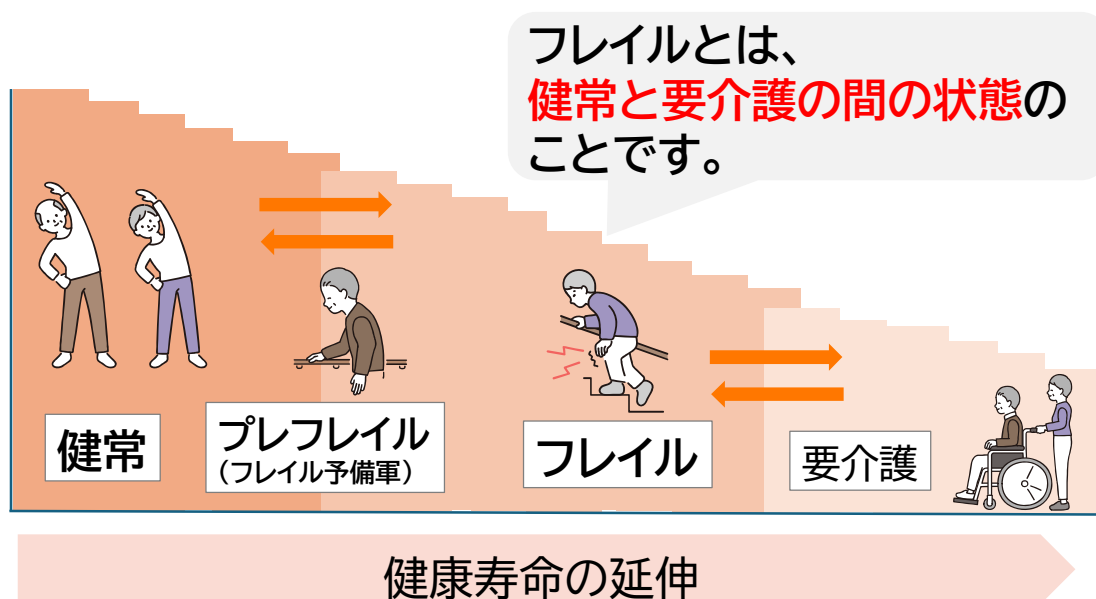
# 1 健康づくり・介護予防の推進

## (1) フレイルの早期発見と対策

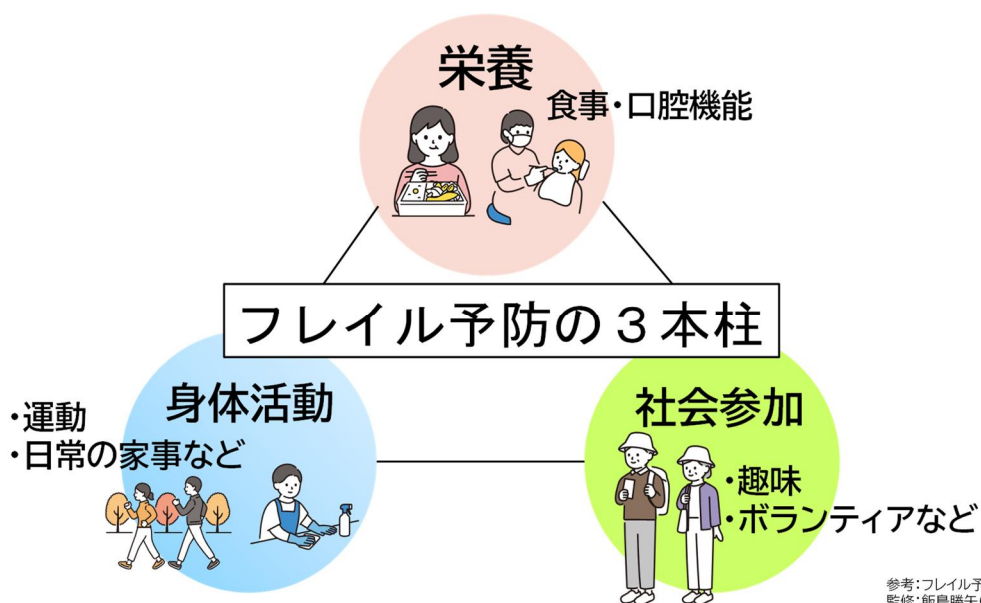
### ① 介護予防・フレイル予防の普及啓発の推進

フレイルとは、加齢に伴い、心身の活力(筋力)、認知機能、社会とのつながりなどが低下した状態のことをいいます。多くの人が健康な状態から、このフレイルの段階を経て、要介護状態になると考えられています。

