

2025年問題に向けた高齢者を支える取り組みについて

第1 提言の背景と経緯

1 高齢化の現状と展望

国立社会保障・人口問題研究所によれば、日本の人口は平成19年(2007年)をピークに減少をはじめ、2025年には約1億2,114万人、2050年には1億59万人になると予測されています。

平成27年(2015年)、既に日本において最も人口比率の高い団塊の世代(1947年~1949年生まれ)約800万人が65歳以上の高齢者となり、低出生率が拍車をかけ、生産年齢人口がさらに減少します。

2 2025年には

また、現在1,500万人程度の後期高齢者人口が、団塊の世代が後期高齢者になる2025年には約2,200万人まで膨れ上がる試算が出ています。

日本の全人口の4人に1人は75歳以上の後期高齢者という超高齢社会となります。

医療の高度化により、日本人の平均寿命はなお伸びています。現在の日本人の平均寿命(平成29年(2017年)時点)は男性81.09歳、女性87.26歳で、今後も伸びていくことが予想されます。平成19年(2007年)生まれの子どもの半数は107歳まで生きるとする研究もあります。

3 2025年問題とは

低出生率と諸外国に例を見ないスピードでの高齢化、介護や福祉分野の需要がますます増え医療費などの社会保障費が急膨張する中、高齢者人口1人を支える生産年齢人口の減少のため、今後さらに厳しい社会保障費負担の社会の到来が予想され、医療・介護のサービス体制の抜本的な見直しが急務となっています。国の長期債務は平成30年度(2018年度)末で1,107兆円になると見込まれており、社会保障費の負担については、社会保障財政の崩壊の懸念が提示されています。

社会保障財政の状態は、「胴上げ型(大勢が1人を持ち上げる)」、「騎馬戦型(3~4人が1人を持ち上げる)」、「肩車型(1人が1人を持ち上げる)」と表現され、戦後、高齢化社会が進む前までの社会保障財政は胴上げ型、現在は騎馬戦型の状態になっています。国の試算では、将来的に一人が一人を支える肩車型の社会保障財政になるといわれています。

このように、2025年問題とは、高齢者だけでなくその子どもたちの世代に対しても重要な問題となっています。

4 市の現状・今後の見通し

小平市では人口が 19 万人に対し、平成 30 年（2018 年）10 月 1 日時点で高齢者人口が 23.0%の約 4 万 4,500 人となっています。特に介護等の支援が必要となる可能性が高くなる 75 歳以上の人口が、介護保険制度が開始した平成 12 年度（2000 年度）と比べて 2.5 倍の約 2 万 3,000 人となり、2025 年には 75 歳以上の人口が約 2 万 7,000 人に増加することが見込まれています。

5 国・市の考え

超高齢社会の到来により生じる、一人暮らし高齢者世帯の孤立化、認知症高齢者の増加、介護する家族の負担増加や高齢者虐待などの問題に対し、国は、高齢者が可能な限り住み慣れた地域で、尊厳を保持しながら自立した生活を続けられるようにするため、「医療・介護・介護予防・住まい・生活支援」が、身近な地域で一体的に提供される仕組みである「地域包括ケアシステム」を示しました。小平市では平成 27 年（2015 年）に小平市地域包括ケア推進計画を策定し、現在、平成 30 年度（2018 年度）からの 3 年間の計画に基づき、各種事業が進められています。

6 厚生委員会の考え

制度・分野ごとの「縦割り」「支え手」「受け手」という関係を超えて、地域住民や多様な主体が「我が事」として参加し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて「丸ごと」つながることで、住民一人ひとりのくらしと生きがい、地域をともに創っていくという、地域共生の社会づくりが必要となると考えます。

また、これらの理念を、高齢者のみでなく、すべての世代で共有することが必要であると考えます。

高齢者の閉じこもりや孤立の問題が地域の中に存在していて、高齢者の一人暮らし世帯が増加していることから、高齢者が孤独を抱きながら暮らしていたり、社会的なつながりが得られなかったりする状況が増えてきています。高齢者の孤立状態を低減させ、安心して暮らしていける地域の創出が求められています。

既に、市内には熱心に活動する多様な団体があり、高齢者が気軽に通うことが出来る居場所等は 26 か所あります。小平市地域包括ケア推進計画では、居場所となる場を平成 32 年度（2020 年度）末までに 45 か所に増やす目標をたてていますが、地域にある社会資源の活用等により、居場所づくりのさらなる拡大が必要です。

また昨今、生活習慣の変化から、生活習慣病が増加し、医療費の増大な

どの課題が指摘されています。小平市も例外でなく、生活習慣病による死因が上位になっています。

これらの疾病に対応するため、予防の観点から日頃の健康づくりの重要性が増してきています。平成 29 年（2017 年）にこだいら健康増進プランが策定され、市は「みずから健康をつくる小平」を宣言しました。その人らしく、元気に健康な状態で年を重ねられる施策の推進がさらに求められています。

