

平成31年4月11日

長与町議会
議長 内村 博法

研修報告書

長与町議会議員研修要綱第7条の2の規定により、次のとおり公表します。

1. 研修名（主催者） 議会議員研修会（長与町議会）
「介護予防について（総論）」
長崎県福祉保健部長寿社会課地域包括ケア推進班
重野 智子 氏
2. 研 修 日 時 平成31年1月21日（月）13時30分開会
3. 研 修 場 所 長与町水道局第1会議室
4. 研 修 目 的 議員の資質向上及び議会の活性化に資するため
5. 所 見 （記載は議席番号順）

【浦川 圭一議員】

介護予防に関する様々な指標が県及び管内各市町と比較できるような資料を基に講義をいただいた。本町の状況が全国的にどうなのか、県内他市町と比較してどうなのか、わかりやすい説明があった。特に今後上昇していくことが予想される高齢化率についてどう対応していくかということが重要な課題だと感じた。本町においても、65歳以上の人口が増えていくのは明らかだと思う中で、率の上昇を抑えていくには、生産年齢人口の内、その中でも若い世代に多く住んでもらえるような、まちづくり、福祉、教育などの魅力ある様々な施策が必要だとあらためて感じた。

【中村 美穂議員】

今回の研修会は「介護予防について(総論) 県の取り組み」という内容で、長崎県福祉保健部長寿社会課地域包括ケア推進班の重野 智子氏の講演が行われた。

長崎県は今後75歳以上の人口が増えていくことが予想される。本町も同様に増加することが予想されるため、介護予防を推進することは重要である。介護予防とは要介護状態になることをできるだけ防ぐ(遅らせる)ことであり、要介護状態であっても状態がそれ以上に悪化しないようにする(維持・改善を図る)ことである。そのためには運動や閉じこもり防止、栄養改善など健康寿命を延ばす取り組みが必要である。高齢者にも社会参加や地域での通いの場を作り体操など簡単な運動を取り入れることが必要である。高齢者を地域で見守り、お互いが健康で暮らしていけるような町づくりを進めていくことが重要であると思った。

【安部 都議員】

長崎県 福祉保健部長寿社会課地域包括ケア推進班の重野氏に介護予防について、ご教授を受けた。

長崎県の高齢化の現状(長崎県 31.2%、全国 27.7%に比較するとかなり高い。本町は、現在、県内で 25.25と下位の17番目であるが、2040年には、75歳以上の人口が増加していくことは、懸念しなければならない。長崎県の要介護認定者数や率は、全国で5番目の20.7%で、全国平均 18.3%と比較すると5番目に高い。その点、本町の要介護認定者は、県内で14番目の 17%と低いことは、健康高齢者が増加したのか未定だが、かなり介護予防に力を入れているのも伺える。本当に介護が必要な方に介護が受けられるような対策が必要である。介護給付も高齢化と共に今後増加し、保険料の改定がH27年度2.27%引き上げられた。2020年には、6,771円、2025年には、8,165円に引き上げられるとされる。地域ケアシステムの構築を図る一方、介護保険制度の持続可能の重点化・効率化も必要となるとのことであった。

H30年~32年の7期に支払う介護保険料は、全国平均 5,869円だが、1位長崎市と新上五島の6,800円に対して、本町と東彼杵町は、5,400円で小値賀町の5,070円について低くなっている。この先負担増とならないことを望む。2015年では、75歳以上の高齢者を4.5人で一人を支えているが、2040年には、2.6人に一人の介護負担となる。これからの介護は、保険だけに頼るのではなく自助、互助、共助、公助の役割が必要

だと言われていた。高齢者は、介護予備軍としてではなく、アクティブエイジングとして元気にしていく必要がある。年齢を重ねるとどうしても老化から身体の衰弱、そして、意識の低下や生活に支障が出る。それによって、生活の質の低下と繋がるということだ。いつまでも自分らしさを保つには、老化のサインや障害の早期発見・早期対応をすることによって介護予防と繋がることだ。介護予防とは、要介護状態をできるだけ遅らせること。要介護状態であっても、状態がそれ以上悪化しないように維持・改善を図ることである。現在の行政における介護予防の取組だが、地域において自立支援に資する取組を推進し、生きがい・役割を持って地域の中で社会的役割を有することが、結果として介護予防に相乗効果をもたらすということだ。人と人のつながりが継続拡大する地域づくりを推進しなければならないという。

平成24年から経過措置として、市町村において「地域支援事業」が開始され平成29年からは、全市町村で実施されている。医療・介護連携と認知症施策、地域ケア会議、生活支援、介護予防の充実と強化を市町村が中心となって総合的に取り組み、地域で高齢者を支える社会の実現を目指している。趣味やボランティアなど地域参加が高い地域ほど、高齢者のうつや認知症のリスクの割合が低いということが立証されている。そして、「地域ケア会議」を活用した「地域包括ケアシステム」の実現を国は推進しているが、まだまだ構築するには、多くの問題を乗り越える必要があるように思う。

