

## 静岡市が目指すべき「健康長寿のまち」の姿

### 基本目標

市民が、できる限り、健康で人生を楽しむことができ、住み慣れた「自宅でずっと」、自分らしく暮らすことができるまちを実現する。

### 施策方針

#### 1 「健康長寿世界一の都市」の実現

市民の健康度を見える化し、健康意識を高めるとともに、家康公の健康長寿の秘訣と言われる「知」[社会参加]、「食」[食事]、「体」[運動]を軸とした取組を進めることにより、市民一人ひとりが自らの健康を意識し、自然に健康長寿を実現できるまちを目指します。[健康寿命75歳を目標(第3次総合計画最終年の平成34(2022)年)]

#### 2 『自宅でずっと』プロジェクトによる静岡型地域包括ケアシステムの構築

本人や家族の希望に応じて、住み慣れた場所、特に自宅でずっと安心して暮らせるまちを実現するため、医療・介護の専門職や地域の市民の連携により、切れ目のない支援体制を身近な小圏域で構築するとともに、市民に積極的に情報発信することで、地域に根差した「静岡型地域包括ケアシステム」の構築を目指します。[自宅看取り率30%を目標(平成37(2025)年)]

⇒ 具体的には、「富士山型」で構成される各分野の取組を進めていきます。

### 本市まちづくりへの効果等

現在においても将来においても元気な高齢者となる方を増やすとともに、必要な方には専門的な支援が受けられるようにすることで、「健康長寿のまち」を実現していきます。

その結果、

- ① どの世代も生き活きと安心して過ごせる魅力的なまちを実現し、
- ② 魅力を高めることにより、急速に進む高齢化や人口減少の流れにも対応し、
- ③ 今後他の都市で深刻化する高齢化や人口減少に対応する、健康長寿のまちづくりのモデルとして全国・世界へ発信していきます。

### 計画期間

平成30～34年度までの5年間

団塊の世代が75歳以上となる平成37(2025)年を見据え、第3次総合計画(平成27～34年度)に基づき事業展開を図ります。

## 計画策定後の対応方針

### 市内外へのPR

本計画及び健康長寿のまちづくり施策について、様々な媒体や手法を活用して積極的・重層的に情報発信し、市民への健康に関する機運醸成や、市外へ健康長寿のまちづくりのモデル発信を行っていきます。

(例) 市広報・パンフレット・テレビ放映動画の活用、専用ウェブサイト開設、講演・出前講座実施等



「まるけあ」QRコード



静岡市健康長寿のまち専用ウェブサイト「まるけあ」

### 計画の進捗状況確認・見直しのスケジュール

本計画は、毎年度取組の進捗状況確認を行い、平成32年度に中間評価・改定、平成34年度に総合評価を行います。

### 今後の検討事項

健康長寿に関する施策体系である「富士山型」のうち、「裾野」については全市民を対象としていますが、「山腹」「山頂」については、高齢者を対象とした静岡型地域包括ケアシステムと位置づけています。

⇒ 今後は、子ども、障がい者、生活困窮者等の多様な市民を一体的に支える仕組みと有機的に結び付け、高齢者への支援に限らない「地域共生社会」の実現を図っていくことも検討していきます。

さらに、健康長寿世界一を目指す静岡市として、世界共通の目標であるSDGs(持続可能な開発目標※)も踏まえて施策を展開していきます。

※本計画についていえば、特に「保健 すべての人に健康と福祉を」の目標が関係

静岡市健康長寿のまちづくり計画  
＜静岡市第8期高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画＞  
平成30年3月発行

発行：静岡市 〒420-8602 静岡市葵区追手町5番1号  
編集：静岡市保健福祉長寿局  
地域包括ケア推進本部 電話054-221-1576 E-mail:chiikikea@city.shizuoka.lg.jp  
健康福祉部健康づくり推進課 電話054-221-1571 E-mail:kenkousuishin@city.shizuoka.lg.jp  
健康福祉部高齢者福祉課 電話054-221-1586 E-mail:koureifukushi@city.shizuoka.lg.jp  
健康福祉部介護保険課 電話054-221-1202 E-mail:kaigohoken@city.shizuoka.lg.jp  
印刷：一般社団法人フリーダム

