

## 第4章

### 施策の目指す方向と具体的な取組

- 1 高齢者がいきいきと暮らせる社会づくり …… 41
- 2 高齢者の自立した生活のために、  
地域で共に支え合う社会づくり …… 50
- 3 高齢者が安全に、  
安心して暮らせる社会づくり …… 85
- 4 介護保険制度を支える仕組みづくり …… 100



## 1 高齢者がいきいきと暮らせる社会づくり

### 1 - 1 健康寿命の延伸への取組

#### 1 健康づくりの取組の推進

生活習慣の多様化により疾病構造が変化し、生活習慣病の割合が増加するとともに、寝たきりや認知症など高齢化に伴う機能の低下も増加しています。

これらの疾患は、生命に関係するだけでなく身体の機能や生活の質にも影響があるため、生活習慣病の予防はもとより、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上等にも取り組み、健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）を延伸することが重要です。

本県の健康寿命（2019（令和元）年）は、男性71.50歳、女性74.58歳で、全国の健康寿命（男性72.68歳、女性75.38歳）と比べると、全国平均より健康寿命が若干短くなっており、健康寿命を少しでも伸ばし、平均寿命との差を縮めることができればより充実した人生を過ごすことができるため、生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底などを意識した健康づくりの取組を進めます。

県では、2023（令和5）年度までを計画期間とする第2次県民健康づくり計画「えひめ健康づくり21」を2013（平成25）年3月に策定し、県民の健康づくりに取り組んできました。

本計画では、「愛顔（えがお）ひろがれ！めざせ健康人（けんこうびと）！」をスローガンに、県民一人ひとりが「自分の健康は自分でつくる」という意識を持ち、主体的に健康づくりを実践できるよう次の取組を進めるとともに、全ての県民が共に支え合い、健やかで心豊かに生活できる社会の実現を目指し、人と人とのつながりや絆を大きな力として、新しい時代の健康づくり運動を展開し、社会全体で健康を支え守る環境整備の強化を図っており、次期計画についてもその理念を継承しつつ、時代に即した健康づくりの取組を推進することとしています。（図4-1）

#### 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

健康寿命の延伸を目指すとともに、あらゆる世代や地域で、健やかな暮らしが送れる良好な社会環境を整えることにより、県内の健康格差（地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差）の縮小を図ります。

#### 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

主要な生活習慣病である、がん、循環器疾患、糖尿病及びCOPD（慢性閉塞性肺疾患）に対処するため、食生活の改善や運動習慣の定着等による一次予防だけでなく、重症化予防の二次予防、合併症による臓器障害の予防等の三次予防にも重点を置いた対策を推進します。

#### 社会生活を営むために必要な心身機能の維持及び向上

乳幼児期から高齢期までの各ライフステージにおいて、心身機能の維持及び向上につながる対策に取り組めます。特に、こころの健康、将来を担う次世代の健康（妊婦や子どもの頃からの適切な生活習慣の形成）及び高齢者の健康（運動機能低下によるロコモティブシンドロームや低栄養対策等）に焦点を当てた取組を強化します。

### 健康を支え、守るための社会環境の整備

地域社会における人々の信頼や結びつきが強いことは健康に良い影響を与えることから、個人の健康を支え、守るための地域のつながりの強化(ソーシャル・キャピタルの水準をあげること)や、健康づくり活動に取り組む企業・団体を増加させるなど、住民が楽しく主体性を発揮できる環境を整備することを目指します。

### 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

上記 から までの基本的な方向を実現するため、栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善に取り組み、対象ごとの特性やニーズ、健康課題等を十分に把握し、各生活習慣病を発症する危険度の高い集団や世代へ、生活習慣の改善に向けて重点的に働きかけを行うとともに、地域や職場等を通じて県民に対し健康増進への働きかけを進めます。

#### (高齢者に対する食育の推進)

高齢者は、身体機能の低下に加え、精神的にも虚弱となり、身体的、精神心理学的、社会的な要因により筋力や活動が低下している状態「フレイル」になりやすく、放置すると要介護状態につながると言われています。高齢者が健康で活動的な生活を送ることができるよう、疾病予防のみならず、加齢に伴う心身の機能の低下を遅らせる観点から、良好な栄養状態の維持を図ることが不可欠であり、食・栄養は重要な役割を担うため、高齢者に対する食育の推進に努めます。

