

**健康長寿社会調査特別委員会**  
**活動報告**

## 【目次】

1	付託調査事件	P 1
2	建議理由	P 1
3	活動方針	P 2
4	重点調査項目	P 2
5	スケジュール	P 3
6	調査経過	P 4～5
7	提言	P 6～13
8	委員構成	P 14

## 1 付託調査事件

健康長寿社会に関する調査

## 2 建議理由

日本は、諸外国に類を見ないスピードで高齢化が進行しており、平成29年10月1日時点で総人口に占める65歳以上の人口の割合である高齢化率は27.7%で、4人に1人が高齢者という時代を迎えている。

今後、団塊の世代が後期高齢者となる2025年の高齢化率は30.3%に達し、団塊ジュニアが高齢者となる2040年には36.1%に達すると予測されている。

高齢化のピークを迎えると予測される2040年では、医療・介護ニーズの高まりによる社会保障費の増大や様々な分野での労働力や担い手の不足、高齢世代の孤立化や都市の空洞化などの問題が発生すると言われており、その対策が必要となる。

区においては、令和元年5月1日現在の高齢化率が24.0%であり、「板橋区人口ビジョン」では、2025年の高齢化率が23.7%、2040年では27.8%と予測している。区は「板橋区基本計画2025」の基本政策の一つとして「豊かな健康長寿社会」を掲げており、2025年のあるべき姿として「高齢者が豊富な知識や経験を生かしながら活躍しているとともに、高齢者を生かすまちづくりによって、地域課題の解決や高齢者自身の健康増進を促し、豊かさを実感できる社会」として示している。

来る2040年問題を見据えつつ、このような社会を実現していくためには、健康寿命を延伸し、元気高齢者を増加させながらも、高齢者が生きがいを感じ地域社会や様々な分野における担い手となるよう、就労の機会の創出及び拡大に関する支援や社会参加・活動に対する支援をより一層充実させていく必要がある。

さらに、高齢者の生きがいや健康づくり、生活の利便性にも配慮された高齢者にも住みよいまちづくりを進めていく必要がある。

議会としては、高齢者がいきいきとして豊富な知識や経験を生かしながら、健康でアクティブに生涯にわたり活躍していくための方策やまちづくりの方向性について調査を行う必要がある。

令和元年5月23日建議

### 3 活動方針

---

高齢者がいきいきとして豊富な知識や経験を生かしながら、健康でアクティブに生涯にわたり活躍していくための方策やまちづくりの方向性について調査・提言を行う。

### 4 重点調査項目

---

- 1 元気高齢者の増加に向けた取組
- 2 高齢者の社会参加・環境づくり
- 3 高齢者にも住みよいまちづくり

## 5 スケジュール

決定した活動方針・重点調査項目をもとに令和元年第3回定例会の特別委員会で2年間の調査スケジュールを以下のとおり決定した。

年度		令和元年度（2019年度）			令和2年度（2020年度）			
定例会		第3回	第4回	第1回	第2回	第3回	第4回	第1回
重点調査項目	1「元気高齢者増加に向けた取組み」			(1)高齢者スポーツの取組みについて			(2)フレイル予防事業について	
	2「高齢者の社会参加・環境づくり」	(3)高齢者の地域活動・就労支援の取組みについて	(4)高齢者の学習の機会提供の取組みについて(視察)					
	3「高齢者にも住みよいまちづくり」				(6)高齢者の移動手段と買い物弱者対策の取組みについて	(5)高齢者の相談体制の現状と取組みについて		
報告事項	○関連する報告事項があった場合は、適宜、報告を受ける。							
提言の検討	○議題に対する意見 検討サイクル★	○前回意見の確認 検討サイクル★		検討サイクル★		検討サイクル★	○新たな提言の検討 検討サイクル★	○2年間の検討を踏まえた最終調整を行う。 検討サイクル★
活動報告						○活動報告骨子(案)の確認	○活動報告(案)の確認	活動報告完成

