

第3回高齢者福祉計画・介護保険事業計画策定委員会次第

○日時 令和5年12月19日午後1時30分～

○場所 高森町役場 3F 大会議室

1 開 会

2 協議事項

(1) 高齢者の健康の現状と課題について

(2) 介護予防について

(3) これから重点的に取り組むべきこと

(4) 次回の会議日程

1月 日()

(5) その他

3 閉 会

地域包括ケアシステムの推進に向けて重点的に取り組むこと

高齢者が健康で安心して暮らし続けられるまち

- 地域包括ケアシステムの深化と構築に向けた地域ケア会議の実施

- 高齢者を支える地域づくり
 - 地域での見守り活動の推進
 - 生活支援体制の充実
 - 高齢者を支える地域ボランティアの育成

- 高齢者の社会参加

- 健康づくりの推進

- 認知症高齢者ケア体制の充実

- 成年後見制度の普及

介護が必要になったときに、地域で包括的に継続的に支援が受けられるまち

- 介護予防の充実

- 在宅介護の推進と介護者家族への支援

- 医療と介護の連携について

- 災害時の対応

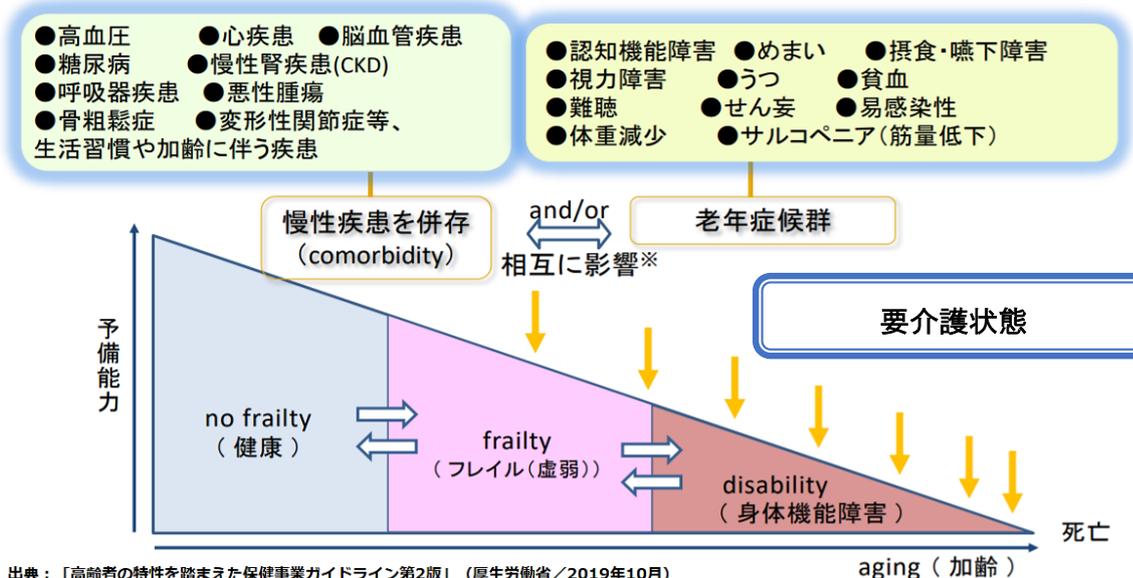
- 介護職場の人材確保

(1) 高齢者の健康の現状と課題

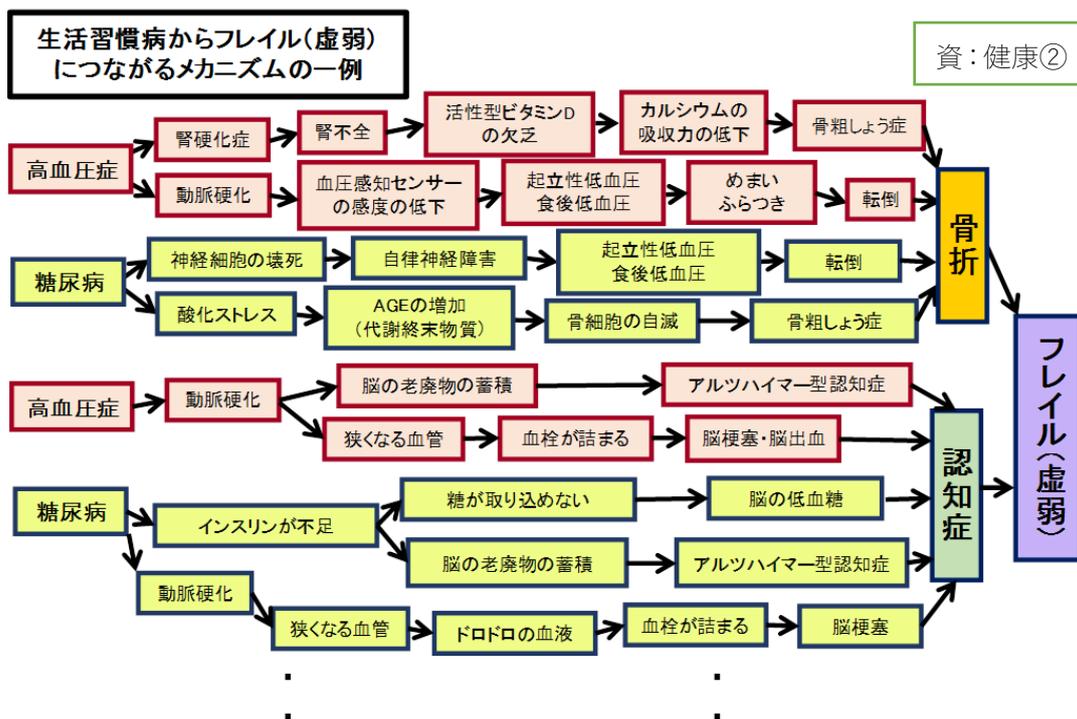