【フレイルのイメージ図】



参考:フレイル予防ハンドブック  
監修:飯島勝矢(東京大学高齢社会総合研究機構)



参考:フレイル予防ハンドブック  
監修:飯島勝矢(東京大学高齢社会総合研究機構)

オーラルフレイルは、歯の喪失や食べること、話すことに代表されるさまざまな機能の「軽微な衰え」が重なり、口の機能低下の危険性が増している状態ですが、早期に気づいて対応をすれば改善も可能な状態です。オーラルフレイルを見過ごしていると、やがて食欲低下、心身の機能低下にまでつながり、要介護状態になる可能性もあると考えられています。令和7年度に実施した介護予防・日常圏域ニーズ調査の結果を、オーラルフレイルのチェック項目(OF-5)と照らし合わせると、オーラルフレイルの該当者は38.4%となっています。定期的な歯科健診や適切な義歯の装着、口腔体操で筋肉を鍛えるなど、オーラルフレイルの進行を遅らせたり、予防したり、改善する取組が重要です。

★ **オーラルフレイル概念図** 一般市民向け



○オーラルフレイル簡単チェック(OF-5)

質問	当てはまる方に○をつけてください	
	該当	非該当
自身の歯は、何本ありますか？ (さし歯や金属をかぶせた歯は、自分の歯として数えます。インプラントは、自分の歯として数えません。)	0～19本	20本以上
半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？	はい	いいえ
お茶や汁物等でむせることがありますか？	はい	いいえ
口の渇きが気になりますか？	はい	いいえ
普段の会話で、言葉をはっきりと発音できないことがありますか？	はい	いいえ

5つの項目のうち、「該当」が2つ以上あるとオーラルフレイルです。

概念図及びチェックリストの引用元：<https://www.gerodontology.jp/committee/002370.shtml>  
(参考文献)オーラルフレイルに関する3学会合同ステートメント

いつまでも自分らしく元気に過ごすためには、フレイル(心身の衰え)やオーラルフレイル(口腔機能の衰え)の兆候にいち早く「気づく」ことが何より大切です。衰えは、自覚症状がないまま進行することもあります。現在実施している教室は普及啓発において一定の役割を果たしていますが、今後はリスクの高い方や、予防の必要性をまだ感じていない方に対して、より個別的な支援が必要です。そのため、現在実施している「フレイルサポート教室」の内容を充実するとともに、オーラルフレイル予防教室のフォローアップも兼ねて、個々の状況に応じた具体的な指導を行います。さらに、ヘルスケアデータシステムを最大限に活用し、将来的に要介護状態へ移行するリスクが高い方を把握します。把握した対象者に対しては、個別に介護予防教室への参加案内を行い、早期からの支援を強化します。

一人ひとりに寄り添った働きかけを通じて、介護予防への意欲を高め、必要な支援へ円滑につなげることで、誰もが健康で自立した生活を長く送れるよう、健康寿命の延伸を目指します。

**取組見込み**

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
フレイルチェック教室(1コース2日間)	10コース	10コース	10コース
オーラルフレイル予防教室(1コース2日間)	10コース	10コース	10コース
フレイルサポート教室(1コース3日間)	2コース	2コース	2コース
低栄養改善教室(1回)	8回	8回	8回
運動機能改善教室(1コース4日間)	8コース	8コース	8コース
認知症予防教室(1コース4日間)	8コース	8コース	8コース
認知症機能評価(ファイブコグ検査) (1コース2日間)	2コース	2コース	2コース

**取組結果見込み**

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
フレイルチェック教室 参加者数	250人	250人	250人
オーラルフレイル予防教室 参加者数	180人	180人	180人
フレイルサポート教室 参加者数	50人	50人	50人
低栄養改善教室 参加者数	200人	200人	200人
運動機能改善教室 参加者数	240人	240人	240人
認知症予防教室 参加者数	240人	240人	240人
認知機能評価(ファイブコグ検査) 参加者数	60人	60人	60人