低栄養予防の食生活について、健康講座の開催や特定給食施設等に対する指導を通じ、高齢者の身体機能維持に取り組みます。また、家族と食形態が異なることなどから孤食となりやすく、低栄養状態に陥りやすいことから、他の世代との交流を深めた地域とのコミュニティを通じ、「食べること」の意欲や楽しみを持てるように食育を推進します。

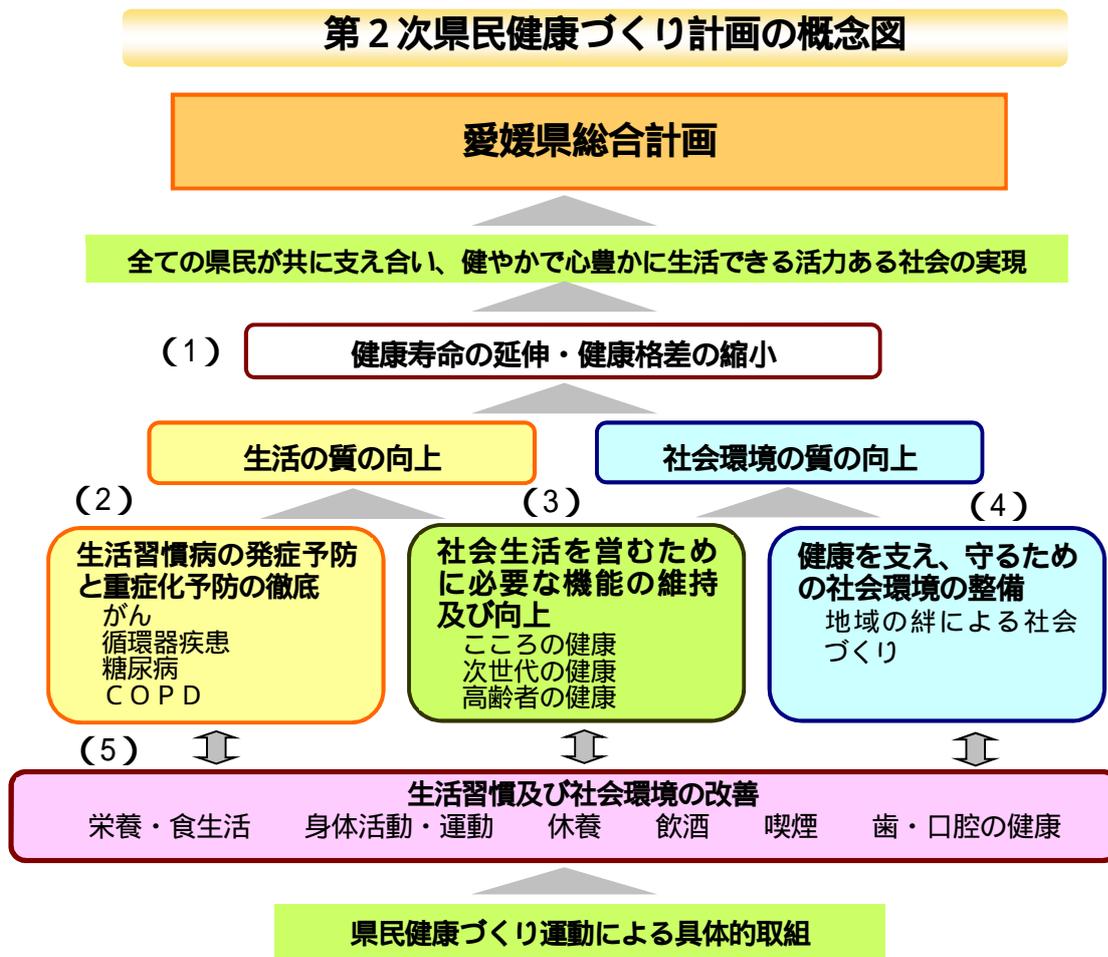
#### (高齢者に対する歯と口腔の健康づくり)

歯と口腔の健康は、生涯を通じて自分の歯でしっかりと噛んで食べることを可能にするだけでなく、肥満や糖尿病などの生活習慣病の予防につながるなど、全身の健康を保持増進するための重要な要素となっています。