下の図（資：健康①）は全国の「高齢者の健康状態の特性」について厚生労働省がまとめたものです。高血圧や糖尿病などの生活習慣病や変形性関節疾患や骨折などの疾患に加えて、認知機能の低下や食欲低下などの病気ではない加齢による変化が、徐々に身体機能や社会性を奪い、「フレイル（虚弱）」状態となります。さらにフレイルが進行し、日常生活が困難になると「要介護状態」になります。

高齢者の健康状態の特性等について

資：健康①



また「骨折」や「認知症」も一見、生活習慣病とは関係がなさそうに見えますが、下記（資：健康②）のようなメカニズムで生活習慣病から「骨折」「認知症」を発症し、「フレイル状態」にいたるとされています。



高森町の健康寿命の変化

健康寿命の評価 平均自立期間

資：健康③

<高森町>	2020年 (R2年)	2021年 (R3年)	2022年 (R4年)	3年間の変化
男性	81.0	80.1	80.5	0.5短縮
女性	85.2	85.8	86.0	0.8延伸

<長野県>	2020年 (R2年)	2021年 (R3年)	2022年 (R4年)	3年間の変化
男性	81.0	81.1	81.1	0.1延伸
女性	84.9	84.9	85.2	0.3延伸

<国>	2020年 (R2年)	2021年 (R3年)	2022年 (R4年)	3年間の変化
男性	79.8	79.9	80.1	0.3延伸
女性	84.0	84.2	84.4	0.4延伸

※国保データベースシステムより

上の表（資：健康③）は高森町の令和2～4年度の平均自立期間の変化を比較したものです。平均自立期間は介護保険の「要介護度2未満」を健康な状態として算出したものです。最近ではこの数値を健康寿命として採用する自治体も多くあります。

