

# 保健・福祉

- 17 高齢者福祉…………… p98
- 18 障害者福祉…………… p102
- 19 生活福祉…………… p106
- 20 健康づくり…………… p110



健康講座



# 17 高齢者福祉

主担当課 高齢福祉課

担当課 地域共生推進課  
健康推進課

## 目指す姿

医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される地域の支援体制が構築されることにより、人生の最後まで住み慣れた地域で自分らしく生活できる環境が整っています。

住まいづくりの指標

指標名	指標の説明	現状値			目標値		
		R1	R4	R6	R1	R4	R6
在宅で生活する高齢者の割合	介護保険サービス受給者のうち、在宅サービスを受給している方の割合	71.8%	73.3%	74.3%			
住民主体の組織による協議体設置数	住民主体の助け合いを推進するための、地域包括支援センター圏域における住民主体の組織による協議体設置数	0 団体	6 団体	6 団体			

## 施策をとりまく現状

令和7年には団塊の世代が75歳以上となり(2025年問題)、また令和22年には団塊ジュニア世代が65歳以上になるなど、高齢化が急速に進展していく中で、認知症の高齢者も更に増加することが見込まれます。

本市においても、令和5年をピークに生産年齢人口が減少し、緩やかではありますが、高齢者人口の増加が予測されています。独居高齢者、高齢者のみ世帯も増え、見守りや在宅支援の必要性が更に高まると考えられます。

介護を必要とする高齢者が、できる限り住み慣れた地域で生活を継続するために、サービス提供体制

の充実が求められます。

これまで本市では、地域ケア会議<sup>\*1</sup>を開催し、医療と介護の連携について検討を進めてきました。また、介護予防の推進に向けた住民主体の地域活動である「集いの場<sup>\*2</sup>」づくりの支援、介護予防推進員<sup>\*3</sup>や介護支援ボランティア<sup>\*4</sup>等の人材確保を進めています。

地域包括支援センター<sup>\*5</sup>を中心に、民間事業者等と連携した地域の見守り体制を推進しています。また、「認知症カフェ<sup>\*6</sup>」の開催や、認知症地域支援推進員<sup>\*7</sup>の配置等、認知症の高齢者や介護者を支援する施策も進めています。

## 主な課題

切れ目のない在宅医療と介護の実現のために、多職種による連携が必要です。

独居高齢者・高齢者のみの世帯が在宅で安心して生活するため、また、認知症の高齢者や介護者への支援のために、地域の見守り体制の充実が必要です。

元気高齢者をはじめとした地域住民の中から、地域活動の担い手や介護人材を確保していく必要があります。

健康寿命を延ばすために、住民主体による地域活動の場の充実を図り、そこへ参加する高齢者を増やしていく必要があります。



## 施策の展開

該当するSDGs

### 取組方針① 切れ目のない在宅医療と介護の実現のための多職種による連携の推進



切れ目のない在宅医療と介護の提供体制を実現するためには、医療職と介護職等の多職種が一体的なチームとなって高齢者を支援することが欠かせません。地域包括支援センターが、地域のケアマネジャー等と共に、医療保健機関等と連携して支援できる仕組みを構築します。

### 取組方針② 認知症をはじめとした支援を要する高齢者の見守り体制の推進



認知症の高齢者を含め、見守りが必要な高齢者が地域で緩やかに見守ってもらうためのネットワークの構築を推進し、更なる見守り体制の充実を目指して、地域包括支援センターに配置した高齢者見守りコーディネーター\*8を中心に関係機関や地域住民と共に施策を展開します。

### 取組方針③ 住民による地域活動の担い手や介護人材の確保



地域活動の担い手となる元気高齢者や、潜在的な介護人材となり得る異世代を含む地域住民を見出し、育成・確保に努めます。総合事業に携わることのできる担い手の研修会を実施し、幅広い世代に介護分野に関心に向けてもらう工夫をします。介護予防に取り組むリーダーとなる介護予防推進員や、介護施設等で活動する介護支援ボランティア等、住民それぞれの関心や就労のニーズにマッチした活動を提供できる体制を整備します。

### 取組方針④ 住民主体による地域で集う場所の充実と高齢者の参加促進



近隣住民同士が一緒に取り組み、地域で集う場所として、本市では「暮らしを拓げる10の筋力トレーニング」(簡易で効果的なプログラムの運動)を週1回、住民主体で実施しています。これ以外にも、定期的に住民同士が自主的に集まっているグループ活動もあります。今後も地域の専門職の助言等を取り入れて、より多くの高齢者が通える住民主体の活動の場を増やし、高齢者の参加率の向上を目指します。

関連する 個別計画	計画名	国分寺市高齢者保健福祉計画	[期間] 令和3年度～令和5年度
		国分寺市介護保険事業計画	[期間] 令和3年度～令和5年度
		国分寺市地域福祉計画	[期間] 平成27年度～令和6年度
		国分寺市健康増進計画	[期間] 平成27年度～令和6年度