# 静岡市健康長寿のまちづくり計画

平成30(2018)年度～平成34(2022)年度

## 「健康長寿のまち」に関する計画の策定方針

### 静岡市の特性

- ① 豊かで充実した生活環境
- ② 盛んな地域活動
- ③ 元気な高齢者が多く生活
- ④ 小圏域における多職種による在宅医療・介護連携



### 静岡市の今後の課題

- ① 健康に過ごすための予防・健康づくりへの取組の強化
- ② 人生を楽しむことができる選択肢の充実
- ③ 「自宅でずっと」安心して暮らせる体制の整備

### 特性・課題を踏まえた計画の策定

団塊の世代が75歳となる2025年を見据え、各年齢層に必要な健康づくりや介護予防、さらには体制整備等の対応を、計画的に行うことが急務

⇒ 「健康長寿のまちづくり計画」を策定し、市を挙げて総合的に施策を実施することにより、5大構想に掲げる「健康長寿のまち」を実現していきます。

### 計画策定方針

本計画は、以下の方針で策定しています。

- ① 高齢者のみならず、全世代を通じた健康長寿に向けた対応を図る観点に立つこと
- ② 問題が生じた際に行う支援に加え、問題が発生する前からの未然の対応(予防)を重視する観点に立つこと
- ③ 健康長寿に向け、市民の自主的な取組の促進や地域での支え合い、必要とする方への専門的な支援など、総合的な支援体制の整備を図っていくこと

# 3つの重点プロジェクト(分野横断的なプロジェクト)



## ①「自宅ですつと」プロジェクト (顔の見える小圏域での取組拡大)

「山頂」の在宅医療・介護の専門職連携による支援体制整備、  
「山腹」の小圏域の支え合い体制整備を、すべての小圏域(小学校区程度)で実施

- 在宅医療・介護の連携推進
- 地域で多職種協働を進める場である地域ケア会議の開催
- 地域包括支援センターの機能強化
- 各地域(小学校区程度)を支える生活支援コーディネーターの配置
- 地域の関係者による情報共有、連携・協働の場となる地域づくり会議の開催等

＜地域範囲＞  
市域  
区域  
日常生活圏域(中学校区程度)  
小圏域(小学校区程度)

特に、認知症施策について、医療・介護の提供体制の整備や、生活支援等の地域づくりを推進

## ②健康度等に応じた社会参加促進プロジェクト

それぞれの健康度や希望、ライフスタイルに応じた生涯学習、ボランティア活動、就業等の機会を提供

- 生涯活躍のまち静岡(CCRC)の推進
- 高齢者の社会参加の推進イベント開催(しずおかハッピーシニアライオン事業)

＜健康度に応じた社会参加の姿＞  
要支援高齢者 → 一般的な高齢者 → きわめて元気な高齢者

＜就業へのインセンティブ＞  
市: ボランティア活動  
区: 趣味・稽古事(生涯学習)  
市: 友人・近所付き合い  
国: 通所サービス

特に、就労を希望する高齢者が生涯現役で働き活躍することができる環境を整備

- 高齢者の就労促進に向けて、現状・ニーズの調査・分析、新たな雇用創出分野の検討等

## ③インセンティブ(動機づけ)による意欲向上プロジェクト

努力する市民や事業者が報われ、より一層健康づくりや介護予防等への意欲を促すような取組を実施

- 元氣いきいき!シニアサポーター事業
- 元氣静岡マイレージ事業

＜個人へのインセンティブ＞  
市: ボランティア(介護予防)(元氣いきいき!シニアサポーター事業)  
区: 健康づくり(元氣静岡マイレージ事業)

＜事業者へのインセンティブ＞  
市: 介護予防等(介護報酬改定による対応)  
区: 健康づくり等(国保の保険者努力支援制度)