高森町では女性の健康寿命は延伸、男性の健康寿命は短縮しています。しかし、男女ともに全国平均よりも長く自立した状態を維持しています。

医療費の状況からみえる高森町の健康課題

高森町の75歳以上の方の直近3年間の医療費を病気ごとにまとめたものが下の表（資：健康④）になります。

【後期高齢医療費：入院費用+外来費用】

資：健康④

年度		2020 (令和2年)		2021 (令和3年)		2022 (令和4年)	
順位	病名	(%)	病名	(%)	病名	(%)	
1位	脳梗塞	6.5	脳梗塞	7.1	脳梗塞	5.6	
2位	慢性腎臓病	6.1	骨折	5.0	不整脈	4.8	
3位	骨折	5.9	不整脈	4.5	糖尿病	4.6	
4位	関節疾患	4.4	慢性腎臓病	4.4	骨折	4.5	
5位	高血圧	4.2	糖尿病	3.8	骨粗しょう症	4.4	
総額		1,790,597,987	円	1,890,391,353	円	1,829,713,084	円
高森町	保険者数	2,274	人	2,277	人	2,301	人
	一人当たり	787,422	円	830,211	円	795,182	円
長野県	平均一人当たり	818,902	円	842,323	円	852,821	円
全国	平均一人当たり	917,124	円	940,512	円	954,369	円

適正な治療を早い段階から

生活習慣病の重症化予防

医療費全体費用の抑制

後期高齢医療費で高額となっている疾患は「脳梗塞」が3年連続で1位となっています。また「骨折」「慢性腎臓病」も高額となっています。

また表の下段は高森町の後期高齢の医療費の総額（年間約 18 億円）、一人当たり医療費を長野県や全国の平均額、と比較したものです。高森町は長野県平均と比較して、医療費が低く抑えられています。

介護保険申請者から見える健康課題

資：健康⑤

【疾患別介護保険新規申請者数】

介護保険主治医意見書・介護保険年報より

年度	2020（令和2年）		2021（令和3年）		2022（令和4年）	
	順位	病名	(%)	病名	(%)	病名
1位	認知症	22.1	認知症	17.6	認知症	21.1
2位	骨折	15.9	脳血管疾患	16.2	骨折	15.0
3位	高血圧症	10.6	悪性新生物	11.0	高血圧症	11.6
4位	脳血管疾患	9.7	骨折	8.8	脳血管疾患	10.2
5位	悪性新生物	8.0	心疾患	7.4	悪性新生物	8.8
新規申請者	113	人	136	人	147	人
認定者数	631	人	648	人	640	人
給付費	1,172,851,274	円	1,248,949,378	円	1,206,120,643	円

上の表（資：健康⑤）は新たに介護保険を申請された方の病気を、主治医意見書を基に調べたものです。高森町で介護申請の1番多い病気は認知症です。骨折や脳血管疾患も上位に入っています。

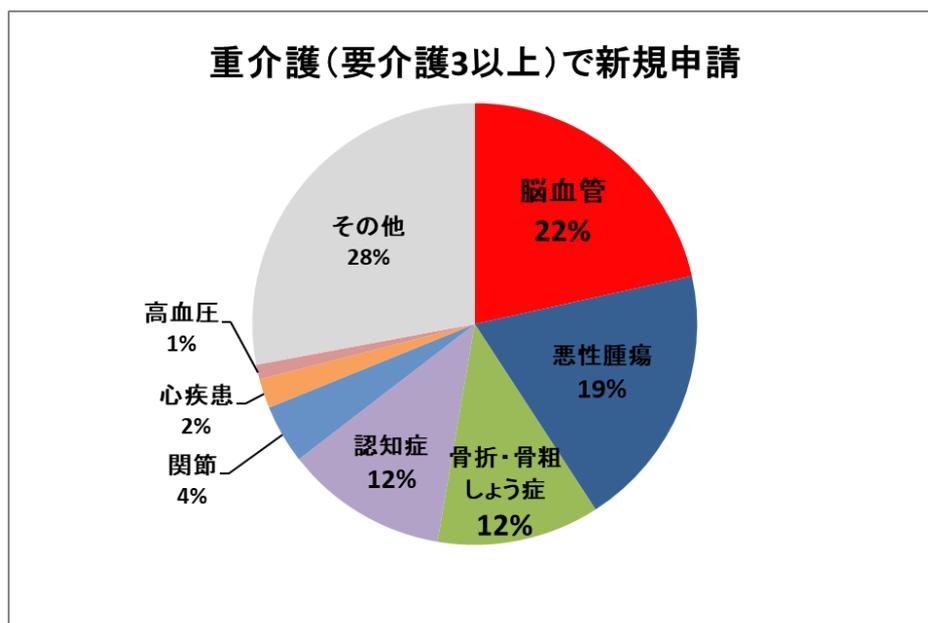
介護保険の新規申請者は増加傾向です。また介護給付費は年間に12億円です。下の表（資：健康⑥）は第8期介護保険事業計画策定時点で、保険料の標準月額を長野県や全国と比較したものです。全国的には介護給付費は増加傾向で、それに伴い介護保険料も増額となっている自治体が多いです。