### 用語解説

- \*1 地域ケア会議 / 高齢になっても、住み慣れた地域で尊厳のあるその人らしい生活が継続できる地域包括ケアシステムの実現に向けた手法として、高齢者個人に対する支援の充実と、それを支える社会基盤の整備とを同時に図っていくことを目的に開催する会議。
- \*2 集いの場 / 近隣住民同士が一緒に取り組む元気に暮らすための活動。「暮らしを拓げる10の筋力トレーニング」を週1回、住民主体で実施している。
- \*3 介護予防推進員 / 介護予防を普及啓発し地域活動を推進するリーダー的な役割がとれる担い手として、市が養成講座を開催し、受講した40歳以上の市民。
- \*4 介護支援ボランティア / 登録した65歳以上の方に、介護保険施設等で有償ボランティアとして活動してもらう制度。
- \*5 地域包括支援センター / 地域の高齢者やその家族の方が、介護の悩みや疑問、生活上の心配事などを相談できる相談・支援の窓口。
- \*6 認知症カフェ / 認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場。
- \*7 認知症地域支援推進員 / 認知症施策の推進役、地域における認知症の方の支援ネットワーク構築の調整役として、本市では地域包括支援センターに配置。
- \*8 高齢者見守りコーディネーター / 一人暮らし高齢者など孤立しがちな高齢者の生活実態を把握し、関係機関と連携した専門的な見守りを行い、必要な支援につなげる職種。地域包括支援センターに配置している。

## ともに進めるために

- 認知症に関する知識を持って、認知症の高齢者を地域で見守っていきます。
- 地域の高齢者の異変を察知した場合に市へ連絡します。
- 地域の高齢者への手助けを心がけます。

## 目指す姿実現のための中心事業

### 中心事業① 事業名：医療・介護多職種連携事業 関連する施策の展開…取組方針①

#### 事業目標

地域包括支援センターが、地域のケアマネジャー等と共に、医療保健機関等と連携します。

#### 数値目標

指標名	指標の説明	現状値	目標値	
		R1	R4	R6
地域包括支援センターが医療保健機関と連絡・連携をした件数	多職種連携の要である地域包括支援センターが、「関係機関連絡・連携」としてカウントしている医療保健機関と関わった延べ件数	1,635件	1,725件	1,785件

#### 事業内容

住み慣れた地域で自分らしく最期まで住み続けられることを実現するためには、医療と介護の切れ目のない提供体制が望まれます。医療と介護の多職種が一体的なチームとなって、高齢者及び介護者を支援できるよう、地域包括支援センターを軸とした相談対応やケアマネジメント、研修会等を通じて多職種連携を推進します。

#### 事業費

令和3年度	36,000千円
令和4年度	36,000千円
令和5年度	36,000千円
令和6年度	36,000千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>144,000千円</b>

### 中心事業② 事業名：高齢者見守り推進事業 関連する施策の展開…取組方針②

#### 事業目標

認知症をはじめとした支援が必要な高齢者を地域で緩やかに見守る体制の推進を、地域包括支援センターを中心に関係機関や地域住民と共に展開します。

#### 数値目標

指標名	指標の説明	現状値	目標値	
		R1	R4	R6
地域包括支援センターの関わりによって見守りにつながった件数	高齢者見守りコーディネーターを中心とした地域包括支援センターの動き掛けによって、支援が必要な高齢者を地域で緩やかに見守ることができるようになった件数	577件	622件	652件

#### 事業内容

認知症になっても、その方らしく住み慣れた地域での生活を継続できるよう、地域住民や民間事業者とネットワークを構築して、緩やかな地域での見守りを実施します。地域包括支援センターに配置した高齢者見守りコーディネーターが中心となり、協定を締結している民間事業者や、地域住民等と地域での見守り体制を推進します。

#### 事業費

令和3年度	36,000千円
令和4年度	36,000千円
令和5年度	36,000千円
令和6年度	36,000千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>144,000千円</b>



中心事業③ 事業名： **元気高齢者地域活躍推進事業** | 関連する施策の展開…取組方針③

事業  
目標

地域活動の担い手となる元気高齢者や、潜在的な介護人材となり得る地域住民を発見し、住民それぞれの関心や就労のニーズにマッチした活動を提供できる体制を整備します。

数値  
目標

指標名	指標の説明	目標値		
		現状値 R1	R4	R6
介護支援ボランティア活動回数	—	840回	907回	1,051回

事業  
内容

市内在住の65歳以上の高齢者（第1号被保険者）が、市内介護保険施設等でのボランティア活動を行う機会や場づくりを推進します。社会参加や地域貢献などの生きがいを創出するとともに、介護保険施設等従事者の負担軽減及び自身の介護予防を目的として実施します。

