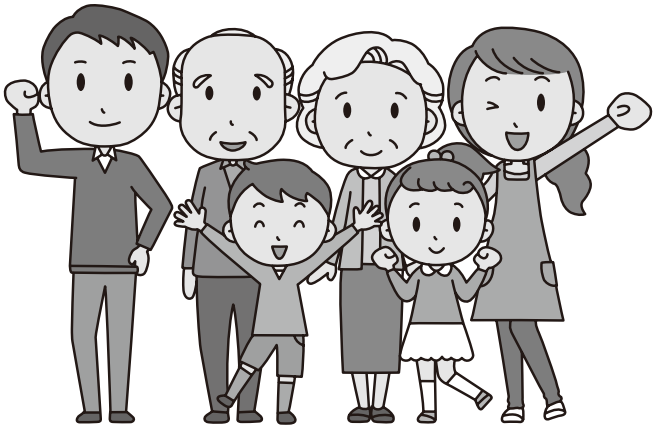
高齢者保健福祉計画及び第８期介護保険事業計画

概　要　版

健康で安心して住み続けられるまちをめざして
ウェルカム高齢化！



はじめに

「高齢化する地域は頼もしい。このまちだから元気でいたい」

日本の未来の姿に、いち早く踏み入る淡路市。
市民ひとりひとりがつながって高齢者を支え、高齢者自身もつながり合うことで支え合い、地域の頼もしい力となるまちづくりを目指します。
このまちを次世代に素晴らしい状態で引き継げるよう、健康でいましょう。

令和３年３月

淡路市

2 高齢化をとり巻く状況

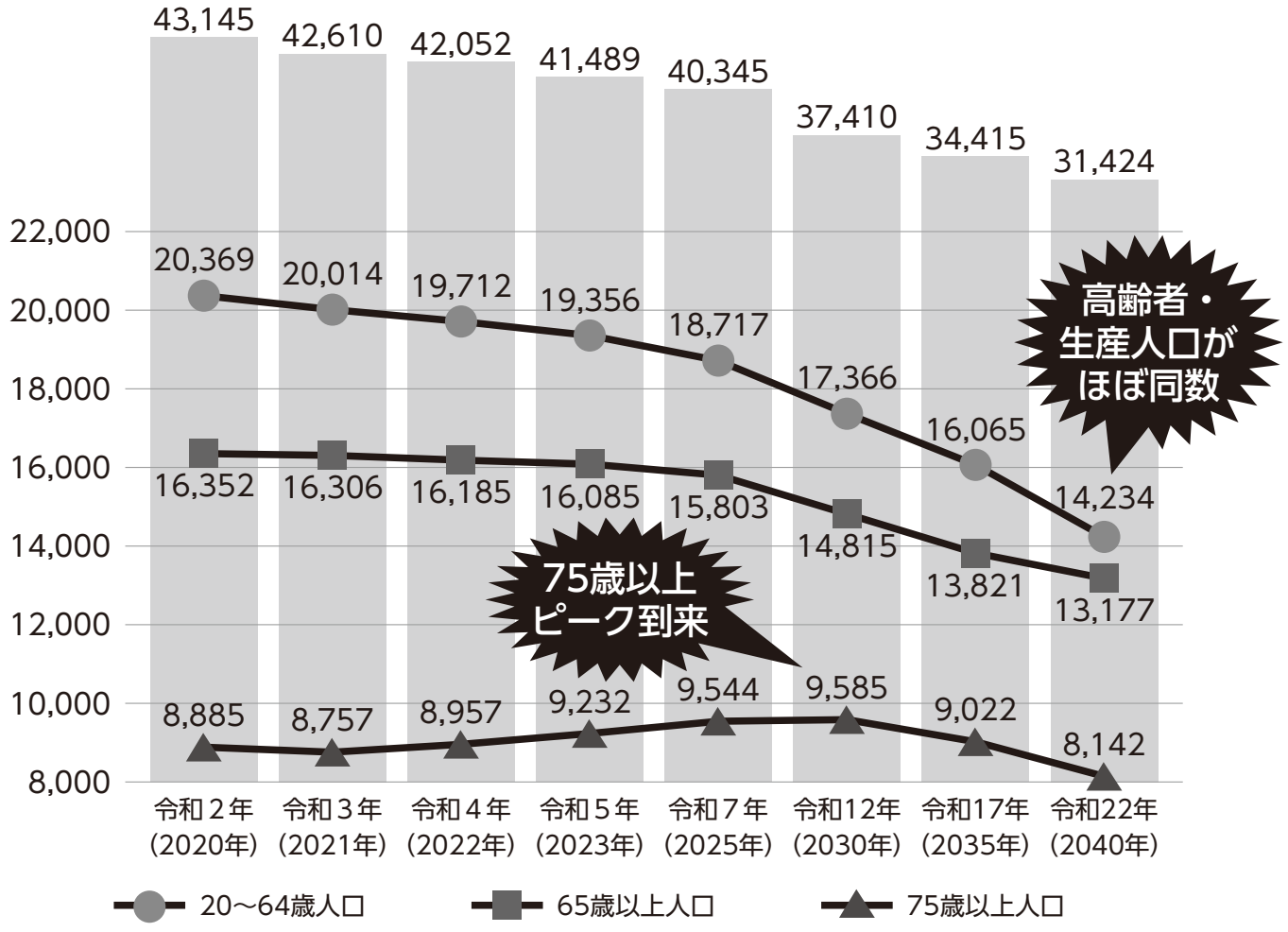
淡路市の少子高齢化は令和22(2040)年にむけて
２つの大事なポイント期を迎えます。