平成 30 年度（2018 年度）から平成 32 年度（2020 年度）を計画期間とする地域包括ケア推進計画の策定期間中に、厚生委員会では上記の認識に立ったうえで、政策提言のテーマを検討し、2025 年まで 7 年しかないことから、委員会として、小平市地域包括ケア推進計画を踏まえ、取り組みと並行する形で、いかに小平市が限りある資源や財源を効率的、効果的に活用し、より良い高齢者施策を有機的に機能させることができるかを検討しました。そしてこの間、他自治体の取り組みの視察や議会報告会での市民の意見聴取などを踏まえ、必要と考える次の 3 つのテーマを選定しました。

- (1) 地域共生社会における地域包括ケアシステムの理念の普及と市民意識の向上策について
- (2) 人生 100 年時代を見据えた健康増進、介護予防の更なる推進について
- (3) 居場所づくりと担い手の育成について

前述（1）から（3）までの地域包括ケアシステムの構築のための具体的な取り組みは既に始まっておりますが、人と人、地域のつながりの中で、以下に示す厚生委員会の提言が新たな助け合いの仕組みづくりに活かされ、その一助となることを願い、提言をまとめたものです。

第 2 提言の内容

1 地域共生社会における地域包括ケアシステムの理念の普及と市民意識の向上策について

(1) 市民意識の向上のため、「健康寿命^{のびのび}延伸こだいら宣言」をする

市が宣言することにより、健康寿命を延伸し、生涯現役の意識を高め、いつまでも生き生きと活躍してもらえるよう、気運の醸成を図る必要がある。

(2) 外部識者を活用した講演会等を行い、市民理解を広げる

いつまでも安心して元気に暮らせる地域を目指し、元気なうちから一人

ひとりが現状の課題を理解し、課題解決に向けた意識と理解をより一層広める必要がある。

2 人生100年時代を見据えた健康増進、介護予防の更なる推進について

(1) 介護予防ボランティアポイント事業と健康ポイント事業が連携したポイントインセンティブ事業として展開する

健康な高齢者による介護予防の取り組み等にポイントを付与する「介護予防ボランティア事業」と、市民自らの健康維持活動にポイントを付与する「健康ポイント事業」の一本化を視野に入れ、二つの事業を連携させることで、高齢者相互の支援活動、若年期からの健康維持活動のきっかけをつくり、健康寿命の延伸につなげていくことを検討する必要がある。

(2) ポイント付与の対象拡大など、より魅力的なインセンティブにする

介護支援におけるゴミ出し等の軽微な活動を対象とすると共に、ベリースタンプの交換率を引き上げるもののほか、運動施設利用料等への換算や、自らの健康維持により保有するポイントを自らの介護サービス利用者負担に使用できる「健康ポイント貯金」と交換できるようにするなど、新たな選択肢を増やすことで、参加しやすく、楽しみながら健康維持活動や介護予防活動を行えるよう検討する必要がある。

3 居場所づくりと担い手の育成について

(1) 高齢者の交流スペース（以下「居場所」という。）をさらに増やす

いつまでも元気な高齢者を増やすために、外へ出て地域の方々と交流する場として、居場所を活用する。

高齢者にとって通いやすい交流の場をさらに増やす必要があり、気軽に歩いていける距離で、公共施設や、空き家、空き店舗などを活用した居場所づくりの検討を行う必要がある。

(2) 居場所の担い手（つくりたい人）の育成プログラムを実施する

居場所を増やすために、居場所をつくりたい、手伝いたいと思う人を育成する必要がある。

居場所づくりについては、中心になる市民をはじめマンパワーが重要なため、支援したい人を育て、増やすことが必要である。そのために、スキルアップや居場所開設のフォローを含む、担い手の育成プログラムを市が主導する必要がある。

(3) 居場所運営者同士の事例を発表するなどの協議会を開催する

市内の居場所運営者同士の交流や情報交換、成功事例の共有の場として、より良い居場所づくりに活用するための協議会を開催する必要がある。

また、地域のボランティアに無償で頼るだけでは継続的な取り組みは困難であることから、居場所づくりの中心となって活動する生活支援コーディネーターの活動の充実を図るほか、その他の民間の有償コーディネーターを活用するなど、居場所づくりの拡充に向けた継続的な取り組みを図る必要がある。

(4) 居場所に関する情報提供を強化する

居場所について「すでに携わっている人の支援」「つくりたい人の支援」「手伝いたい人の発掘」のための情報を積極的に発信する。

市民と一緒に進めるために、公共施設や自治会掲示板に「かわら版」を貼りだすなど、アナログ的な発信も含めて情報提供をより積極的に進める必要がある。