事業費

令和3年度	4,827千円
令和4年度	4,827千円
令和5年度	4,827千円
令和6年度	4,827千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>19,308千円</b>

中心事業④ 事業名： **介護予防・フレイル\*1予防支援強化事業** | 関連する施策の展開…取組方針④

事業  
目標

より多くの高齢者が集える、住民主体で運営する場所を地域の中で増やし、高齢者の参加を促します。

数値  
目標

指標名	指標の説明	目標値		
		現状値 R1	R4	R6
「集いの場」の登録人数	「集いの場」の登録団体に所属している人数	479人	509人	529人

事業  
内容

住民主体で、週1回「暮らしを拓げる10の筋力トレーニング」（簡易で効果的なプログラムの運動）に取り組む「集いの場」の立ち上げ及び継続に向けた支援を行います。また、コロナ禍での外出自粛によりフレイルリスクが高まる中、自宅でも取り組める動画を作成するなど、介護予防の取組を推進します。

事業費

令和3年度	605千円
令和4年度	605千円
令和5年度	605千円
令和6年度	605千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>2,420千円</b>

用語  
解説

\*1 フレイル / 高齢期に病気や老化などによる影響を受けて、心身の活力（筋力や認知機能など）を含む生活機能が低下し、将来要介護状態となる危険性が高い状態。

# 18 障害者福祉

主担当課 障害福祉課

担当課 地域共生推進課  
健康推進課  
子ども若者計画課

## 目指す姿

障害のある人もない人も、社会の一員として、互いを尊重し、支え合いながら、ともに生きがいを持っていきいきと暮らせる環境が整っています。

### まちづくりの指標

指標名	指標の説明	現状値			目標値		
		R1	R4	R6	R1	R4	R6
障害のある人のうち、在宅又はグループホームで生活している人の割合	障害支援区分4以上で障害福祉サービス等を利用している障害のある人のうち、入所施設等ではなく、在宅又はグループホームで生活している人の割合	77.4%	79%	80%			
障害のある人の一般就労*1者数	障害福祉サービス（就労移行支援、就労継続支援等）又は市障害者就労支援センターの利用による一般就労者数	42人	45人	47人			

## 施策をとりまく現状

誰もが住み慣れた地域で自立し、自分らしくいきいきと暮らすためには、障害のある人の生活を地域全体で支えるサービス提供体制の構築が求められています。

本市では、平成30年10月に地域生活支援拠点を整備し、障害のある人の高齢化や重度化及び「親亡き後」を見据え、地域で障害のある人及びその家族が安心して生活していけるよう、様々な支援を切れ目なく提供するための仕組みの構築を進めてきました。また、市内において、地域居住の場であるグループホームや日中活動の場である通所施設等、障害の

ある人の暮らしを地域で支えるためのサービスの提供体制の整備も進んでいます。

就労支援については、就労移行支援等の障害福祉サービスの利用が増え、一般就労を目指す方も増えています。加えて、平成30年4月に障害者法定雇用率が0.2%引き上げられ、企業の採用意欲が高まっていますが、新型コロナウイルス感染症が雇用環境に与える影響を注視する必要があります。

また、「ヘルプマーク\*2」、 「ヘルプカード\*3」を通じ、障害及び障害のある人について、市民の理解促進を図っています。

## 主な課題

障害のある人の高齢化や重度化に加え、家族等の支援が必要な場合など、複合的な課題への対応が必要です。

新型コロナウイルス感染症拡大による雇用情勢悪化の中、障害のある人の就労を通じた社会参加の実現に向けて、雇用の促進、職域の拡大、職場への定着等の支援が必要です。

誰もが地域でいきいきと暮らすため、障害についての正しい理解の促進を図り、共に支え合う地域づくりが必要です。



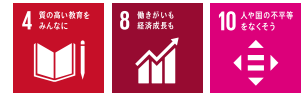
## 施策の展開

### 取組方針① 地域で安心して暮らし続けるための環境整備



障害のある人が地域の中で安心して暮らし続けていくため、障害児支援も含めた障害福祉サービス等の充実を図るとともに、効果的な情報発信を行います。また、地域生活支援拠点機能の充実を図り、福祉に関わる専門的人材の育成などを行います。障害者地域自立支援協議会においては、地域課題についての情報を共有し、課題を解決するための取組を進めていきます。

### 取組方針② 自分らしくいきいきと働くための支援



一般就労及び福祉的就労\*4において、障害のある人が能力や適性に応じて仕事に就き、働き続けられるように支援します。障害福祉サービスの充実や障害者就労支援センターの機能強化を図るとともに、地域自立支援協議会の就労支援部会を中心とした様々な取組を関係機関と連携して推進していきます。

### 取組方針③ 誰もが支え合う地域づくり



障害のある人も社会の一員として自分らしくいきいきと生活できるよう、差別や偏見の解消を進めるとともに、障害のある人が周囲に支援を求める手段として活用する「ヘルプマーク」や「ヘルプカード」を通じ、障害についての正しい理解を促進します。