県の予算として、平成30年度新規事業として、400万が予算化され、「長崎県サロンリーダー養成研修・派遣事業」を開始された。目標として、県内で高齢者サロンを2,500箇所程度設置する予定だ。実現できればより一層の介護予防・重傷化防止推進として元気な高齢者が生きがいをもって地域に貢献できるであろうと思った。とても長崎県の介護予防について、勉強となった研修会であった。

【饗庭 敦子議員】

長崎県の高齢化の現状では、長与町は下位の市町に入っていて25.2%です。しかし21%以上が超高齢化社会と言われていて、長与町も該当しています。

現在75歳以上1人に対して、15～74歳は4.5人であるが、2040年には2.6人になると予想されています。介護保険だけでは、とても支えきれないので、自助、互助、共助、公助がとても重要になってくると思います。地域で支え合う環境を進めていく一方で、要介護状態になることを防ぐためにも介護予防に力点を置くことが大事であります。

介護予防の6つの視点

- 運動器の機能向上
- 口腔機能の向上
- 栄養改善
- 認知機能低下予防・支援
- 閉じこもり予防・支援
- うつ予防・支援

この視点を持ちながら、医療・介護の連携、認知症施策、地域ケア会議、生活支援、介護予防

の充実・強化が必要であります。

必要とする人に、必要な助け合い・サービスが包括して届くようにするための生活支援体制整備を議会と行政と地域、住民が協力しながら体制を構築していきたいと思います。

【安藤 克彦議員】

本町の高齢化の推移を全国や県内自治体のデータと比較し、現状の解説を受けた。要介護（要支援）認定率を見ると県内でも低い方であり、認定者においても比較的軽い人が多いことが分かり、町が行う介護予防事業の効果が表れているとも考えられる。高齢化率と共に認定率については今後も細かく注視していかなければならない。

県の事業でサロンの充実に関する予算が新たに計上され推進されていた。本町でも20近いサロンが運営され、高齢者の集いの場となっている。しかし、反面一部高齢者からはサロンの充実に伴う、地域の老人クラブの衰退に関する問題提起の声を聞く。このことを講師の方に伺ったが、情報は持ち合わせていないとのことだった。本町独自の現象なのか、全県的な事なのか今後もしっかりと見ていく必要があると感じた。

【金子 恵議員】

本町においても、超高齢化社会を迎え、今後の老後が気になるところである。暮らしの中において「介護」は生活を左右することになる。

そして、自己でできる予防を早い段階で取り組むことは、健康長寿のためにも必要であ

る。

今回の研修で、行政の取組や様々な支援を受けながらもまず、自身が取り組むことが重要であることを痛感した。また、社会参加が転倒、認知症、うつリスクを軽減する傾向が見られるということで、多くの住民の皆様にもこの点の理解を深めることも必要であると思う。

色々な情報を入手しながら、1日でも長く健康に暮らす高齢者が増えるよう、今後も様々な施策を講じて欲しいと感じた。

【分部 和弘議員】

長崎県の人口推移と本町の人口推移から見て、高齢者と高齢化の占める割合を詳しく理解することができました。そのような中、どんどん重くなる介護負担と団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、重度な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後まで続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が包括的に確保される体制（地域包括ケアシステム）の構築を実現しなくてはならない事など、現在の状況を含めて講演頂きありがとうございました。また、地域包括ケアシステムの構築には行政ばかりでなく、私たち町民も地域の中で必要とされる助け合いの部分は出来ることから行っていきたいと思いました。

【西岡 克之議員】

初めに長崎県の人口推移から始まり、本県の現状（高齢者率等）を認識し次に本町の人口推移に移り75歳以上の人口が増加している認識が新たになった。次に本県の高齢化率の説明では31.2%で全国は27.7%であるとの説明があった。本県は九州の西の端で目立った産業も他県に比べ少なく、人口流出も他県より多く見られます。今後更に高齢化率は高まるものと推測される。本町に目を移すと65歳以上が支払う介護保険料は県内では19自治体中17位と低く本県内では比較的安いと思う。それでは今後どのようにこの状態を保っていけばよいのか。キーワードは自助、共助、互助、公助の仕組みを効率よく組み合わせなければならぬと感じる。その中で具体的に運動機能の向上、口腔機能の向上、栄養改善、認知機能低下予防・支援、閉じこもり予防・支援、鬱予防支援などの具体的な支援が考えられると思うので、本町では社会福祉協議会などが行っている様々な事業、自治会