② 多様な手法を用いた介護予防の推進

65歳以上の全ての高齢者を対象に、リーフレットやWEB等を活用して、介護予防に関する知識の普及及び啓発を図ります。

併せて、地域の団体等に向けて介護予防啓発DVDの貸し出しを行い、動画等を活用した活動が継続できるよう支援していきます。

これらの取り組みをさらに強化するため、「まちなか元気プログラム」を実施します。本プログラムは、要介護状態の有無に関わらず、動画配信システムを活用し、身近な場所で気軽に運動や脳トレ、交流を通じたフレイル予防活動を可能にするものです。これにより、高齢者の社会参加を促進するだけでなく、世代間交流する場を設けることで、地域全体の健康維持に貢献します。



【介護予防 DVD】



【WEB 介護予防教室】

チラシ出来上がりが6月中旬予定

【まちなか元気プログラム】

取組見込み

項目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
まちなか元気プログラム実施会場数	40 か所	50 か所	60 か所

取組結果見込み

項目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
まちなか元気プログラム実施参加者数	480 人	600 人	720 人

③ 後期高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施(ポピュレーションアプローチ)

高齢者には疾病予防(保健事業)と生活機能維持(介護予防)の両面にわたる支援が必要です。健康寿命延伸プランにおいて、令和6年度までに全ての市町村での保健事業と介護予防の一体的実施が位置付けられており、本市においても令和4年度(2022年度)より事業を開始しています。

高齢者の健康維持・介護予防を目指す取組(ポピュレーションアプローチ)として、通いの場に集う高齢者に対し、健康教育や健康相談等を実施し、フレイルに気が付いていない高齢者の気づきを促していきます。

取組見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
対象とする通いの場への普及啓発活動の実施率	100%	100%	100%

(2) 生活習慣病の予防と早期発見・重症化予防

① 各種健康診査の受診率の向上に向けての取組

健康診査は自身の健康状態や、健康に関する知識を得る重要な機会です。

生活習慣病の早期発見に重点を置いた特定健康診査や、後期高齢者健康診査を実施するとともに、その受診率向上に努めます。特定健康診査に関する取組の詳細は、「横須賀市国民健康保険第3期データヘルス計画、第4期特定健康診査等実施計画」に記載しています。

また、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化するという特性等を踏まえ、対象者に対し、骨密度検診を実施するとともに、その受診率向上を図ります。

さらに、がんの早期発見・早期治療のため、各種がん検診を実施します。がん検診に関する取組の詳細は、「横須賀市がん対策推進計画」に記載しています。

取組見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
特定健康診査対象者への案内と特定健康診査受診券の送付率	100%	100%	100%
後期高齢者健康診査対象者への受診勧奨	100%	100%	100%

取組結果見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
特定健康診査受診率	36.0%	37.0%	38.0%
後期高齢者健康診査受診率	24.0%	24.0%	24.0%

② 生活習慣病重症化予防事業の展開

特定健康診査の結果、生活習慣の改善により生活習慣病の予防が期待できる方を対象に管理栄養士等の専門職による特定保健指導を実施しています。また、特定健康診査の結果、医療機関の受診が必要な方に医療機関の受診を勧奨する等の取組も実施しています。

各取組の詳細は、「横須賀市国民健康保険第3期データヘルス計画、第4期特定健康診査等実施計画」に記載しています。

## 取組見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
特定保健指導対象者への利用券の送付率	100%	100%	100%

## 取組結果見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
特定保健指導実施率	18.0%	19.0%	20.0%

## ③ 後期高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施(ハイリスクアプローチ)

後期高齢者を対象に、その健康状態を早期に把握し、個別の状況に応じた保健指導・介護予防支援を一体的に実施しています。後期高齢者健康診査の結果や医療情報等のデータに基づき、健康状態が悪化するリスクが高い方を選定します。選定された方々に対しては、医療専門職による訪問や、必要に応じ地域包括支援センターなどの関係機関へつなぎ、重症化予防と生活機能の維持・向上を図り、住み慣れた地域での自立した生活の継続を支援します。

## 取組見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
支援対象者への支援実施率	100%	100%	100%

## ④ 歯と口腔の健康づくりの推進

むし歯や歯周病に代表される歯科疾患は、その発病や進行により、歯の喪失につながるため、食生活や社会生活等に支障をきたします。

また歯周病は、心疾患、誤嚥性肺炎、糖尿病等の様々な疾患や早産等の原因となることが示唆されており、全身の健康に影響を及ぼします。そのため、歯周病が増加する前の若い世代からかかりつけ歯科医をもち、定期的に歯科健診を受けることの重要性を伝えるために歯周病検診を実施します。