高齢期は、歯の喪失が急増し、義歯使用者が増加するとともに、咀嚼・嚥下機能が低下する時期です。中でも、介護を要する状態では誤嚥性肺炎の危険性も高くなることから、高齢期の口腔機能管理(口腔ケア)は特に重要となります。

このため、高齢者における歯と口腔の機能低下の予防を図るため、80歳で20本の歯を保つ<sup>はちまるにいまる</sup>8020運動を推進し、若い時期からの歯と口腔の健康づくりに取り組むとともに、2024(令和6)年3月に策定した「第3次愛媛県歯科口腔保健推進計画」に基づき、オーラルフレイル等の口腔機能に関する知識などの普及啓発、施設などの職員や家族及び介護者を対象とした研修、地域での健康教室などによる口腔機能の維持・向上及び誤嚥性肺炎・窒息の予防を支援します。

図4 - 1 第2次県民健康づくり計画の概念図



(注) 概念図中の ( ) 内の数字は「県民の健康の増進の推進に関する5つの基本的方向」の番号を示す。

## 2 地域保健体制の整備

### 市町保健センター

住民に身近で利用頻度の高い保健・福祉サービスは市町が一元的に提供することとされており、現在、保健活動の拠点として県内20市町全てに保健センターが開設されています。

市町保健センターは、地域住民の健康の保持・増進を図るため、住民に対する健康相談、保健指導、健康診査等の対人保健サービスを行っており、市町の保健活動の拠点施設として、また、地域住民の自主的な保健活動の拠点としての役割を担っています。

今後も、医療費や介護給付費の増大が予想される中、介護予防対策や特定健診・保健指導を中心とした生活習慣病予防対策などの課題への対応が急務になっています。

- 市町村合併により複数の保健センターを有する市町では、それぞれの保健センターの連携を密にし、地区の特性を踏まえつつ、高齢者のニーズに応じた総合的なサービスを提供するよう努めます。
- 特定健診・保健指導を円滑に実施するため、国保部門と衛生部門との協働を推進します。
- 多様化する保健ニーズや新しい課題に対応するため、施設・設備の充実による機能向上を図るとともに、保健師、栄養士、歯科技術職員等の人材育成と適正配置に努めます。
- 保健センターの運営に当たっては、保健・医療・福祉の総合的なサービスを提供するため、保健所、医師会、歯科医師会、薬剤師会、地域医療機関、社会福祉施設等との連携を図るほか、健康づくりを進める住民組織やNPO等を含む民間部門との連携による地域の健康づくり体制の整備に努めます。

### 保健所

現在、県が6保健所、中核市である松山市が1保健所を設置しており、医師、歯科医師、薬剤師、獣医師、保健師、診療放射線技師、管理栄養士、歯科衛生士など、業務に必要な専門職員を配置し、住民の健康的な生活を守るため、健康増進、保健予防、衛生指導、環境保全等に関する業務を行っています。

県では、多様化・複雑化する保健福祉ニーズに対応するため、各地方局において保健所業務と福祉業務を一元的に行っているほか、市町が行う介護保険制度などのサービスについて、広域的・専門的な立場で医療サービスと介護サービス間の連携について、技術的助言を行うこととしています。

- 県が設置する保健所は、地域保健の広域的・専門的かつ技術的な拠点としての機能を強化するとともに、市町が実施する保健福祉サービスについて、広域的・専門的な立場から技術的助言等の援助に努め、市町職員等に対する研修を推進します。
- 地域における保健・医療・福祉の連携を促進するため、企画・調整機能の強化を図ります。また、保健・医療・福祉に関する情報を収集・管理・分析するとともに、関係機関や県民への情報提供に努めます。
- 地域保健サービスを効率的に提供するため、専門技術職員の適正な配置と人材確保に努めます。

## 1 - 2 社会参加の促進と生きがいづくり

本県の高齢化率は、2022（令和4）年10月1日現在33.9%で、県民のおよそ3人に1人が高齢者という状況であり、今後、本県の高齢化は更に進行することが見込まれています。

2023（令和5）年版「高齢社会白書」（内閣府）によると、2022（令和4）年の国内の労働力人口は、6,902万人で、うち65～69歳の者は395万人、70歳以上の者は532万人であり、労働力人口総数に占める65歳以上の者の割合は13.4%と上昇傾向にあります。そして、現在仕事をしている高齢者のうち、4割が「働けるうちはいつまでも」働きたいと回答し、「70歳位までもしくはそれ以上」との回答と合わせると、約9割が高い就労意欲を示していることがうかがえます。