資：健康⑥

令和2年	介護認定率（12月末）	介護保険料の増額割合	介護保険料（標準）	
高森町	14.9%	3.0%減	5,600	円
長野県	17.2%	0.5%増	5,623	円
全国	18.7%	2.5%増	6,014	円

重介護(要介護3以上)で新規申請

資：健康⑦



また上の表（資：健康⑦）は令和2～4年度の3年間で、介護保険を新規に申請された方の中で、要介護3以上で申請された方の原因疾患です。初回申請時に重介護状態で申請される方で、一番多い疾患は脳出血や脳梗塞などの「脳血管疾患」で、全体の2割を占めています。

以上のことから現在の高森町の高齢者の健康課題は「脳血管疾患」「認知症」「骨折」と考えられます。

これらの疾患は「高血圧」や「糖尿病」などの生活習慣病を適正にコントロールすることで、発症を予防することが可能です。「脳梗塞」などの大きな疾患繋がる前に適正な医療を受けられることが大切です。

特に高血圧は減塩や家庭血圧測など少し気を付けるだけで改善が可能です。また「骨折」についても「足の健康」に着目し、いつまでも自分の足で歩ける状態を維持できるようにすることも重要です。「高血圧の改善」「フレイル予防」は高齢者に限らず高森町が力を入れていきたい健康テーマです。

これからの取り組み

高齢者の健康づくりの推進

厚生労働省では「医療保険・介護保険における予防・健康づくりの一体的実施」を推進しています。高森町では、高齢となっても継続した生活習慣病予防と重症化予防のための事業や保健指導などを推進します。

健康課題の把握

KDBや介護保険の利用状況、死亡統計等から高森町の健康課題を積極的に把握します。

個別のハイリスクアプローチ

心房細動や糖尿病性腎症、慢性腎臓病など重症化した場合に脳梗塞や腎不全など重大な疾病の基になるハイリスクの方を抽出し、継続受診の確認や保健指導を行います。またこのようなハイリスクの方で受診が中断している場合などはかかりつけ医や薬局と連携して対応をします。（このような個人への健康管理をハイリスクアプローチと言います）

令和3～5年度 個別保健指導者数：68名

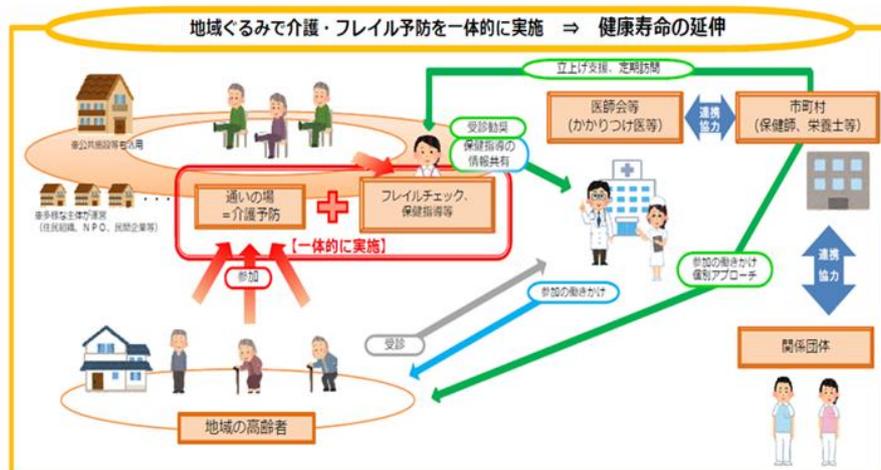
ポピュレーションアプローチ

地域のサロンや通いの場に積極的に保健師が出向き高齢者が抱える健康上の不安や課題をサポートします。特に血圧については保健師がサロンに出向いた際にはできるだけ測定し、減塩や家庭血圧の重要性について繰り返し説明していきます。