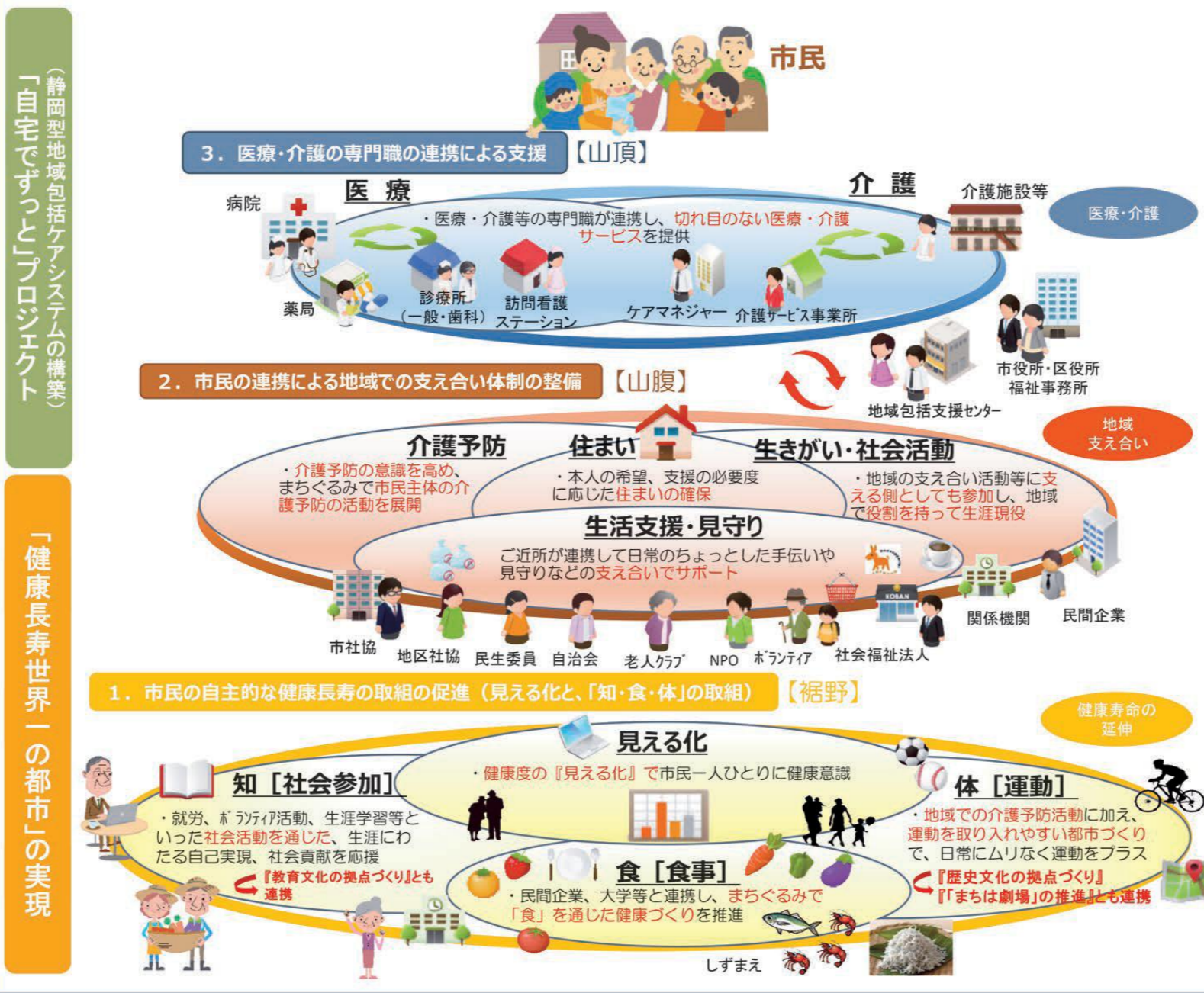
また、国保や介護保険の制度におけるインセンティブの取組に積極的に取り組む

＜自治体へのインセンティブ＞  
国: 介護予防等(介護保険制度の財政的インセンティブ付与)  
市: 健康づくり等(国保の保険者努力支援制度)