関連する 個別計画	計画名	国分寺市障害者計画	[ 期間 ] 令和3年度～令和8年度
		国分寺市障害福祉計画・国分寺市障害児福祉計画	[ 期間 ] 令和3年度～令和5年度
		国分寺市地域福祉計画	[ 期間 ] 平成27年度～令和6年度
		国分寺市健康増進計画	[ 期間 ] 平成27年度～令和6年度
		国分寺市子ども若者・子育ていきいき計画	[ 期間 ] 令和2年度～令和6年度

#### 用語解説

- \*1 一般就労 / 障害者の就労形態の一つ。一般の企業や官公庁などで雇用契約に基づいて就業したり、在宅就労したりすること。
- \*2 ヘルプマーク / 外見から分からなくても援助や配慮を必要としている人々が、周囲の人に配慮を必要としていることを知らせることで援助を得やすくなるよう東京都が作成したマーク。
- \*3 ヘルプカード / 障害のある人が、災害時や日常生活の中で困ったときに、周囲に自己の障害への理解や手助けを求めるためのもの。東京都がカードの標準デザイン（ヘルプマークが使用されている。）を定め、都内の各市区町村が作成している。
- \*4 福祉的就労 / 障害者の就労形態の一つ。就労継続支援などの障害福祉サービスを利用して、障害者就労支援施設などで就労すること。

## ともに進めるために

- 地域で困っている人を見かけたら、ちょっとした手助けを心掛けます。
- イベントや様々な機会を通じて、障害への理解を深め、ボランティア活動に積極的に参加します。
- 障害の有無にかかわらず参加しやすい場づくりを進め、地域での交流を深めます。

## 目指す姿実現のための中心事業

### 中心事業① 事業名： 地域生活支援拠点機能の強化・充実事業 関連する施策の展開…取組方針①

#### 事業目標

地域生活支援拠点機能の充実を図り、地域における人材の育成を支援します。

#### 数値目標

指標名	指標の説明	現状値	目標値	
		R1	R4	R6
人材育成研修の実施回数	地域生活支援拠点の一部である障害者基幹相談支援センターが実施する専門的人材育成研修の実施回数	8回	8回	8回

#### 事業内容

障害のある人の高齢化、重度化や「親亡き後」を見据え、複合的な課題に対応できる体制づくりの中核を担う地域生活支援拠点機能の充実を図り、地域における人材の育成などを行います。

#### 事業費

令和3年度	221千円
令和4年度	221千円
令和5年度	221千円
令和6年度	221千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>884千円</b>

### 中心事業② 事業名： 障害者地域自立支援協議会運営事業 関連する施策の展開…取組方針①

#### 事業目標

地域課題についての情報を共有し、課題を解決するための取組を進めていきます。

#### 数値目標

指標名	指標の説明	現状値	目標値	
		R1	R4	R6
協議会開催回数	専門部会、作業部会及びWG（ワーキンググループ）*1を含む協議会の開催回数	43回	44回	45回

#### 事業内容

当事者、家族、相談支援機関、民間事業所、教育機関、医療・保健機関、雇用機関、行政等が参加して、障害者地域自立支援協議会を開催します。地域全体で障害者福祉に関わる課題を共有し、関係機関と連携を図りながら、課題の解決に向けて取り組みます。

#### 事業費

令和3年度	630千円
令和4年度	630千円
令和5年度	630千円
令和6年度	630千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>2,520千円</b>

#### 用語解説

\*1 作業部会、WG（ワーキンググループ）／特定の課題の検討や計画の推進等のために設置される会議。障害者地域自立支援協議会では、常設のものを作業部会、臨時的に設置されるものをWGとして位置付けている。





## 中心事業③

事業名： 一般就労及び福祉的就労支援事業

関連する施策の展開…取組方針②

事業  
目標

障害のある人が能力や適性に応じて仕事に就き，働き続けられるように支援します。

数値  
目標

指標名	指標の説明	目標値		
		現状値 R1	R4	R6
就労移行支援，就労継続支援（A型・B型）及び就労定着支援の合計利用人数	障害福祉サービスである就労移行支援，就労継続支援（A型・B型）及び就労定着支援の合計利用人数（実数）	329人	360人	380人

事業  
内容

障害者就労支援センターや就労移行支援事業所等が関係機関と連携し，一般企業等への就労及び職場定着の支援を行います。また，就労継続支援事業所等において，仕事の拡充や工賃向上等を目指して，福祉的就労の充実を図ります。