第１のポイント期 令和12(2030)年：75歳以上人口が最大値へ

介護サービス需要が最大となる見込みのため、備えが必要です。

第２のポイント期 令和22(2040)年：高齢者と生産者人口がほぼ同数

みんなで地域を支える全世代活躍まちづくりが必要です。



※棒グラフは総人口

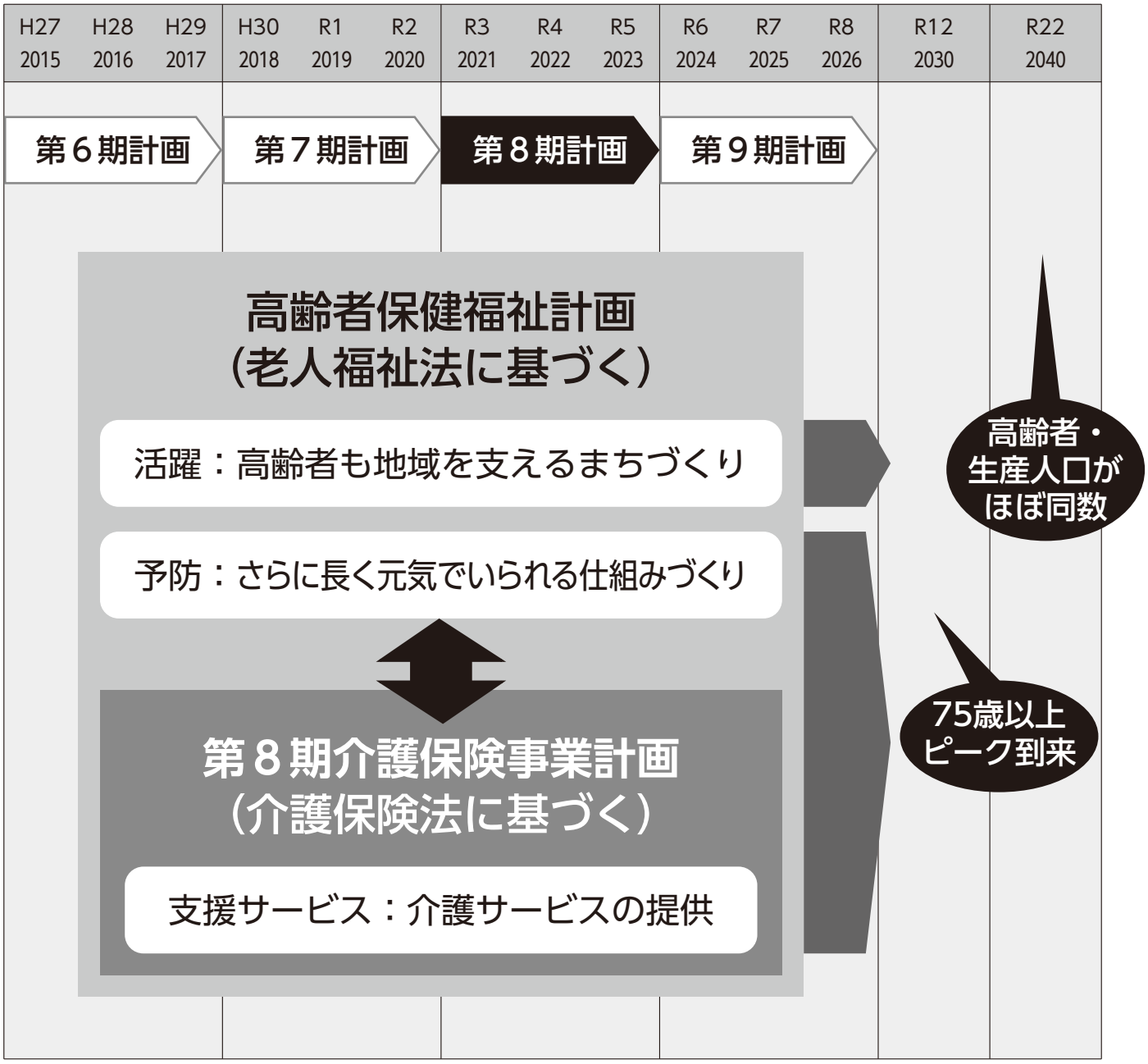
＊住民基本台帳に基づく推計（コーホート変化率法）

メモ 淡路市の人口推移のポイント

- 本市では、単身世帯や高齢者のみの世帯が年々増加しています。団塊世代が75歳以上となる令和12年(2030年)、さらにその子どもたちの団塊ジュニア世代が65歳以上となる令和22年(2040年)までその傾向は続くと見込まれます。

本計画の位置づけ

第８期計画では、ポイント期を安心して迎える備えとして、令和22(2040)年までを見据えた中長期的な視点で計画を策定しました。



メモ　**本計画の位置づけ**