また、社会活動（健康づくり・スポーツ・地域行事など）に参加した高齢者は健康状態が良いと回答した割合が高くなっているうえ、現在の健康状態が良いと回答した高齢者ほど生きがいを感じる割合は高くなっており、高齢者の社会活動への参加は、豊かな地域づくりにつながるものとして期待されるほか、高齢者自身にとっても介護や認知症の予防、生きがいづくりといったよい影響をもたらすものと考えられます。

今後、地域社会の維持・活性化のためには、高齢者が生涯にわたって生きがいを持って、未永く地域社会で活躍できることが不可欠であり、そのための環境整備が必要となることから、以下の取組を行います。

### 1 社会参加の促進と就業支援

#### 社会参加の促進

明るく活力に満ちた高齢社会を実現するためには、高齢者自身が地域社会の中で自らの知識と経験を生かして積極的な役割を果たすことができる社会づくりが重要です。また、元気な高齢者には、介護や見守り支援の担い手としての活躍も期待されます。

このため、県では、高齢者がボランティアや地域行事など様々な社会活動を通じて、地域を支える環境づくりに努めます。

また、高齢者の主体性と多様なニーズを十分に尊重しながら、老人クラブをはじめ、様々な自主的な団体・グループ活動の立ち上げや会員増など、活性化に向けた支援に努めます。

#### 老人クラブ等の活動の推進

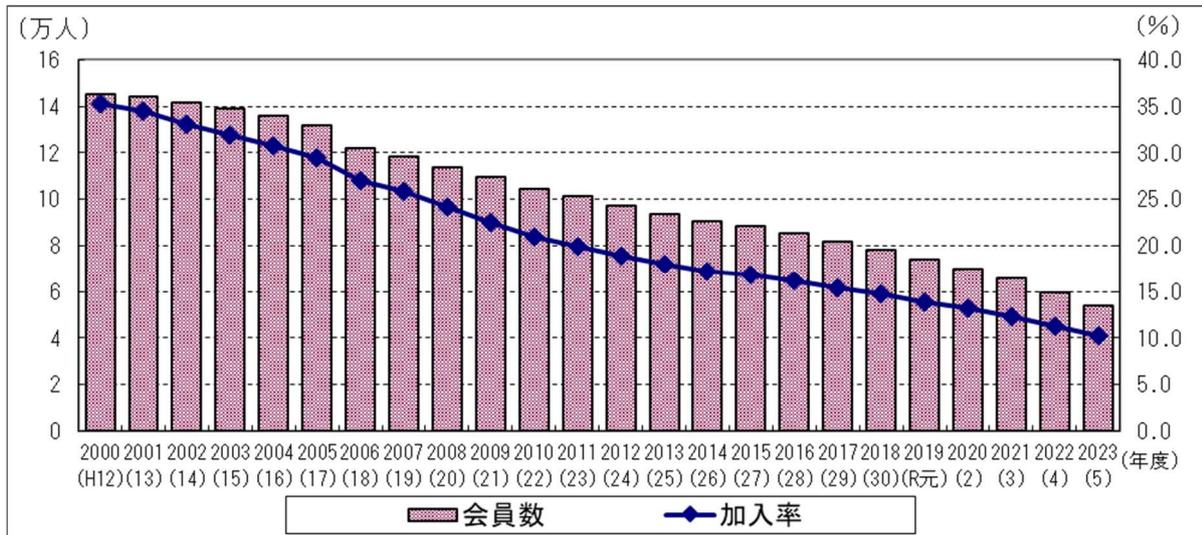
老人クラブは、地域を基盤とする高齢者による自主的な活動組織であり、仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする余暇活動のほか、これまで培った知識や経験を活かして地域を支える社会活動に取り組み、明るい長寿社会づくり、保健福祉の向上に努めることを活動の目的としており、その取組内容は、健康づくりやスポーツ・地域文化活動にとどまらず、単身高齢者の訪問活動、地域の見守り活動、防犯活動等、社会を取り巻く様々な問題に対応しており、地域の担い手として欠くことができないものです。

また、今後は、市町で実施する一般高齢者を対象とした介護予防活動のほか、介護保険制度における地域支援事業の生活支援サービス等の担い手としての役割も期待されています。