# 健康長寿のまちづくりの全体像と主な取組



## 健康長寿のまちづくりの全体像(富士山型)



「富士山型」を総合的に実現するためのモデル実施

生涯活躍のまち静岡 (CCRC) 事業の本格実施  
＜対象モデル地区＞  
駿河共生地区 (駿河区役所周辺)  
葵おまち地区 (葵区中心市街地)

○「裾野」「山腹」の取組を中心として、「山頂」部分も加えた「富士山型」を総合的に実現するためのモデル事業として、生涯活躍のまち静岡 (CCRC) 事業を本格的に実施

⇒ 「生涯活躍」、「健康寿命延伸」、「地域活性化」を達成することにより、「健康長寿のまち」を実現していきます。

## 「裾野」(市民の自主的な健康長寿の取組の促進)

○健康長寿のまちを実現するための大前提として、世代を問わず、市民一人ひとりが健康に対する意識を高め、自主的に健康づくりに取り組むことが不可欠

知(社会参加) 見える化(食[食事]) 体(運動)

○市としては、健康の維持を市民の自己責任に委ねるのではなく、市民の自主性を促すよう取り組むことが重要

○元々健康に関心のある人だけでなく、健康に関心のない人に対しても、「見える化」による健康づくりへの動機づけや、各施策で健康づくりに向けた障壁を取り払うよう工夫

⇒ 市民全体に対して「裾野」のごとく広がりをもって、自らの健康づくりを促進していきます。

＜主な取組＞  
・健康度の見える化(健康年齢の通知、特定健診・がん検診の実施)  
・フレイル予防のための虚弱度チェックの実施  
・高齢者の就労促進(現状・ニーズの調査・分析、新たな雇用創出検討)  
・しずおかからだにeat75)事業等による食育の推進  
・駿府城ラン・アンド・リフレッシュステーションの利用促進



# 実現に向けての成果指標及び目標値

大施策	成果指標名	現状	H32目標値	H34目標値	把握方法
＜裾野＞市民の自主的な健康長寿の取組の推進	現在の健康状態についての認識(各世代別) ※「まよい」、「まあよい」、「ふつ」と回答した者の割合	83.2% (H28) ※20歳以上	現状値より向上	H32値より向上	静岡市調査を活用 ※青年期、壮年期、中年期、前期高齢期、後期高齢期ごとに確認
	がん検診受診率	21.2% (H28)	27.6%	29.6%	静岡市調査を活用 ※市総合計画指標
＜山腹＞市民の連携による地域での支え合い体制の整備	地域活動に参加している高齢者の割合	67.4% (H28)	74.0%	76.0%	静岡市調査を活用 ※市総合計画指標
	地域包括支援センターの認知度	67.1% (H28)	82.0%	90.0%	静岡市調査を活用 ※市総合計画指標
＜山頂＞医療・介護の専門職の連携による支援	医療・介護連携がうまくいっていると感じている専門職の割合 ※「まあまあうまくいっている」と感じている割合	56.5% (H29)	78.5%	84.0%	静岡市調査を活用
	持続可能な介護保険制度の実現	介護保険制度の満足度	71.5% (H28)	88.0%	90.0%

＜アウトカム＞

健康寿命 7.5歳 (H3.4)  
現状: 男71.28歳、女74.63歳 (H22)

自宅看取り率 3.0% (H3.7)  
現状: 14.2% (H28)

＜アウトプット＞  
静岡市による各取組の実施(210)の行動目標

## 「山頂」(医療・介護の専門職の連携による支援)

○静岡県内の二次医療圏の一つである静岡医療圏は、静岡市域のみで構成されており、市として医療・介護連携体制をつくりやすい環境

○本市の特徴を活かした小圏域(小学校区程度)における医療・介護専門職の連携体制の構築も着実に進んでいる状況

○医療と介護は保険制度が異なることや、多職種間の相互理解や情報共有がまだ十分ではないため、地域の医療・介護関係者の協力を得ながら一層の連携体制を構築する必要

⇒ 市民が安心して地域で過ごせるよう、必要なときに「山頂」に登り、身近な地域で専門的な支援が適切に受けられる体制を整備していきます。

＜主な取組＞  
・「自宅ですつと」在宅医療・介護連携の推進  
・在宅医療研修、かかりつけ医認知症対応力向上研修の実施  
・介護人材の確保(介護就業促進・勤務環境改善支援)  
・要介護認定非該当者の末期がんの方への在宅介護支援