## 事業費

令和3年度	493,133千円
令和4年度	507,593千円
令和5年度	522,593千円
令和6年度	537,593千円

4年間の総事業費 2,060,912千円

## 中心事業④

事業名： 障害への理解促進啓発事業

関連する施策の展開…取組方針③

事業  
目標

障害についての正しい理解を促進し，共に支え合う地域づくりを進めます。

数値  
目標

指標名	指標の説明	目標値		
		現状値 R1	R4	R6
障害への理解促進に関する啓発活動の実施回数	イベントにとらわれない障害への理解促進に関する啓発活動の実施回数	12回	13回	14回

事業  
内容

「ヘルプマーク」や「ヘルプカード」の普及啓発活動などの様々な機会や手法を活用し，障害及び障害のある人に対する理解の促進を図り，障害を理由とする差別解消の推進に取り組んでいきます。

## 事業費

令和3年度	836千円
令和4年度	551千円
令和5年度	551千円
令和6年度	551千円

4年間の総事業費 2,489千円

# 19 生活福祉

主担当課 生活福祉課

担当課 地域共生推進課

目指す姿

生活に困窮した市民が、それぞれに必要な支援を受けています。その支援によって、安定した生活を送り、着実に自立に向かっていきます。

まちづくりの指標

指標名	指標の説明	現状値			目標値		
生活困窮者の相談窓口の認知度	市民アンケートの数値 （「自立生活サポートセンターこくぶんじ」を知っていると回答した割合）	R2	R4	R6			
			6%	10%			
生活保護世帯のうち、就労により生活保護が廃止となった世帯の数	就労開始や増収による保護廃止世帯数	R1	R4	R6			
		15世帯	16世帯	17世帯			

## 施策をとりまく現状

本市における生活保護世帯数は、986世帯（令和元年度末現在）であり、微増傾向で推移しています。保護世帯は、高齢者、母子、障害者、傷病者いずれの類型においても微増しており、世帯数は高齢者が433世帯と最も多い状況です。生活に困窮しているものの、どこにも相談できていない潜在的な生活困窮者も増えていると考えられます。また、新型コロナウイルス感染症の影響による経済活動の自粛等を受け、収入が激減した方からの住居に関する相談が激増しています。

本市でも、生活困窮者を対象とした自立相談支援機関を設置し、課題解決に取り組んでいます。住居

喪失のおそれのある方への住居確保給付金支給、経済的理由で塾等に通えない子どもへの学習支援、家計の管理・滞納の解消等を図るための家計改善支援を実施しています。また、任意事業については、本市の実情に合わせて検討していきます。

生活保護被保護者に対しては、経済的自立・社会生活自立・日常生活自立を図るため、支援対象者の状況に応じた自立支援プログラムを策定しています。支援が必要なひとり親家庭に対しては、能力開発等のための給付金の支給や修学資金等の貸付け、専門性をいかした相談支援を行っています。

## 主な課題

生活に困窮しているものの、どこにも相談できていない方がいるので、対象者を確実に把握し、継続して支援していく必要があります。また、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、住居を喪失しないための支援を継続していく必要があります。

生活保護被保護者は様々な問題を抱えている方が多く、経済的自立・社会生活自立・日常生活自立を図るため、それぞれの状況に応じた支援を充実していく必要があります。

就労可能な生活保護被保護者が生活保護を受けずに生活できるようにするため、早期の就労支援・指導をしていく必要があります。

支援が必要なひとり親がそれぞれの状況に応じて自立していくために、支援メニューを整備し、適切に情報を発信する必要があります。



## 施策の展開

### 取組方針① 生活困窮者への支援

生活保護に至る前の段階の方などを含む生活困窮者に対して、個別の状況に応じた包括的かつ継続的な支援を実施するとともに、生活困窮者自立支援制度における就労に関わる支援事業の更なる充実に努めます。また、地域や関係機関との連携により、対象者の早期発見に努めます。新型コロナウイルス感染症拡大による住居喪失のおそれのある方に対しては住居確保給付金支給及び各種事業の周知に努めます。



### 取組方針② 生活保護被保護者への自立支援

生活保護被保護者に対して、それぞれの状況に応じた自立支援プログラムへの参加を促し、経済的自立・社会生活自立・日常生活自立につなげます。また、生活保護制度における事業の一つとして被保護者健康管理支援事業を行い、被保護者の健康管理に努めていきます。



### 取組方針③ 生活保護被保護者への就労支援

就労可能な生活保護被保護者に対して、就労指導やハローワークへの同行等の支援を行い、就労につなげることで、生活保護を受けずに生活できるようにします。



### 取組方針④ ひとり親家庭への自立支援

ひとり親家庭自立支援関連事業の利用者拡大のため、事業周知の更なる工夫を行うとともに、支援が必要なひとり親家庭に対して能力開発等のための給付金を支給するなど、就業による自立に向けた支援を行います。また、修学資金等の貸付けを行うことで、親子の自立や生活の安定につなげます。