しかしながら、老人クラブの参加状況を見ると、会員数は2000（平成12）年度をピークに減少しており、加入率（60歳以上人口に対する割合）も同様に低下しています。（図4-2）

このため、高齢者の生きがいと健康づくり及び社会参加の促進の観点から、魅力ある老人クラブづくりや自主的な活動を行う団体やグループの育成を支援します。

図4-2 老人クラブの加入者数及び加入率の推移



資料：長寿介護課調査（各年4月1日現在）

### ボランティア活動への参加促進

- 県民のボランティア活動への参画意識を高め、高齢者をはじめとする多様な世代間や主体間において、自主性や主体性を持って地域活動等に参加する気運の醸成を図るため、年間を通じたボランティア情報の提供を行います。また、県及び県内全市町にボランティアに関する相談窓口を設置しているほか、ホームページ「愛媛ボランティアネット」を運営し、ボランティア関連情報の提供や、ボランティアに参加したい方とボランティアを必要とする方のマッチングを推進します。このほか、趣味や特技を生かしてボランティアを行う「一芸ボランティア制度」の実施等により、市町と連携しながら全県的なボランティア活動の活性化を促進します。
- 県が管理する河川や海岸、道路などの公共土木施設について、老人クラブなど住民団体等が自発的に行う美化清掃等のボランティア活動を支援します。
- 高齢者等が持つ知識や経験、技能を生かして、地域で子育て相談や世代間の交流等を通じた子育て支援活動を展開するほか、小中学校において子どもたちの見守り活動、環境整備、学校行事等を支援する学校支援ボランティア活動を推進します。

### 介護ボランティアの育成

元気な高齢者に住み慣れた地域の介護を支える貴重なマンパワーとして活躍してもらうとともに、自らの生きがいづくりや介護予防等にも役立ててもらうことを目的に、「災害時における高齢者の生活支援講座」など、県在宅介護研修センター（愛称「愛ケア」）等を活用して実践的な研修を実施し、地域に根差した介護ボランティアの養成に努めます。

### 介護保険制度を活用した高齢者のボランティア活動の支援

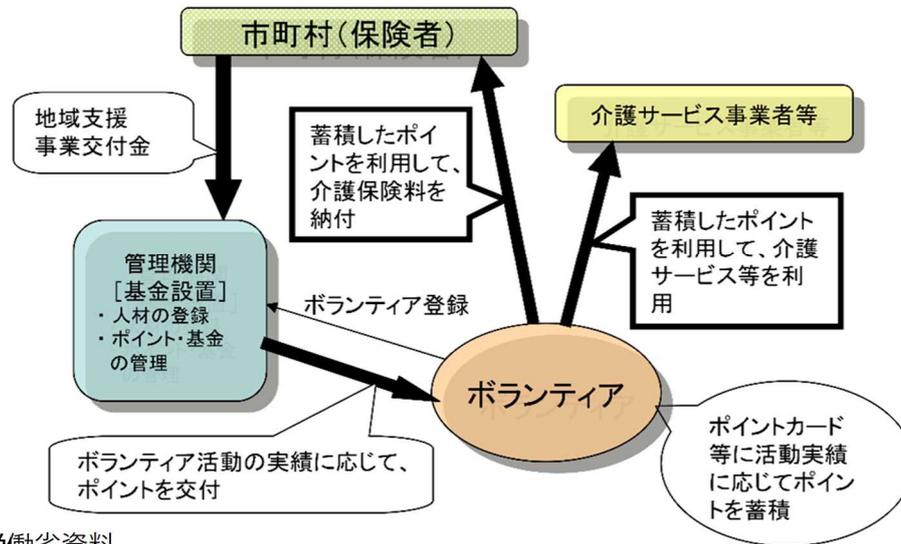
市町では、介護保険制度における地域支援事業を活用して、高齢者のボランティア活動を支援することにより、介護予防施策の普及・推進を図っています。具体例として、地域でボランティア活動に取り組む高齢者の活動実績を「ポイント」として評価し、このポイントを介護保険料や介護サービス利用料の一部に充てられるほか、現金に換金することができる制度としている市町もあります。