- 本計画は、老人福祉法第20条の８に規定する「市町村老人福祉計画」及び介護保険法第117条に規定する「市町村介護保険事業計画」に該当する計画です。老人福祉法第20条の８第７項及び介護保険法第117条第６項の規定にもとづき、両計画を一体的に定めています。

計画の基本的な考え方

淡路市は高齢者がこんなに元気！

初めて介護認定になる平均年齢を比較すると…

	H28	H29	H30
淡路市平均	83.6	83.8	82.5
全国平均	80.7	80.8	80.9

淡路市は約２年分も**元気**

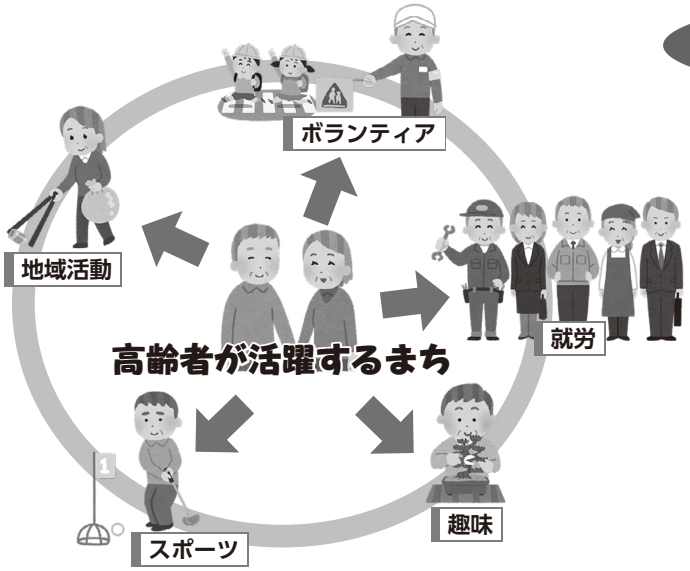
高齢者福祉施策　正解

本計画の基本目標

活躍を支援します。
場づくり・活動支援によって地域の共助支援体制を整備します。

高齢者も地

活躍



元気の維

介護保険事業

本計画の

幸せな時間を長くします

①在宅介護をかなえるサービス体制の整備
（定期巡回・随時対応型訪問看護・介護事業、小規模多機能型居宅介護事業、介護療養病床転換（介護医療院整備）、認定症対応グループホーム増床等）