## 取組見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
歯周病検診対象者への個別通知	100%	100%	100%

取組結果見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
歯周病検診受診率 ※20,30歳の平均値	9.8%	10.0%	10.2%
歯周病検診受診率 ※40,50歳の平均値	12.3%	12.5%	12.7%
歯周病検診受診率 ※60,70歳の平均値	16.0%	16.3%	16.6%

**(3) 自立支援・重度化防止のための取組**

① 訪問型短期集中予防サービス(訪問型サービス・活動C)の実施

訪問型サービス・活動Cは、「自分で行きたい場所へ、行きたいときに出かけられるようになること」を目的とした、移動を支援するための機能訓練サービスです。このサービスでは、リハビリテーション専門職が利用者の自宅を訪問し、坂道や階段といった外出の妨げとなるものを自分の力で乗り越えられるよう支援します。3か月間、週2回ペースで集中的に機能訓練を行い、外出する自信をつけていくことを目指します。機能訓練期間が終わった後の3か月間は、ご自身で動く力を定着させるためのフォローアップ期間です。訪問リハビリサービスの提供は行いませんが、利用者の要望に応じて相談支援やセルフケアの助言を行います。

② 通所型短期集中予防サービス(通所型サービス・活動C)の実施

通所型サービス・活動Cは、利用者が以前行っていた活動の再開や、新たな社会活動の開始を支援することを目的とした機能訓練サービスです。利用者自身の「どのように生きたいか」という目標設定を支援の軸に据え、運動機能の向上のみならず、改善後の生活を見据えた実践的な訓練を行うことで、主体的な状態改善を図ります。リハビリテーション専門職が配置された通所介護事業所等が実施し、機能訓練と自らの力で健康を管理する「セルフマネジメント」の手法を組み合わせたプログラムを3か月間にわたり提供します。プログラム終了後の3か月間は、利用者の要望に応じて10日に1回のペースで自己管理能力向上のためのフォローアップを実施します。

③ 基準緩和型訪問・通所サービス(訪問型・通所型サービスA)

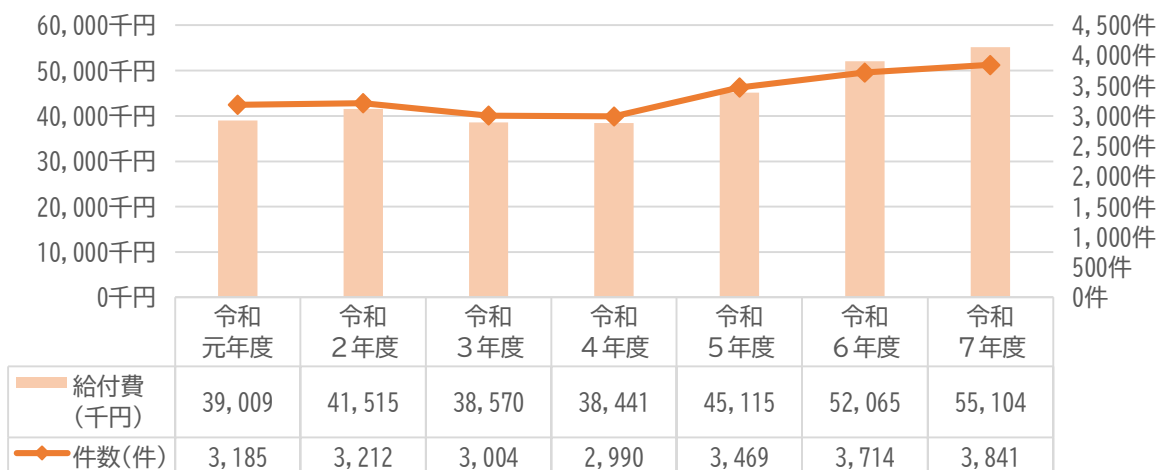
障害福祉事業者が介護予防訪問介護相当サービスと介護予防通所介護相当サービスを提供するにあたり、本市では共生型介護予防訪問相当サービス・共生型介護予防通所相当サービスとして実施しています。

これにより、今まで障害福祉サービスを利用していた方が、65歳以上になったときに引き続き同じ事業所で介護予防訪問介護相当サービスまたは介護予防通所介護相当サービスを受けることができます。