県では、地域の工夫次第で介護予防のみならず、地域の活性化にも資するこれら市町の取組を支援します。（図4-3）

図4-3 介護支援ボランティア活動への地域支援事業交付金の活用  
社会参加活動を通じた介護予防の推進

一定の社会参加活動をした者に対し、活動実績に応じて、実質的に保険料負担を軽減することができる。  
実施に当たっての財源として、「地域支援事業交付金」を活用することができる。

【実施スキームの一例】



出典：厚生労働省資料

### 高齢者の雇用確保と就業への支援

高齢者がこれまで培った知識と経験を活かした雇用や就業の促進は、高齢者の自立のための経済的基盤の確保や生きがいづくりに繋がるとともに、地域にとっても貴重な財産となることから、高齢者の就労意欲や心身機能に応じて就労のできる環境づくりに努めます。

### 高齢者に対する就業機会の確保

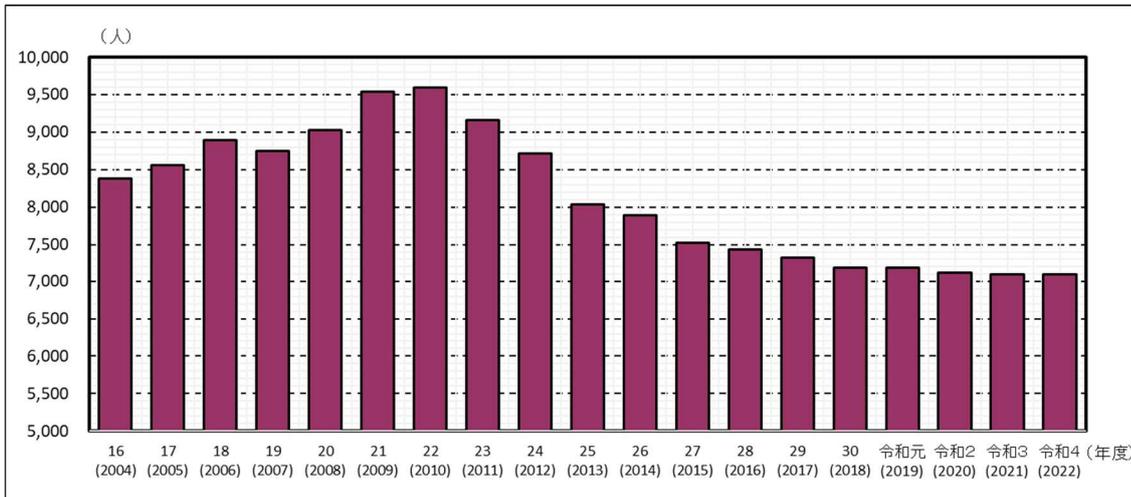
定年及び継続雇用制度の状況、その他高齢者（55歳以上）の雇用に関する状況については、「高齢者等の雇用の安定等に関する法律」に基づき、事業主は、毎年6月1日現在の状況を厚生労働大臣に報告しなければならないこととされています。また、事業主は、雇用する高齢者の65歳までの安定した雇用の確保のため、定年の定め廃止、定年の引上げ、継続雇用制度の導入（「高齢者雇用確保措置」）のいずれかの措置を講じることが義務付けられている（法第9条第1項）ほか、70歳までの就業機会の確保のため、定年の定め廃止、定年の引上げ、継続雇用制度の導入、創業支援等措置（「高齢者就業確保措置」）のいずれかの措置を講じるよう努めなければなりません（法第10条の2）。

2023（令和5）年6月1日現在、県内の21人以上規模の企業2,664社のうち、高齢者雇用確保措置の実施済企業の割合は、99.7%（2,655社）と全国平均の99.9%をわずかに下回り、高齢者就業確保措置の実施済企業の割合も、全国平均の29.7%を下回る27.8%（741社）となっていることから、今後も企業に対し、高齢者の雇用促進のための普及・啓発を図るなど、就労を希望する高齢者が、長年培った知識・経験・能力に応じ、いきいきと働くことのできる就業の場の確保に努めます。

### シルバー人材センター事業の充実・強化

シルバー人材センターの会員数は、2010(平成22)年度をピークに減少傾向にあります。日常生活や地域に密着した臨時的かつ短期的な仕事を高齢者に提供するため、シルバー人材センター事業の充実・強化に努めます。(図4-4)