## 6 調査経過

### <令和元年度>

開催年月日	調査事項等
令和元年 5月23日	<b>議題</b> ・正副委員長等の互選について
6月17日	<b>報告事項</b> ・区内高齢者の現況及び「豊かな健康長寿社会」に向けた取組について
10月4日	<b>議題</b> ・高齢者の地域活動・就労支援の取組について
12月10日	<b>視察</b> ・高齢者の社会活動に関する取組について <b>議題</b> ・高齢者の学習機会提供の取組について
令和2年 2月25日	<b>議題</b> ・高齢者スポーツの取組について

## 〈令和2年度〉

開催年月日	調査事項等		
令和2年 5月25日	<table border="1"><tr><td data-bbox="351 497 456 544">議題</td></tr><tr><td data-bbox="351 544 1481 613">・正副委員長等の互選について</td></tr></table>	議題	・正副委員長等の互選について
議題			
・正副委員長等の互選について			
6月15日	<table border="1"><tr><td data-bbox="351 627 456 674">議題</td></tr><tr><td data-bbox="351 674 1481 743">・高齢者の相談体制の現状と取組について</td></tr></table>	議題	・高齢者の相談体制の現状と取組について
議題			
・高齢者の相談体制の現状と取組について			
10月2日	<table border="1"><tr><td data-bbox="351 757 456 804">議題</td></tr><tr><td data-bbox="351 804 1481 913">・高齢者の移動手段と買い物弱者対策の取組について ・活動報告（骨子案）について</td></tr></table>	議題	・高齢者の移動手段と買い物弱者対策の取組について ・活動報告（骨子案）について
議題			
・高齢者の移動手段と買い物弱者対策の取組について ・活動報告（骨子案）について			
12月8日	<table border="1"><tr><td data-bbox="351 927 456 974">議題</td></tr><tr><td data-bbox="351 974 1481 1084">・フレイル予防事業について ・活動報告（素案）について</td></tr></table>	議題	・フレイル予防事業について ・活動報告（素案）について
議題			
・フレイル予防事業について ・活動報告（素案）について			
令和3年 2月22日	<table border="1"><tr><td data-bbox="351 1097 456 1144">議題</td></tr><tr><td data-bbox="351 1144 1481 1272">・活動報告（案）について ・委員会の結了について</td></tr></table>	議題	・活動報告（案）について ・委員会の結了について
議題			
・活動報告（案）について ・委員会の結了について			

## 7 提言

特別委員会として決定した提言項目に関して、まとまった提言は以下のとおりである。

### 重点調査項目 1 元気高齢者の増加に向けた取組

#### 背景・課題

平成 31 年 1 月に改定された「板橋区人口ビジョン」では、2025 年の高齢化率が 23.7%、2040 年では 27.8%と予測している。急速に高齢化が進む中、要介護(要支援)認定者数の推計を見ると、認定を受けている高齢者は約 2 割である一方、全体の約 8 割を占める高齢者は自立した日常生活を維持している。さらに、高齢期に入っても元気でアクティブなシニア世代、いわゆる元気高齢者は増加傾向にあり、今後労働力人口の減少を補完するのみならず、地域社会の様々な分野における担い手として活躍することが期待されている。

区は、元気高齢者のさらなる増加に向け、ボランティア活動やスポーツ活動などの様々な社会活動に関する取組を充実させていく必要がある。

#### I 高齢者の社会活動に関する取組について

##### 【ふれあい館の利用促進】

元気高齢者の増加をめざして、より多くの高齢者にふれあい館などの施設を利用してもらう必要がある。そのためには、多くの高齢者に利用されている地域センターなどの施設との連携や、ホームページを見やすく改善することなど、周知活動を工夫する必要がある。

また、各ふれあい館の利用者の居住エリアや年齢層など利用者属性を把握・分析し、利用率の低い層や交通アクセスなど、地域特性をふまえて利用促進に向けて効果的に周知していくべきである。

##### 【社会活動の機会提供】

元気高齢者であり続けるためには、単に健康寿命を延伸するという視点だけでなく、社会的なつながりを維持していくという視点が必要である。ボランティア活動をはじめとした社会活動を行うことが必要であり、その機会の提供を促すボランティアステーションをすべてのふれあい館に設置すべきである。

また、高齢者福祉施設のサービス向上を図るために、利用者に対して事業の満足度調査と費用対効果の検証を行うことや、施設を利用しない高齢者に対しても、社会活動へ参加しやすくなるような支援体制の整備や情報提供の充実が必要である。