また住民の関心の高い「運動機能維持、あるいは認知症予防のための健康センターあさぎりの健康運動指導士等の講師派遣の地域サロンや高齢者の通いの場（いきいき倶楽部）への派遣」について費用補助を積極的に行います。またフレイル予防などの健康講演会や男性の社会参加につながるような楽しいイベントを開催します。（このような大勢に対して行う健康普及活動をポピュレーションアプローチと言います。）

令和3～5年度 地域サロン健康運動指導士派遣者回数：58回

「健康課題の把握」からの的を絞った「個別のハイリスクアプローチ」「ポピュレーションアプローチ」をもって高森町の健康寿命の延伸を目指します。



健康スコアリング（介護）

保険者番号： 200907
 保険者名： 高森町
 地区：

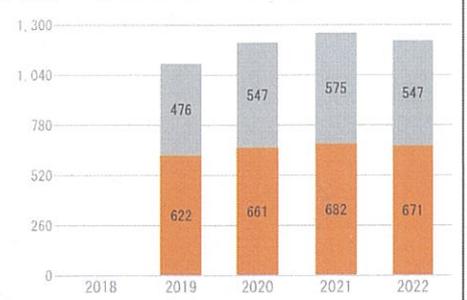
作成年月： R04年度
 印刷日： R05年12月15日
 比較先： 県

※1号被保険者(65歳～)を対象とする。(【介護・医療のクロス分析】以外は被用者保険被保険者・生活保護受給者を含む。)

【平均自立期間】 ()内は95%信頼区間

	二次医療圏	県	同規模	国	各市町村
①平均自立期間(要介護2以上)					
男	81.8歳 (81.0~82.6歳)	81.1歳 (80.8~81.3歳)	79.5歳 (79.3~79.8歳)	80.1歳 (80.1~80.2歳)	80.5歳 (78.0~83.0歳)
女	85.3歳 (84.8~85.9歳)	85.2歳 (85.0~85.4歳)	83.9歳 (83.7~84.2歳)	84.4歳 (84.4~84.5歳)	86.0歳 (84.2~87.7歳)
②平均自立期間(要支援・要介護)					
男	80.6歳 (79.8~81.4歳)	79.8歳 (79.6~80.0歳)	78.4歳 (78.2~78.7歳)	78.7歳 (78.6~78.7歳)	79.5歳 (77.1~81.6歳)
女	83.2歳 (82.7~83.7歳)	82.7歳 (82.5~82.8歳)	81.6歳 (81.4~81.8歳)	81.4歳 (81.4~81.5歳)	83.9歳 (82.4~85.4歳)
③平均余命					
男	83.4歳 (82.5~84.3歳)	82.5歳 (82.2~82.8歳)	81.0歳 (80.7~81.3歳)	81.7歳 (81.7~81.7歳)	82.0歳 (79.2~84.7歳)
女	88.5歳 (87.8~89.1歳)	88.3歳 (88.1~88.5歳)	87.1歳 (86.9~87.4歳)	87.8歳 (87.7~87.8歳)	88.6歳 (86.5~90.7歳)