その秘訣は何だと思いますか？

高齢になっても農漁業など活躍している人が多いから？

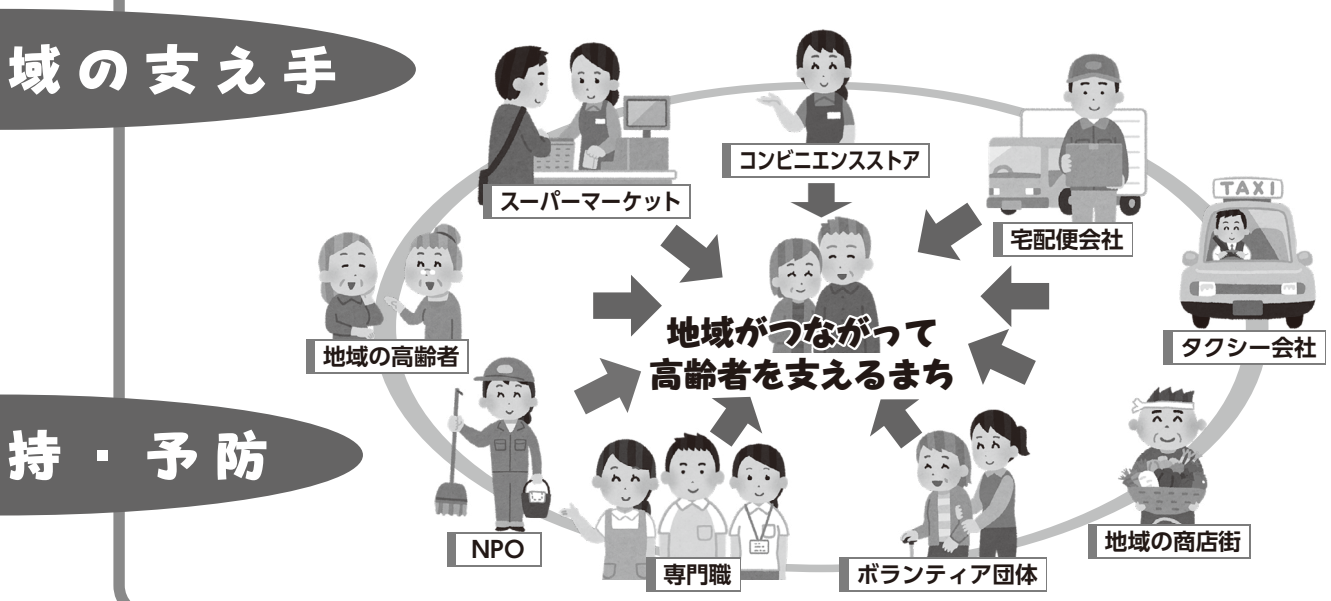
地域の関係を大事にしているから？

いきいき100歳体操のような健康づくりや交流を続けているから？

地域支援事業　正解

本計画の基本目標

受けとめてつなげます。
より身近な地域包括ケアシステムによる共生社会実現を目指します。



基本目標

②目標のある介護サービス利用（データ活用、ケアプラン検討での重度化防止）

③独自の介護人材確保策として、高齢福祉施策の活躍の推進と合わせた共生・共助の地域づくり推進

6

「活躍を支援します」
高齢者福祉施策の推進
～ウェルカム高齢化～

目標
目指す姿

「高齢化は頼もしい」　高齢化を喜ぶまち

活動できるまちづくり
～「活躍の機会と場」を増やします～

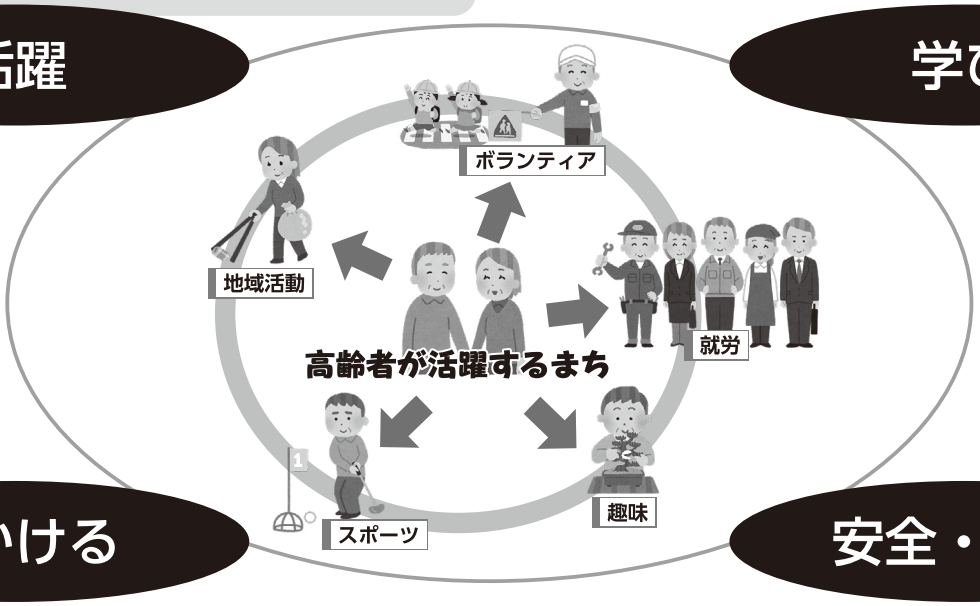
①老人クラブ活動の支援
②ウェルカム高齢化事業　新規
③スポーツ・地域サロン活動推進と就労支援