## Ⅱ 高齢者スポーツの取組について

### 【シニアスポーツの充実】

高齢者スポーツ大学の参加希望者数が多いなど、シニアスポーツの需要は高いため、更なるシニアスポーツの充実に向けて検討していくべきである。検討にあたっては、民間活用の視点を持つことが重要であり、サークル活動、老人クラブ、各企業との連携などにおいて、スポーツプログラムや健康増進事業に果たしている役割を、行政と各々で整理する必要がある。

区内の公園など様々な施設を活用して、高齢者が楽しく様々な経験ができるよう、より一層事業を推進していくべきである。

### 【運動量の見える化】

フレイル予防の観点から、歩く量が減少する年齢のターニングポイントを把握する必要がある。そのためには、現役時代と退職後の運動量の違いを見える化することが重要である。一日の運動量を計測できるアプリを活用するなど、データを基に高齢者が日常から目的を持って歩くことを意識づけた取組を進めていくべきである。

### 【自主活動への支援】

サークル活動やボランティア活動などの高齢者による自主的な活動を継続させていくために、講師の派遣や屋内外の会場確保、交通アクセスの課題解消に向けた支援などを明確に打ち出すべきである。

### 【広報活動の強化】

区の高齢者スポーツ振興の取組が広く知れ渡るよう、ホームページや広報いたばし、SNSなどをより一層活用していくべきである。また、競技スポーツだけでなく、簡単に身体を動かせるような介護予防のプログラムを提供することが必要である。

区立体育館の利用者の半数は高齢者であり、利用を促進することで健康長寿の延伸に役立っている。施設の改修計画やプログラムの変更などがある場合、早期に利用者に情報提供していくことが重要である。

### Ⅲ フレイル予防事業について

#### 【事業参加者の継続性】

フレイルチェック測定会参加者の意欲を高め、継続性を保つために、フレイル予防を続けた場合とそうでない場合の違いを数値などの見える形で示すとともに、フレイル予防事業のゴールを明確にし、測定会参加後に参加者が次の目標を持てるように事業展開すべきである。

さらに、参加者に対して地域のボランティアやコミュニティビジネスなどの様々な情報を継続的に発信し、有機的につなげていくべきである。

#### 【事業の周知強化】

一人でも多くの方がフレイル予防事業に参加するために、フレイル予防は日常生活における仕事や趣味活動なども含まれ、気軽に取り組むことができる身近なものという意識づけが必要である。

また、フレイル予防に関する情報は、全対象者へ行き渡るよう、発信方法を検討し、裾野を広げていくことが重要である。

さらに、医師会、歯科医師会など外部の機関に対しても積極的に周知し、協力を得ることも有効である。

#### 【フレイルチェックの普及】

フレイル予防事業を推進する中で、自身の状態を知ることができるフレイルチェックを対象者へ浸透させることが重要である。そのために、誰もが気軽にフレイルチェックを行えるような環境づくりが必要であり、測定場所を区民の身近なところに数多く設けるべきである。

フレイル予防事業の対象者は範囲が広く、相当数いるため、その規模に相応しい環境を整えるべきである。

## 重点調査項目 2 高齢者の社会参加・環境づくり

### 背景・課題

区は、平成 29 年度に「シニア世代活動支援プロジェクト」を立ち上げた。本プロジェクトでは、シニア世代の人々の健康維持・増進や生きがいづくりは本人自らが主体となって選択し、行動してこそ効果が得られるものとしている。そのため、区はきっかけとなる仕組みづくりや活動場所の提供といった側面支援を役割としている。今後も増加するシニア世代の人々が、自ら地域活動や就労など様々な社会参加を選択し、実行するためには、地域で活躍する環境づくりや、関係機関と連携した多様な働き方の推進などが課題として挙げられる。

## I 高齢者の地域活動・就労支援の取組について

### 【地域活動の情報提供】

シニア世代の地域活動への参加や就労を促進するためには、「やりたい活動が見つけれない」「何をしてよいのかわからない」「どのように活動を始めればよいのかわからない」といった、高齢者の社会活動に関する情報不足を解消する必要がある。より効果的に情報提供をするために、区は紙媒体だけでなく SNS などのプッシュ型の媒体を活用すべきである。