【介護給付費推移】



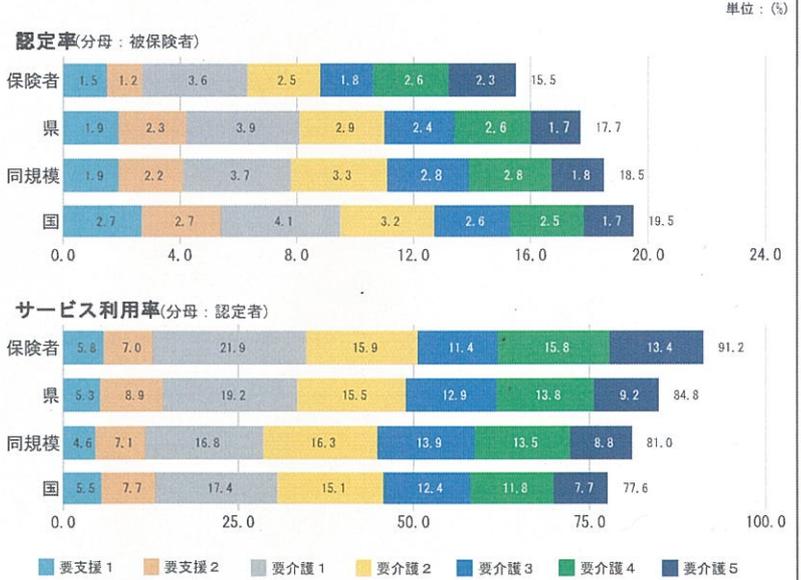
【介護の状況】

	保険者	県	同規模	国
認定率	15.5%	17.7%	18.6%	19.4%
悪化度(前年比)	102.4%	104.1%	103.4%	106.2%
[参考]悪化度	0.5ポイント	0.4ポイント	0.4ポイント	0.4ポイント
改善度(前年比)	130.6%	99.7%	98.9%	107.1%
[参考]改善度	0.1ポイント	0.1ポイント	0.1ポイント	0.2ポイント
居宅1人当たり介護給付費(前年比)	93.8%	96.8%	95.3%	96.5%
[参考]居宅1人当たり介護給付費	13,430円	14,071円	13,459円	15,157円
施設1人当たり介護給付費(前年比)	90.8%	95.8%	95.8%	94.2%
[参考]施設1人当たり介護給付費	10,952円	9,638円	11,464円	8,570円

【要介護区分別人数前年比】

前年度末の要介護区分(%)	今年度末の要介護区分(%)								前年度末の区分別の人数(人)	
	非該当	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5		
非該当又は認定無し	-	16.7	14.3	38.1	19.0	2.4	4.8	4.8	-	42
要支援1	0.0	70.0	3.3	10.0	3.3	3.3	1.7	0.0	8.3	60
要支援2	0.0	6.3	49.2	17.5	3.2	4.8	3.2	0.0	15.9	63
要介護1	0.0	2.2	0.0	64.0	6.5	6.5	7.2	0.7	12.9	139
要介護2	0.0	0.0	1.0	2.9	58.1	12.4	9.5	4.8	11.4	105
要介護3	0.0	0.0	0.0	1.4	2.8	54.2	6.9	12.5	22.2	72
要介護4	0.0	0.0	0.0	0.9	1.8	3.5	53.5	9.6	30.7	114
要介護5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	60.6	37.4	99	

【介護認定率・サービス利用率内訳】



【介護・医療のクロス分析】

介護認定のあり・なしと、1人当たり医療費の相関を確認する。()内は間接法で算出した性・年齢調整値/保険者差指数

	保険者	県	同規模	国
外来				
介護認定あり(要介護2以上)	348,305 (384,819/0.91)	388,354	354,082	462,365
介護認定あり(要支援・要介護)	382,511 (402,367/0.95)	413,206	386,326	480,497
介護認定なし	249,607 (283,993/0.88)	282,749	274,409	286,122
入院				
介護認定あり(要介護2以上)	1,192,368 (1,034,462/1.15)	1,037,340	1,029,992	1,137,545
介護認定あり(要支援・要介護)	966,367 (787,162/1.23)	802,576	832,270	852,919
介護認定なし	133,590 (153,333/0.87)	151,196	171,267	159,285

【各市町村が属する二次医療圏の平均自立期間・平均余命】 ()内は95%信頼区間

	平均自立期間(要介護2以上)	平均余命
男性	81.8歳(81.0~82.6歳)	83.4歳(82.5~84.3歳)
女性	85.3歳(84.8~85.9歳)	88.5歳(87.8~89.1歳)