## ④ 介護予防訪問介護相当サービス

事業対象者及び要支援1・2の認定を受けた人に対して、ホームヘルパー(訪問介護員)による掃除、洗濯など利用者が自力では困難な行為について、自立のためのサービスを実施します。要支援認定者等の増加にともないサービス量は増加傾向にあるため、今後のサービス利用量の推移を注視します。(サービス利用量の見込みは、○ページに記載)

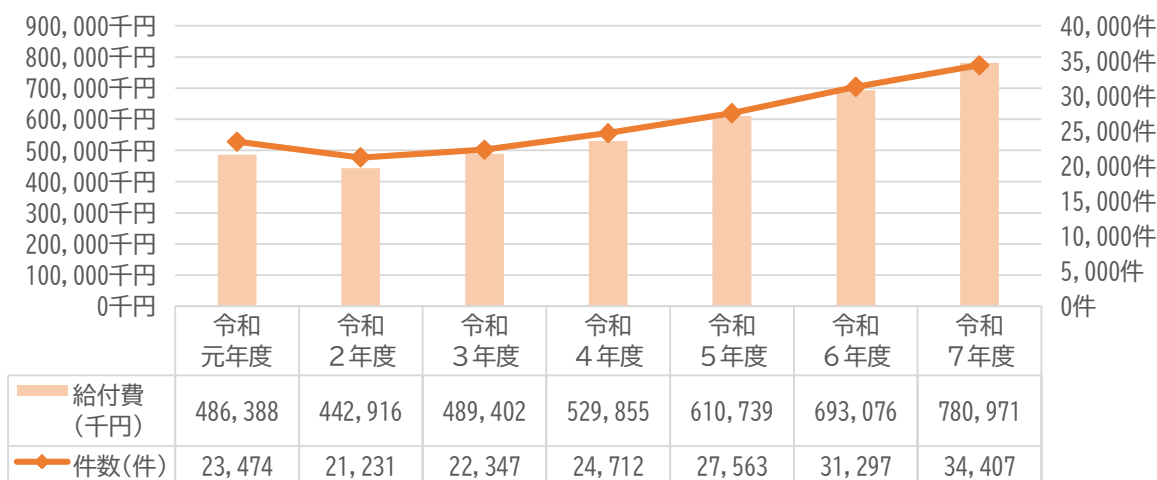
【訪問相当サービスの給付費と件数の推移】



## ⑤ 介護予防通所介護相当サービス

事業対象者及び要支援1・2の認定を受けた人に対して、デイサービス(通所介護)施設において、生活機能向上のための体操や、筋力トレーニングを実施します。要支援認定者等の増加にともないサービス量は増加傾向にあるため、今後のサービス利用量の推移を注視します。(サービス利用量の見込みは、○ページに記載)

【通所相当サービスの給付費と件数の推移】



⑥ 地域リハビリ相談事業(リハビリ職の自宅訪問)の実施

短期集中予防サービスの実施にあたり、利用者の心身機能や生活状況を的確にアセスメントし、身体機能の改善可能性を見立てるためには、リハビリテーション専門職の知見が必要です。そのため、医療機関や介護事業所等からリハビリテーション専門職を派遣し、地域包括支援センターが行うアセスメント訪問に同行して助言を行います。

これにより、短期集中予防サービスを含めた、要支援認定者一人ひとりに適した支援を、専門的かつ効果的に実施していきます。

取組見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
地域リハビリ相談事業実施件数	120	120	120

取組結果見込み

項 目	令和9年度 (2027年度)	令和10年度 (2028年度)	令和11年度 (2029年度)
訪問型及び通所型サービス・活動Cの利用者数	112	112	112

⑦ 自立支援のための住宅改修

要介護・要支援認定を受けた高齢者に対して、自宅内の転倒を防ぐための手すりの取り付けや段差解消など、住宅改修をした時の改修費を支給し、安心して在宅生活を続けられるよう支援します。

(詳細は○ページ「住宅改修費の支給」に記載)

⑧ 自立支援のための福祉用具の貸与及び購入費の支給

要介護・要支援認定を受けた高齢者に対して、福祉用具の貸与及び購入費を支給し、日常生活動作の自立を支援します。

(詳細は○ページ「福祉用具の貸与及び購入費の支給」に記載)

⑨ 自立支援・介護予防のための地域ケア個別会議

この会議は、多様な専門職から直接通所型短期集中予防サービス対象者本人へ助言し、対象者が、自立を意識した主体的な状態改善に取り組み続けることを目指します。

(詳細は○ページ「自立支援・介護予防のための地域ケア個別会議」に記載)