学び続けるまちづくり

①高齢者大学
②スマートフォン対応教室　新規
③健康・体力教室の拡充　新規

活躍

学び



出かける

安全・安心

外出・移動できるまちづくり

①外出・移動促進策の検討及び支援　新規
②公共交通の利便性向上検討
③交流を楽しめる健康維持　新規

安心・安全に暮らせるまちづくり

①交通安全対策・消費者被害防止
②災害・感染症対応の拡充　新規
③暮らしをささえる相談拡充

メモ　ウェルカム高齢化事業とは

- 高齢者が地域社会を支える頼もしい存在として、その力を最大限に引き出せるような活動が生まれる仕組みづくりを推進します。
- 高齢者の多様な機会づくりと場の創出確保に努め、より多くの高齢者が活躍できる地域づくりを推進します。
- 元気を維持できる地域づくりを共に考え、活動を支援し、次世代に素晴らしい状態でまちを引き継げるようにします。

「幸せな時間を長くします。受けとめてつなげます」
地域支援事業の推進
～より身近な地域包括ケアシステムへ～

目標 目指す姿　幸せになる力を引き出し育むまち

地域とつながり、元気で自立した幸せな時間を長くします

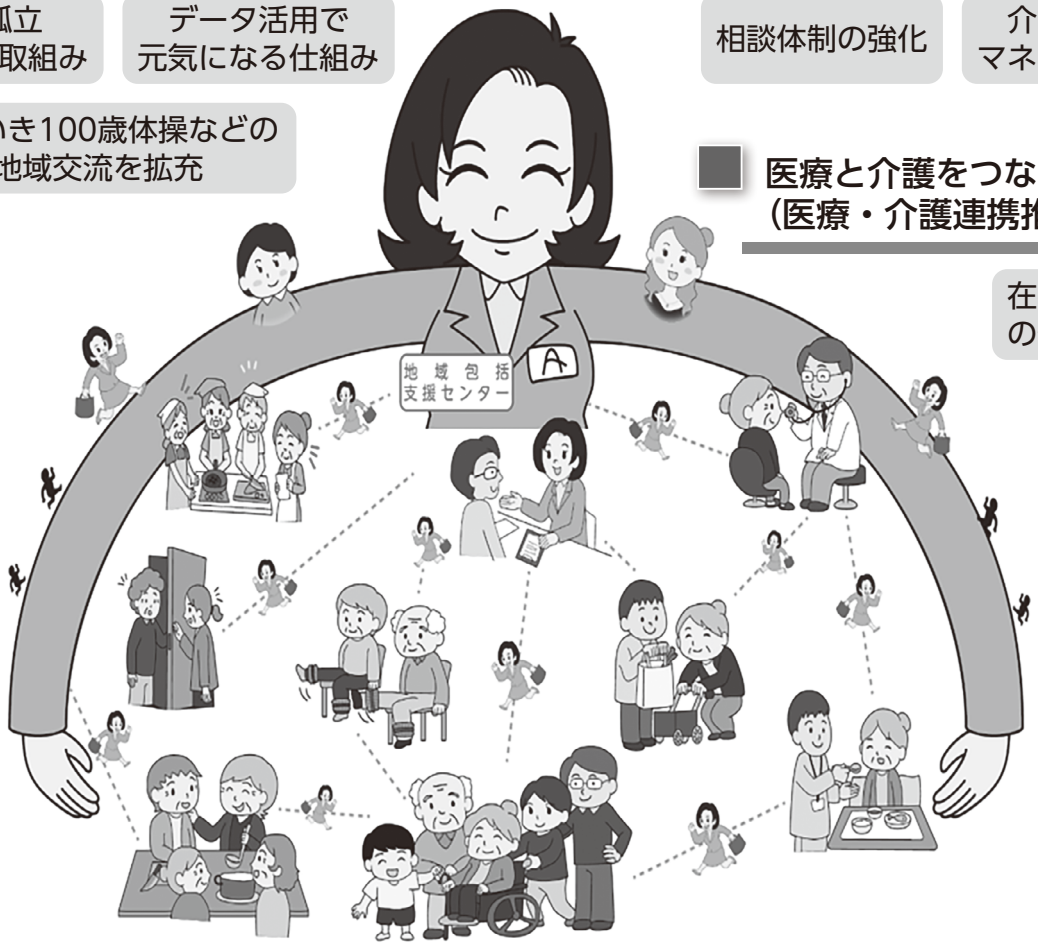
- 高齢者の孤立ゼロに向けた取組み
- データ活用で元気になる仕組み
- いきいき100歳体操などの地域交流を拡充