【各市町村の平均自立期間・平均余命】 ()内は95%信頼区間

	平均自立期間(要介護2以上)	平均余命
男性	80.5歳(78.0~83.0歳)	82.0歳(79.2~84.7歳)
女性	86.0歳(84.2~87.7歳)	88.6歳(86.5~90.7歳)

(2) 介護予防について

介護予防・日常生活支援総合事業

高齢者の介護予防と日常生活の自立を支援することを目的とした事業です。高森町では平成 29 年 4 月から（住民主体によるサービスは平成 29 年 7 月から）開始しています。総合事業は「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」で構成されています。

1 介護予防・生活支援サービス事業

利用対象者は要支援 1・2 の認定を受けた方もしくは基本チェックリストの結果により生活機能の低下が認められた 65 歳以上の方（事業対象者）です。サービスの種類は訪問型サービス・通所型サービスがあります。

高森町では、従来の現行相当のサービスに加え、基準を緩和したサービス A と住民主体のサービス B も実施しています。

(1) 訪問型サービス

■内容

ヘルパー等が自宅へ訪問し、日常生活の掃除、洗濯、調理、買い物などの生活支援や入浴、排泄などの生活全般にわたる支援を行うサービスです。

■利用状況（令和 3.4.5 年度 10 月利用人数）

	令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度
訪問型サービス A (基準を緩和したサービス)	23 人	20 人	22 人
訪問型サービス B (住民主体のサービス)	2 人	7 人	7 人

*訪問型サービス B は事業対象者、要支援 1・2 の方が利用した場合、事業所に 1 回利用ごとに 400 円を補助しています。

独居高齢者世帯、高齢者世帯の増加により訪問サービスは件数が増えています。訪問型サービス B では通院の付き添いなど介護保険外のサービスの提供も行い、高齢者の生活を支える生活支援サービスとして大きな役割を果たしています。

(2) 通所型サービス

■内容

介護予防の教室や通所介護施設（デイサービス）などで、生活機能の維持・向上のための支援を行うサービスです。運動器機能向上の体操や入浴サービスを受けられる事業所もあります。

■利用状況（令和3.4.5年度10月利用人数）

	令和3年度	令和4年度	令和5年度
通所型サービスA (基準を緩和したサービス)	95人	83人	85人
通所型サービスB (住民主体のサービス)	13人	18人	18人

*通所型サービスBは事業対象者、要支援1・2の方が利用した場合、事業所に1回利用ごとに400円を補助しています。

サービスAは個々のニーズに合わせたサービスが選択できるように、理学療法士から指導を受けられる運動機能に特化した事業所、気軽に体を動かせる活動を行うことから、外出のきっかけに繋がっている事業所、地区の方との交流が出来る事業所、また、物忘れ予防の内容を取り入れてくれる事業所がありサービス内容の幅が広がっています。サービスBは住民主体のため、高齢者が担い手側として社会参加につながり、生きがいや介護予防につながっています。

(3) これからの取り組み

要支援または事業対象者を対象に介護予防を行うことにより、自立支援と重度化防止につながります。

介護予防ケアマネジメントを行い、適切なサービスに結び付けていきます。総合事業により切れ目のない介護予防の継続が来ています。

高齢者の生活を支えるには介護保険制度による支援だけでなく、多様な主体による多様なサービスの提供も必要です。今後も地域の実情に応じたサービス内容を検討し、事業の広報、周知を行っていきます。

2 一般介護予防事業について

高齢になっても生きがいや役割をもっていきいきと生活できるように、65歳以上の方がどなたでも参加できる体操やレクリエーション、講演などの介護予防のための取り組みです。

<介護予防教室開催事業>

地域サロンでの介護予防活動が活発にできるよう、各地域サロンで健康運動指導士などの講師を呼ぶ場合の講師料を町が助成するようにしています。

年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
講師派遣回数	11回	23回	25回(予定を含む)

<高齢者訪問事業>

一人暮らし・二人暮らしの高齢者に訪問し、安否確認や保健指導などを行っています。必要時には介護保険サービスに繋がります。

年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
訪問世帯数	64世帯	84世帯	42世帯
訪問人数	64名	105名	76名