#### 関連する 個別計画

#### 計画名

国分寺市地域福祉計画	[期間] 平成27年度～令和6年度
国分寺市男女平等推進行動計画	[期間] 平成29年度～令和6年度
国分寺市子ども若者・子育ていきいき計画	[期間] 令和2年度～令和6年度
第二次国分寺市就労支援プラン	[期間] 令和3年度～令和6年度
国分寺市自殺対策計画	[期間] 令和3年度～令和6年度



生活福祉関連事業パンフレット

## ともに進めるために

- 生活に困窮した市民が自立するための様々な制度を理解します。
- 地域の住民同士があいさつや声掛けを行い、周囲に相談しやすい雰囲気づくりに努めます。

## 目指す姿実現のための中心事業

### 中心事業① | 事業名：生活困窮者自立相談支援事業 | 関連する施策の展開…取組方針①

#### 事業目標

生活に困窮している方を早期に発見し，その状態から脱却できるようにします。

#### 数値目標

指標名	指標の説明	現状値			目標値		
		R1	R4	R6	R1	R4	R6
新規相談件数	自立相談支援機関における新規相談件数	339件	450件	500件			

#### 事業内容

生活困窮者の相談を受け，その状況に応じた個別支援計画を策定し，これに基づき各種窓口への同行等の支援を行うことにより，問題の解決につなげます。また，新型コロナウイルス感染症拡大に伴う離職・減収者に対して住居確保給付金を支給し，住居の喪失を防ぎます。引き続き，地域や関係機関との連携により，対象者を早期発見していきます。

#### 事業費

令和3年度	34,176千円
令和4年度	34,176千円
令和5年度	34,176千円
令和6年度	34,176千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>136,704千円</b>

### 中心事業② | 事業名：生活保護被保護者自立支援プログラム策定事業 | 関連する施策の展開…取組方針②

#### 事業目標

生活保護被保護者が，社会生活や日常生活の自立，経済的自立を目指して自分らしい生活が送れるようにします。

#### 数値目標

指標名	指標の説明	現状値			目標値		
		R1	R4	R6	R1	R4	R6
プログラム件数	生活保護被保護者の自立支援プログラム策定件数	564件	580件	600件			

#### 事業内容

様々な問題を抱える生活保護被保護者に対して，健康管理支援，就労支援，生活支援，学習支援等のプログラムを策定し，それぞれの状況に応じた支援を行うことにより，経済的自立，社会生活自立，日常生活自立につなげます。

#### 事業費

令和3年度	0円
令和4年度	0円
令和5年度	0円
令和6年度	0円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>0円</b>



中心事業③ 事業名： **生活保護被保護者就労促進事業** | 関連する施策の展開…取組方針③

事業  
目標

生活保護被保護者の就労を支援することにより、生活保護を受けずに生活できるようにします。

数値  
目標

指標名	指標の説明	現状値			目標値		
		R1	R4	R6	R1	R4	R6
就職件数	就労を支援した生活保護被保護者の就職件数	127件	129件	131件			

事業  
内容

就労可能な生活保護被保護者に対して、就労に関する面接や指導を行います。また、就労意欲の喚起を行うとともに、ハローワークへの同行、履歴書の添削や採用面接指導等を行い、就労につなげていきます。さらに、就職後のアフターフォローを行い、就労の定着を図っていきます。

事業費

令和3年度	940千円
令和4年度	940千円
令和5年度	940千円
令和6年度	940千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>3,760千円</b>

中心事業④ 事業名： **ひとり親家庭自立支援事業** | 関連する施策の展開…取組方針④

事業  
目標

ひとり親家庭が経済的に自立し、次の世代への貧困の連鎖が起こらないようにします。

数値  
目標

指標名	指標の説明	現状値			目標値		
		R1	R4	R6	R1	R4	R6
ひとり親家庭自立支援 関連事業利用者総数	ひとり親家庭を対象とした自立支援給付金事業等の利用者数	13人	14人	14人			

事業  
内容

ひとり親家庭の経済的自立を支援するため、就職に有利な資格を取得するための高等職業訓練促進給付金事業や、学び直しを支援する高等学校卒業程度認定試験合格支援事業等を実施します。また、世帯の生活を安定させるため、母子父子及び女性福祉資金貸付事業を実施します。

事業費

令和3年度	13,675千円
令和4年度	13,675千円
令和5年度	13,675千円
令和6年度	13,675千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>54,700千円</b>

# 20 健康づくり

主担当課 健康推進課

担当課 地域共生推進課  
保険年金課

## 目指す姿

子どもから高齢者まで、すべての人が地域で支え合いながらライフステージに応じた健康づくりに取り組み、健康的な生活を送ることができています。

健康づくりの指標

指標名	指標の説明	現状値	目標値		
かかりつけ医がいる 市民の割合	市民アンケートの数値 （「医師」、「歯科医師」の「かかりつけ」 をもっていると回答した割合）	R1	R4	R6	
		医科：70.5% 歯科：63.4%	医科：75% 歯科：69%	医科：77% 歯科：71%	
日常生活で歩く時間 が、1日30分以上の 市民の割合（※）	市民アンケートの数値 （通勤・買物・散歩等の日常生活で歩く 時間を合計すると、1日何分ぐらいになるか、 について「30分以上1時間未満」、「1時間以上 1時間30分未満」、「1時間30分以上」と 回答した割合）	R1	R4	R6	
		77.2%	79%	81%	