単位のサロン事業などに高齢者が参加を促進するような支援が必要と感じた。

【岩永 政則議員】

今回の研修テーマは、「介護予防について」であった。

講師は、長崎県福祉保健部長寿社会課地域包括ケア推進班の重野氏である。

講話の内容は、資料に基づいて行われたので分かりやすく、更には後に確認する場合にも良く理解できることとなった。

まずは、長崎県及び長与町の人口の推移から始まり、県内各地の高齢化（65歳以上）の状況が示された。

本町は、下位の市町に位置し、県平均 31.2%に対して 25.2%である。最上位は、小値賀町の 47.1%とのことである。今後益々高齢化は進むようである。

次には、要介護の認定者数、要介護の認定率の分析が示された。

県内の平成 30 年における認定者数は 6 万人を超え、認定率は 20.7%。全国平均認定率は 18.3%に対して本県は 20.7%であり全国平均より高い状況である。

これに対して長与町は、認定率 17.0%で低い状況にあるが、上昇傾向にあるようである。

負担の問題であるが、65 歳以上の介護保険料については、保険料基準月額では本町は 5,400 円。県内では 17 番目とのことである。一番高いのは長崎市の 6,800 円。ちなみに全国平均は 5,869 円とのこと。

このような状況の中で、大切なことは自分で自分を守る事が必要であると再認識したところである。しかしながら人間には体力の限界があり、それを誰が、どのような方法で、どのようにしていくのかにある。

少子高齢化、都市化は今後共進行していくところから、介護の問題は最重要課題である。行政の側からは、様々な介護予防、重度化の防止等の施策が行われているが、そう簡単に言うことはできないが、行政だけではなく地域を巻き込んだ対応が重要であると思うものである。

【喜々津 英世議員】

(1) 高齢化の現状

総人口に占める 65 歳以上の人口の割合が、21%以上は超高齢化社会と定義されて

いる。全国平均は 27.7%であり、我が国は正に超高齢化社会となっている。

長崎県の高齢化率は、平成 29 年 10 月 1 日現在で 31.2%であり、全国平均を大きく上回っている。本町は 25.2%で、大村市 (24.3%)、時津町 (24.6%) に次いで低い数値となっている。

(2) 要介護（要支援）の認定率

全国平均は 18.3%であるが、長崎県は 20.7%で全国 5 位の認定率（降順）となっている。本町の認定率は 17.0%で、県内 19 被保険者の中で 14 番目の認定率（降順）で、比較的軽度の方が多い結果となっている。

(3) 介護保険料

第 7 期（平成 30 年～32 年）の県平均保険料は 6,257 円となっている。高齢者の介護保険料基準月額が長崎市及び新上五島町が 6,800 円で最も高く、本町は 5,400 円で、小値賀町及び東彼杵町に次いで低い保険料となっている。

2015 年は、75 歳以上 1 人を 4.5 人で支えていたが、2025 年は 3.4 人、2040 年は 2.6 人で支えると推計され、重くなる負担に対処するため、自助、共助、公助に加えて互助の活動（支援）を含めた対策が課題となっている。

(4) 介護予防の視点

要介護状態になることを防ぐ（遅らせる）、また要介護状態を悪化させない取組が必要であり、そのため▼運動器の機能向上▼口腔機能の向上▼栄養改善▼認知機能低下予防・支援▼閉じこもり予防・支援▼うつ予防・支援、の 6 つの視点が重要であるとのことであった。

介護予防・重度化防止推進事業に呼応した、町、社会福祉協議会などの事業者を始め、地域住民を巻き込んだ取組の普及推進を図ることの必要性を痛感した。

【山口 憲一郎議員】

高齢者問題、特に介護に関する問題は、誰もが通る避けて通れない問題と思う。寿命が延びても、健康で寿命が延びないと、毎日の生活が辛いものになってしまうと思う。それは自分だけでなく、周りの家族や他の方々にも同様迷惑をかけると思う。

今回勉強させていただいた機会に、今まで以上に介護に対する考えを家庭で生かしていきたいと思った。

【堤 理志議員】

今回の議員研修は介護予防についてをテーマに県の福祉保健部、長寿社会課の方による講演であった。

長与町の人口推移、高齢者と高齢化の定義、県の要介護認定者数や認定率の推移、さらに介護給付と保険料の推移、65歳以上の方が払う介護保険料のこの間の推移など、具体的な数字を持って説明がなされた。

介護保険法と介護予防の理念の話の中で、該当する方々が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができることを明記しているとのことであった。また、軽減または悪化の防止に資するようと謳われている点、国民の努力義務として、自ら介護予防すること、能力の維持向上に努めることなどが明記されているとのことであった。

介護予防の6つの視点として、運動器の機能向上、口腔機能の向上・栄養改善、認知機能低下予防及び支援、閉じこもり予防及び支援、うつ予防及び支援があるとのことであった。