また、社会活動に関する情報を集約し、高齢者へ情報提供するきめ細かな支援体制を整備するために、区がコーディネーター役となり、高齢者を希望する活動へつなげられるワンストップ相談窓口を設置すべきである。

### 【地域活動への参加促進】

シニア世代の地域活動は活性化しているものの、無関心層も未だ多数存在していることが課題である。シニア世代による地域活動をさらに活性化するためには、無関心層も含めた様々なターゲットに合わせて地域活動の参加に向けた働きかけをする必要がある。

地域ボランティア体験講座をはじめとする地域活動支援のガイダンス・トライアル事業において、SDGs の視点で、自身が係わる地域活動がどのように社会貢献につながっていくのかを見える化するなど、地域活動への参加が生きがいの創出や健康の増進につながり、様々なメリットがあることを感じてもらうことが重要である。

### 【就労支援の強化】

現在仕事をしている高齢者の約8割が就労継続の意欲を持っており、今後も高齢者人口の増加とともに就労を希望する高齢者数は増加することが考えられる。しかし、現状においても就労を希望する高齢者と働きたい仕事とのアンマッチが生じているという課題がある。

これらの課題を解消するために、高齢者の働き方のニーズなどを関係機関と情報共有し、起業といった選択肢も含めて就労支援の強化をすべきである。

また、就労につなげるための学び直しという視点で、リカレント教育<sup>注</sup>の推進について検討を進めていくべきである。

## II 高齢者の学習の機会提供の取組について

### 【学習機会の充実】

高齢期に入る前の現役時代から学習機会を持つことは、生きがいの創出や地域社会へ誘引するきっかけとしても必要である。そのため、様々な生活スタイルやニーズに合わせたり、世代間や地域のつながりを生み出したりするような講座を提供していくべきである。

### 【板橋グリーンカレッジの運営改善】

板橋グリーンカレッジに関して、減少する受講者数を増加させるためにPRを強化する必要がある。卒業生やOB会などの様々な方の意見を取り入れながら、運営の改善をすべきである。

また、通いにくい地域の方も受講できるよう、送迎バスの導入やサテライト校の設置、ネット中継や動画視聴による受講環境を導入すべきである。

### 【シニア学習プラザの魅力ある事業展開】

シニア学習プラザに関して、子どもや若者など幅広い世代とのつながりを深めるために、多世代交流の場として活用すべきである。

また、指定管理者が魅力ある事業を展開していくためには、指定管理者の選定において一定の競争性を確保することや指定管理者が実施する自主事業について、区からも講座内容を提案すべきである。

注…リカレント教育

社会人になってからも、学校などの教育機関に戻り、学習し、また社会へ出ていくということを生涯続けることができる教育システムのこと。

## 重点調査項目3 高齢者にも住みよいまちづくり

### 背景・課題

平成28年度から、区では歳を重ねても安心して住み慣れたまちに住み続けるために、地域包括ケアシステムを中核とする板橋区版AIPの構築を進めている。

また、地域包括ケアシステムの連携拠点として、区内19カ所に地域包括支援センター(おとしより相談センター)を配置し、地域で高齢者を支えるための相談体制の構築を図っている。

日常生活圏域ごとに、高齢化率や高齢者数は異なるため、各圏域における地域特性を理解し、相談内容の把握、分析を進め、圏域ごとに適切な相談体制を構築していく必要がある。また、移動支援や買い物支援についても、地域によってニーズは様々であるため、各圏域で区民の声を拾い上げ、柔軟な取組につなげていくべきである。

## I 高齢者の相談体制の現状と取組について

### 【関係機関との連携】

高齢者が住みよいまちづくりをめざして、おとしより相談センターは社会福祉協議会やいたばし総合ボランティアセンター、シルバー人材センターなど、従前の関係機関とのよりきめ細やかな連携を行うことが必要である。また今後は、より一層多くの機関とも連携を図っていくべきである。

また、おとしより相談センターが開催している地区ネットワーク会議においては、病院関係者や民生委員、町会、老人クラブなど地域の様々な関係者が集まるため、関係者間における連携をさらに深めていくべきである。