※厚生労働省が作成した「健康づくりのための身体活動基準2013」の中で、将来、生活習慣病等を発症するリスクを低減させるために「歩く」ことの有用性が記述されています。

## 施策をとりまく現状

本市では、生活習慣病関連疾病が死因の約半数を占め、特に60歳代以降では年代が上がるほど関連疾病にかかる人が多くなっています。また、「国分寺市健康増進計画に関するアンケート調査」等によれば、特に青壮年期を中心とする働き盛り世代等は健康への意識が高いとは言えず、健診の受診や規則正しい生活習慣の実践が難しい理由の多くを「時間的な余裕がないため」としており、メディア等から情報を得る機会があるものの、健診の受診や規則正しい生活習慣を実践しづらい傾向にあることが分かっています。健康診査の際の一時保育導入、特定健診（66歳以上）・後期

高齢者医療健診の受診医療機関拡大等を進めてきていますが、現状では、受診率の向上には反映されていません。新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、健康に資する行動や医療の受診を控える事態も発生しており、受診しやすい環境づくりや健康情報の発信方法等は、更なる工夫が求められます。また、市民が参加することができる健康づくりの場を提供し、一人ひとりの健康を地域で支え合っていく視点から健康づくりを推進していく必要があります。参加やつながりを基盤にした取組に感染症予防対策の視点を有効に取り入れ、安全な方策を講じる必要が生じています。

## 主な課題

30歳代までは他世代に比べて健康情報を得ていない人が多い傾向にあり、世代間情報格差を是正していく必要があります。子育て情報等と自身の健康づくり情報を一緒に得られるような、効率的な提供方法も必要です。

働き盛り世代等は忙しく、健診を受ける時間を持っていない傾向にあります。より受診しやすい環境づくりを進めていますが受診率の向上に至っておらず、更なる工夫を継続することにより、生活習慣病関連疾病等の、り患者数減少に結びつけていく必要があります。

働き盛り世代等は、身体を動かさない、朝食をとらないといった傾向にあります。時間がない中でも実践できる運動・生活習慣を定着させる必要があります。

若い世代や女性において、ストレスや心理的苦痛を感じる人の割合が高い傾向にあります。心の健康の重要性、メンタルヘルスに関する知識の普及・啓発を推進する必要があります。

地域のつながりの必要性は感じていても実際は希薄になっている現状があるため、地域とのつながりを強めながら、「ともに支える地域づくり」を推進する必要があります。



## 施策の展開

### 取組方針① 必要な情報が得られる環境づくり



子どもから高齢者まで、市民一人ひとりがライフステージに応じて、より良い生活習慣や心やからだの健康に関する正しい知識を身に付けられるよう、日常生活の中で健康に関する情報に触れる機会の拡充を目指します。より多くの市民が、世代に応じて適時、情報を得ることのできる環境を整えていきます。

### 取組方針② 正確に健康状態を把握するための支援



市民一人ひとりが定期的な健康診査、がん検診等を受診し、生活習慣病（がん、循環器疾患、糖尿病、骨粗しょう症等）などの早期発見による重症化を予防すること、また、全身の健康保持につながる歯と口の健康を維持していくことは、健康寿命<sup>\*1</sup>延伸に不可欠となります。このことを踏まえ、より多くの市民が受診しやすい環境の構築及びフォローアップを実施していきます。

### 取組方針③ 市民自らが行う健康づくりの支援



市民一人ひとりが自らの健康に向き合い、積極的に健康づくりに関わっていくことは、健康寿命延伸に必要な要素です。働き盛り世代等、時間がない人でもより良い運動習慣・食習慣を身に付けられるよう、隙間時間を活用した運動・調理方法等の普及を行っていきます。あわせて、歯と口の健康習慣の重要性やメンタルヘルスを維持するために必要な睡眠・余暇の重要性、受動喫煙による健康への影響等について、広く普及・啓発していきます。

### 取組方針④ 地域の団体等による健康づくり活動の支援



地域のつながりや豊かさは、健康に良い影響を与えられていると言われており、地域での助け合い状況を「良い」と思う人は、健康状態が良い傾向が見受けられます。このため、地域で活動する団体同士の交流機会の提供や団体の活動情報の発信など、地域における健康づくりを行う団体等の活動を市と関係機関とが連携しながら支援していきます。