受けとめてつなぎます（地域包括センターの運営）

- 相談体制の強化
- 介護予防マネジメント

医療と介護をつなぎます（医療・介護連携推進事業）

- 在宅医療等の体制強化



「つながる力」で対応します（地域ケア会議）

- 高齢者の孤立ゼロに向けた取組み
- 支援ネットワークの拡充

本人らしい暮らしをみんなで支えます（認知症施策）

- 本人支援の強化

メモ　より身近な地域包括ケアシステムへ

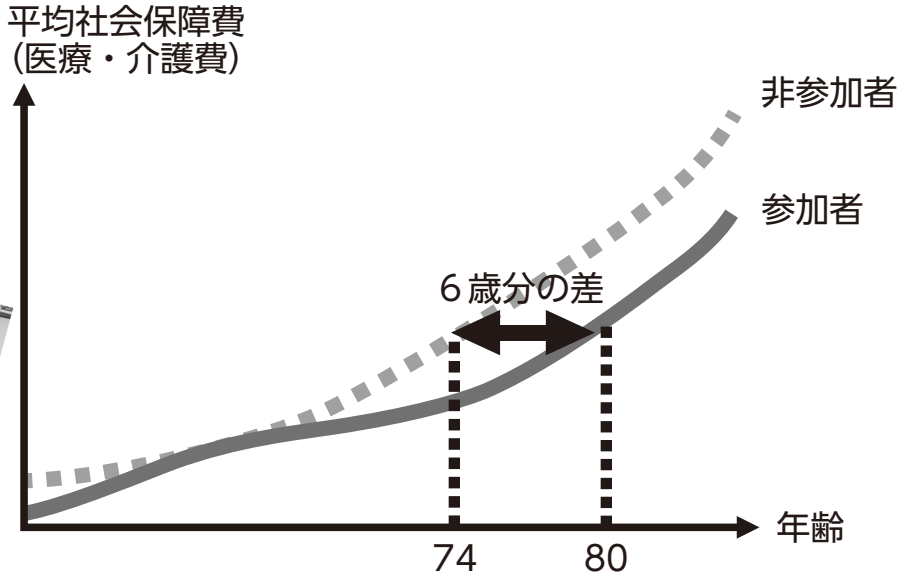
- 体力低下が避けられない状態になったとしても、それを受け入れて、地域支援事業などを利用しながら幸せな暮らしを継続できるような仕組みを目指します。
- 各個人の状態に合わせた生活形態を提案し、個人と地域をつなぐことで暮らしの維持を図ります。