### 【ニーズの調査及び分析】

元気高齢者が抱えている悩みや困りごとを拾い上げるために、おとしより相談センターに寄せられた相談のうち、介護に分類されない「その他」に記載されている項目についての把握・分析が必要である。

また、顕在化されていない高齢者のニーズを掘り起こすために、地域ごとの高齢化率や定住率、団地の入居状況など様々な数字から発見される相関を活用した調査を行うべきである。その際、2040年代に高齢期に入る50歳代の方からアプローチを図っていくべきである。

さらに、このような分析・調査を通して、地域性に特化した施策を提案・計画していくべきである。

### 【相談体制の整備】

おとしより相談センターに自分で相談に行ける方、相談をしたくても行けない方、相談窓口を知らない方など様々な高齢者がいる。一人も取り残さな

いという視点で相談体制を構築することが重要であり、特に一人暮らしの高齢者や心細く生活されている高齢者に対しては、「ひとりぐらし高齢者」への登録や相談窓口のご案内を徹底していくべきである。

また、高齢者との連絡手段を確保するために、おとしより相談センターと高齢者が連絡を取る体験をする機会を設けて、センターの存在を知るきっかけをつくるべきである。

さらに、重層的な支援体制の充実を図るために、センターで作成した相談記録票に、家族親族や関係機関の連絡先だけでなく、同意を得た不動産賃貸人や近隣住人の連絡先を記入することなどが求められる。

#### 【おとしより相談センターの職員体制の強化】

おとしより相談センターの職員体制については、区民へのニーズ調査を徹底したうえで職員配置を見直し、強化すべきである。

また、会話の中で相手が抱えている悩みや不安に気づき、相談へつなげていく支援が重要であるため、職員の「聞き取る力」を向上させる取組をすべきである。

#### 【コロナ禍への対応】

コロナ禍においても相談しやすい体制づくりが必要であり、現状の体制がどうであるか検証・見直しをすべきである。

また、新しい生活様式の中において、区民が行う介護予防の取組に対する支援や、インターネットを通じて家で行うことのできる運動の提案など、今後の相談体制の充実につなげていくべきである。

## Ⅱ 高齢者の移動手段と買い物弱者対策の取組について

#### 【支え合い会議の活性化】

支え合い会議の各地域の取組については、他の地域へも情報提供や共有を行い、各地域での取組につなげるとともに、より多くの区民に広まるよう、周知の工夫・強化をすべきである。特に、移動支援・買物支援の取組や、移動スーパー「とくし丸」など民間サービスなどの様々な情報は、関係機関で共有し、高齢者が必要な情報をスムーズに得られるような体制をつくるべきである。

また、支え合い会議の活動がより活性化していくよう、区の取組について積極的に各地域の支え合い会議へ情報提供していくべきである。

#### 【民間事業者などの活用と支援】

移動支援・買物支援について、東京都が検討している施策も含めて、区として積極的に民間事業者、NPO、ボランティアなどに関わり、協力体制を構築し、各地域での取組につなげていくべきである。

また、今後需要の高まりが予想される移動販売については、継続的な実施と普及拡大のために、民間事業者に対する支援を検討すべきである。

さらに、高齢者のスマートフォン普及率は一定程度あるため、買い物アプリなど、手軽に高齢者が利用できる媒体を積極的に活用していくべきである。

#### 【高齢者の移動支援の取組促進】

高齢者の移動支援については、課題の洗い出しだけでなくニーズ把握も強化すべきである。

また、高齢者が、買い物・病院・区役所に限られることなく、体育館や図書館、区民農園など、様々な目的で外出し、いきいきと趣味や地域活動などでまちに出ている環境の実現のための具体的な取組を進めていく必要がある。

## 8 委員構成

	<令和元年度>	<令和2年度>
委員長	田中 いさお	吉田 豊明
副委員長	坂本 あずまお	寺田 ひろし
理事委員	山内 えり かいべ とも子 渡辺 よしてる	石川 すみえ 坂本 あずまお 渡辺 よしてる
委員	小野田 みか 寺田 ひろし 小林 おとみ 元山 芳行 長瀬 達也 杉田 ひろし	小野田 みか 小林 おとみ 元山 芳行 杉田 ひろし 田中 いさお かいべ とも子