図4-4 シルバー人材センター会員数の推移



資料：産業人材課調査（各年度末現在）

### 高齢者に対する起業活動や新規就農への支援

退職後の高齢者の新たなビジネスへの起業活動を支援するとともに、新規就農を希望する高齢者への就農支援に取り組みます。

## 2 生きがいきりの推進

### 生涯学習機会の提供等

高齢者の生きがいきりを推進するため、各種の学習ニーズに応じた学習機会の提供に努めるとともに、文化やスポーツ・レクリエーションなどの活動支援、活動成果の発表、交流の場づくりを推進します。

- 県生涯学習センター等を通して、各種のニーズに応じた学習機会を提供していくとともに、県、市町、大学等の高等教育機関やカルチャーセンター、NPOなど県民に様々な学習の機会を提供している機関・団体が連携し、県内全域を1つの学び舎として生涯学習を総合的に支援する「学び舎えひめ」の運営を通じて、高齢者の主体的活動や交流促進を図ります。
- 高齢者大学校において、生活・文化や芸術など様々な分野の知識・技術を身に付ける機会を提供することにより、高齢者の生きがいきりを支援します。
- 高齢者を含む地域住民の誰もが好きなスポーツを気軽に楽しむことができるための環境整備を図るため、地域住民による自立型の「総合型地域スポーツクラブ」の設立・育成を支援します。

### 高齢者等によるICT利活用の促進

高齢者を含む県民が、ICT（情報通信技術）の利活用により自らの生活の質を高め、また一層の社会参加が可能となるよう、関係機関や民間団体と連携して、安心してインターネット等を使うための知識を習得する機会の充実を図ります。

## ICT利活用機会の提供

高齢者の生涯学習活動を促進・支援するため、生涯学習関係の機関において、ソーシャルメディアにより情報提供を行うほか、関係機関や民間団体との連携を図り、ICTに係る学習機会を提供するなど、高齢者がICTを利活用する機会の提供に努めます。

## ICT利活用への支援

今後、ICTに関する高い知識を有する高齢者の増加が予想されることから、これらの人材が核となって高齢者が相互に学び合い、趣味や生活などの生きがい分野をICTで豊かにするネットワークの普及を推進するため、シニアのICT人材の募集・登録を行うなど、シニアネットづくりを支援します。

また、高齢者層においてデジタルデバイド（情報格差）が生じないよう、高齢者大学でのスマホ教室開催等によりITスキル向上を図るほか、ソーシャルメディアを活用した県政情報等の効果的な情報発信を行うなど、県内高齢者のデジタルシフトを支援します。

## 高齢者のスポーツ活動等への支援

長寿化が進み、スポーツや文化など様々な社会活動に対する高齢者の参加意欲が高まる中、高齢期を豊かに過ごすため、活動の場や社会参加の機会づくりが求められています。

特に、2023（令和5）年10月28日から31日までの4日間、本県では初開催であった60歳以上の高齢者を中心としたスポーツと文化の祭典「全国健康福祉祭（ねんりんピック）」を通じ高まった、ふれあいと活力のある社会の実現に向けた気運を一過性のものとすることなく、高齢者のスポーツ・文化活動等への支援に取り組むことで、社会参加の促進や健康・生きがいづくりの推進を図ります。

## スポーツサイクリングを通じた高齢者の生きがい・健康づくり

スポーツサイクリングは、医学的にも良好な身体機能の維持効果が認められ、手ごろなスポーツの中でも安全性が高く、高齢者の運動・スポーツ種目として、男女ともに200万人以上の潜在需要人口が見込まれる唯一のものであるとされており、健康づくりへの効果的な手段の一つであると考えられます。

また、本県は、自転車を通じて健康、生きがい、友情を育む「自転車新文化」の普及・拡大に努めており、高齢者を対象としたスポーツサイクル体験会の開催やSNS等を活用した愛好者同士の交流促進を行うことにより、サイクリング愛好者の裾野の拡大等を通じて、高齢者の生きがい・健康づくりを推進します。

## e-スポーツの普及拡大

e-スポーツは、年齢を問わず楽しめる貴重なコミュニケーションツールであり、身体機能や認知機能の改善にも繋がる可能性があると考えられていることから、高齢者へのe-スポーツの普及拡大を図ります。

## 達成目標

指 標	現 状	目 標
	2022(令和4)年度	2026(令和8)年度
ねんりんピック対象競技の県内競技者数	9,555人	10,000人