## 「山腹」(市民の連携による地域での支え合い体制の整備)

○地域の課題は、その地域に住む住民が最もよく理解しており、それぞれが「支える側」にも「支えられる側」にもなるなど、地域住民同士協力し合うことが重要

○近年増加しているひとり暮らし高齢者世帯に対しても、地域で声かけを行うとともに、希望に応じて地域活動への参加を促すことは、孤立化防止の観点からも重要

○同じ状況に置かれていたり同じ経験をしている人同士の支え合いや、NPOや民間企業による市民活動等への支援も、今日では欠かすことのできない支え

⇒ 健康長寿のまちづくりの中核を成す「山腹」として、地域での支え合いの取組を支援していきます。

＜主な取組＞  
・生活支援コーディネーターの配置と地域づくり会議の開催  
・認知症高齢者の見守り体制整備(徘徊認知症高齢者捜索模擬訓練)  
・地域ボランティア推進(元氣いきいき!シニアサポーター事業対象拡大)  
・地域包括支援センターの機能強化(基幹的機能の設置)  
・特別養護老人ホームの待機者解消に向けた各施設の空き状況の公表

# 持続可能な介護保険制度の実現

## 第7期(平成30~32年度)のポイント

【2025年に向けて】  
団塊の世代が75歳以上となり、要介護認定や認知症の方の割合が急激に上昇し、医療・介護・福祉・生活における支援などを必要とする人の増加が見込まれるため、以下に対応します。

1.在宅生活を重視したサービス見込み  
⇒ 高齢者が可能な限り住み慣れた地域で自立した日常生活を送れるよう、十分な介護保険サービスを確保、制度の持続可能性を維持します。

- 在宅生活の継続を重視し、在宅中・重度者が必要とする訪問系サービス、地域で通いを中心として多様なサービスを組み合わせ利用できるサービスを見込む
- 特別養護老人ホームの待機者解消が進んでいるため、整備は一時中止
- 日常生活圏域の見直し

## 2.予防を重視した事業の推進

- 高齢者が新たに要介護(要支援)状態となることの防止
- 要介護(要支援)状態の軽減、重度化防止

## 3.必要な介護サービスの「量」と「質」の確保

- 地域のニーズに応じてバランスの取れたサービスの提供体制を確保
- 介護人材の確保、多様な人材の育成など
- 介護給付の適正化を推進し、受給者が真に必要な過不足のない介護サービスの提供
- 介護サービス情報公表など、サービスの円滑な利用

介護保険料	基準額
〔第7期〕	月額 5,492円 (年額65,900円)
	225円上昇 (報酬改定による上昇28円 消費税上昇分62円 実質上昇分135円)
	487円抑制 ・準備基金取り崩しによる抑制361円 ・地域包括ケアシステム推進による抑制126円 ※メリハリの付いた施設サービスの見込み
〔第6期〕	月額 5,267円 (年額63,200円)

# 「健康長寿のまち」に向けた地域体制整備

## 日常生活圏域・地域包括支援センターの見直し

○市内の高齢者の増加等を踏まえ、より身近な地域できめ細かなサービスが受けられるよう、日常生活圏域等を見直します。

・具体的には、平成30年度から、大規模な日常生活圏域等を分割・再編(25圏域→30圏域)

・これに伴い、地域包括支援センターも、引き続き圏域ごとに設置(新たに5つ増設)

○各地域包括支援センターからの対応相談やセンター間の総合調整を担う市直営の基幹的機能を設置します。(支援体制強化)

○地域包括支援センターの愛称を「まるけあ」と定め、市民の認知度向上・利用促進を図ります。