これからの介護予防の考え方の中では、高齢者本人へのアプローチだけでなく、居場所と出番作り、自立支援を地域においてする取り組み、新たな社会的役割を持つことが重要だという話もなされた。

介護や予防介護の重要性は議論を待たないと思うが、現在の介護保険制度は、高齢者が増えれば増えるほど負担が重くなり先行きや将来に不安がある。

自宅で介護をといるが、介護する人の負担も重く介護離職による生活悪化も大きな社会問題となっている。

65歳以上の介護保険料を所得に応じた定率性に改めるなどの対応をしなければ、経済的弱者は「保険あって介護なし」の状況になっていく。

既存の介護保険制度の枠内での解決は難しく、政治によって制度設計を改善しなければならぬと感じた。

【河野 龍二議員】

先日、個人的に調査した本町の高齢化比率を見ても、本町の将来に危機を感じた。県下でも比較的若い町との認識だったが、本町で高齢化比率が高い自治会は約50%にせまる自治会もある。

また、県の平均31.2%を越える自治会が、20の自治会。これも自治会数の半分に迫る勢

いである。

本町の町の特色を考えると、一気に高齢化比率が上がるのが予測される。

今後、長与町の取り組むべき課題が、まさに介護、医療の課題になることは間違いない。

こうした状況を考えると、介護予防政策は重要になってくる。

今回の研修内容は総論として説明され、参考になる研修だった。

取り組むべき事業は明確であるが、いかにして町民の意識を介護予防の政策に協力してもらえるかが、重要だと考える。

現状でも本町において様々な介護予防施策が取り組まれているが、そこに参加する住民は多くはない。

一方、自治会での介護予防政策なども協力を進めているが、これもまだ一部の地域にとどまっている。

今後の課題は、当然の事であるが町はもちろんのこと、県や国も財源も含め安心して生活できる環境整備や人材育成にも全力で取り組む必要があると感じた研修会だった。

【吉岡 清彦議員】

①長崎県の高齢化率 2010年 全国16番目 2025年 推計全国9番目

②長与町の高齢化率 2015年 県内17番目 2025年 推計県内17番目

③長崎県各地の高齢化 大村市 24.3% 時津町 24.6% 長与町 25.2%

④高齢化率とは 総人口に占める65歳以上の人口の割合

7%から14%未満 高齢化社会

14%から21%未満 高齢社会

21%以上 超高齢化社会 という。

⑤どんどん重くなる負担にどうやって対処するか？長崎県

2015年 75歳以上1人に対して15～74歳は4.5人 2015年 3.4人 2040年 2.6人

⑥介護予防の6つの視点

- ・運動器の機能向上
- ・口腔機能の向上
- ・栄養改善
- ・認知機能低下予防
- ・支援
- ・閉じこもり予防
- ・支援
- ・うつ予防
- ・支援

⑦行政における介護予防の取組、これからの介護予防の考え方

- ・機能回復訓練
- ・生活環境の調整、地域の生きがい、役割を目指す。

- ・地域の中で新たな社会的役割を有することにより、介護予防につなげる。
- ・住民が運営するサロンなど、人と人とのつながりが継続的に拡大していくような地域づくりを推進する。
- ・このような介護予防を推進するために、市町村が主体的に取り組む。

【竹中 悟議員】

今回の研修は長崎県の高齢者の現状について

- 1、 人口の推移
- 2、 要介護（要支援）認定数 及び認定率の推移
- 3、 介護保険と保険料の推移
- 4、 65歳以上の方が支払う介護保険について
- 5、 どんどん重くなる負担にどうやって対処するか
- 6、 介護保険法と介護予防の理念について
- 7、 行政における介護予防の取り組み
- 8、 地域支援事業とは
- 9、 総合事業としての介護予防

以上について研修した。

高齢化社会が進み介護保険の重要性、又地域で取り組む包括支援の重要性を感じた。地域で助け合い、情報交換をしながら見守る必要性を感じた。

【内村 博法議員】

今回、重野智子講師（長崎県福祉保健部長寿社会課所属）より「介護予防について」のテーマで説明を受けた。内容としては①長崎県の高齢化の現状について②介護保険法と介護予防の理念③行政における介護予防の取組について多岐にわたって説明された。この中で介護予防の6つの視点として ア. 運動器の機能向上 イ. 口腔機能の向上 ウ. 栄養改善 エ. 認知機能低下予防・支援 オ. 閉じこもり予防・支援 カ. うつ予防・支援が重要であるとの説明を受けた。介護予防は現在の高齢化社会において、避けて通れない課題であり、今回の研修は時宜にかなった企画で、学ぶべき点が多々あった。また、現在の長崎県の介護予防取組状況が理解でき、大変参考になった。