#### 関連する 個別計画

計画名	国分寺市健康増進計画	【期間】 平成27年度～令和6年度
	国分寺市地域福祉計画	【期間】 平成27年度～令和6年度



食育講座

#### 用語 解説

\*1 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。

## ともに進めるために

- 健康情報の入手に努め、家族や地域で共有します。
- 自分だけではなく、家族や地域の人々の健康にも気を配ります。

目指す姿実現のための中心事業

中心事業① 事業名： **健康増進情報発信事業**

関連する施策の展開…取組方針①

事業  
目標

他世代に比べ健康に関する情報を得ていない傾向がある30歳代等働き盛り世代をターゲットとした情報発信を行い、健康意識の向上を目指します。

数値  
目標

指標名	指標の説明	目標値		
		現状値 R1	R4	R6
「予防接種・子育て応援ナビぶんぶんロケット」の登録者数	スマートフォン、携帯電話、パソコン等から「予防接種・子育て応援ナビぶんぶんロケット」に登録している人数	<b>1,879人</b>	<b>2,450人</b>	<b>3,000人</b>

事業  
内容

30歳代等の働き盛り世代は、健康に関する情報を得ていない人が他世代に比べて多くなっています。スマートフォン等から登録できる情報提供サービス「予防接種・子育て応援ナビぶんぶんロケット」や市報・ホームページ等を活用し、市民が必要とする情報を適時受け取ることのできる情報環境を構築し、健康意識の向上を目指します。

事業費

令和3年度	1,096千円
令和4年度	1,096千円
令和5年度	1,096千円
令和6年度	1,096千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>4,384千円</b>

中心事業② 事業名： **特定健康診査\*1・特定保健指導\*2事業**

関連する施策の展開…取組方針②

事業  
目標

メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少を目指します。

数値  
目標

指標名	指標の説明	目標値		
		現状値 R1	R4	R6
特定健康診査受診率	特定健康診査受診者数/特定健康診査対象者数	<b>41.58%</b>	<b>44%</b>	<b>49.3%</b>

事業  
内容

40歳から74歳までの国民健康保険に加入している市民を対象に、健康管理及びメタボリックシンドロームの発見と予防を目的とした特定健康診査を実施します。また、特定健康診査受診者のうち該当者には、ICT等遠隔面接方式も選択可能な特定保健指導を行います。

事業費

令和3年度	102,095千円
令和4年度	102,707千円
令和5年度	103,323千円
令和6年度	103,942千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>412,067千円</b>

用語  
解説

- \*1 特定健康診査 / 医療保険者が40～74歳の加入者を対象に実施する、内臓脂肪型肥満に着目した検査項目での健康診査。
- \*2 特定保健指導 / 医療保険者が特定健康診査の結果により、健康の保持に努める必要があるものに対し、毎年度計画的に実施する保健指導。





## 中心事業③

事業名： 成人健康教育事業

関連する施策の展開…取組方針③

事業  
目標

市民自らが健康を維持するための適切な生活習慣を身に付け、健康寿命を延ばすことを目指します。

数値  
目標

指標名	指標の説明	現状値			目標値		
		R1	R4	R6	R1	R4	R6
各種講座開催数	市が実施する各種講座開催数	12回	13回	13回			

事業  
内容

健康・栄養・食育・歯科・メンタルヘルス講座等を通じて、より良い生活習慣を身に付け、市民の健康的な毎日を支援します。感染予防及び働き盛り世代の参加向上のため、オンラインによる実施を検討するとともに、高齢者については、介護予防（ロコモティブシンドローム（運動器症候群）\*3，望ましい栄養摂取等）についての知識を啓発します。

## 事業費

令和3年度	962千円
令和4年度	967千円
令和5年度	972千円
令和6年度	977千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>3,878千円</b>

## 中心事業④

事業名： いきいきセンター運営事業

関連する施策の展開…取組方針④

事業  
目標

健康維持のための運動習慣は早期から身に付ける必要があるため、40歳～64歳の利用率向上を目指します。

数値  
目標

指標名	指標の説明	現状値			目標値		
		R1	R4	R6	R1	R4	R6
いきいきセンター利用率	実際の施設利用コマ数／施設利用可能コマ数	76.5%	92%	94%			

事業  
内容

高齢者等の健康保持増進を図る場として、いきいきセンターの運営を行っています。高齢者等の健康づくりを実施する団体に施設を貸し出し、自主グループとそのつながり強化の支援を行います。また、指定管理者による介護予防に係る自主事業を行うなど、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）早期予防に向けた拠点施設化を進めます。

## 事業費

令和3年度	8,220千円
令和4年度	8,370千円
令和5年度	8,470千円
令和6年度	8,570千円
<b>4年間の総事業費</b>	<b>33,630千円</b>

\*3 ロコモティブシンドローム（運動器症候群）／運動器の障害のために自立度が低下し、介護が必要となる危険性が高い状態。