地域とつながって元気に。自立した幸せな時
目指す具体的な姿

淡路市でやっている

淡路市で、いきいき100歳体操の参加者と非参加者をくらべると、医療費と介護費の支出額に約６歳に相当する違いがあることがわかりました。（図１）

図１　いきいき100歳体操の参加者はこんなに元気！



淡路市による分析結果より

本計画のポイント①　　データを活用して元気の維持・予防

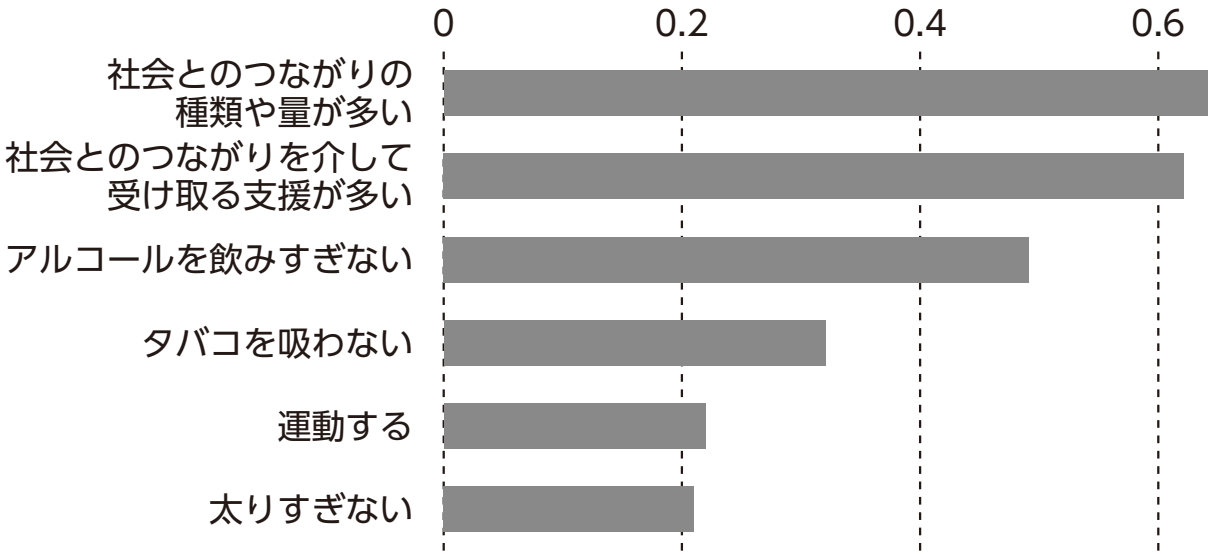
図１で示した「いきいき100歳体操の効果」は、過去10年間にわたる参加者の出席記録を分析することで分かってきました。本計画では、いきいき100歳体操のデータを蓄積し、そこから分かることを本計画の施策として実施していきます。

いきいき100歳体操の参加者も年齢とともに歩行機能が低下する方も多くいます。	→	特に効果のある運動を意識して行ったり、短期集中リハビリなどに参加できるようにします。
75歳になる前に体操を始めると体力維持の効果がさらに高いことがわかりました。	→	75歳になる前の「元気高齢者」の方が参加できる「場作り」を進めます。

いきいき100歳体操の効果を教えてください。

いきいき100歳体操に参加することは、「運動」に加えて、「社会とのつながりを持つこと」で元気を維持する効果が高いと言われています。図２では、最大値を１として横棒が長いほど、健康でい続けられる影響が強いことを示しています。

図２「付き合い」が運動やダイエットより健康寿命を延ばす



村山洋史著　「つながり健康格差 ── なぜ夫と別れても妻は変わらず健康なのか」より

本計画のポイント②　いきいき100歳体操でみんなが活躍

本計画では、いきいき100歳体操の場で、定期的に歩行測定会を行うなど、高齢者のみなさまがお互いに助け合って、しあわせな時間を長く過ごせるような取組を進めます。

写真は、いきいき100歳体操の会場で歩行測定会を行っている様子です。こうした歩行測定などを、スマートフォン等を活用して高齢者の方自らが行う取組をスタートさせる予定です。

介護保険料の算定

所得段階別の介護保険料

国の改正やこれまでの介護保険料との整合性を保ちつつ、公費投入をすることで低所得者の負担軽減を図ります。それにより、第１段階の保険料率を0.50から0.30、第２段階の保険料率を0.70から0.50、第３段階の保険料率を0.75から0.70に引き下げます。

■所得段階別の介護保険料

【参考】第７期				第８期（令和３年度～令和５年度）			
所得段階	保険料率	月額保険料	年額保険料	所得段階	保険料率	月額保険料	年額保険料
第１段階	0.45	2,610円	31,320円	第１段階	0.50 【0.30】	2,900円 【1,740円】	31,320円 【20,880円】
第２段階	0.45	2,610円	31,320円				
第３段階	0.70	4,060円	48,720円	第２段階	0.70 【0.50】	4,060円 【2,900円】	48,720円 【34,800円】
第４段階	0.75	4,350円	52,200円	第３段階	0.75 【0.70】	4,350円 【4,060円】	52,200円 【48,720円】
第５段階	0.90	5,220円	62,640円	第４段階	0.90	5,220円	62,640円
第６段階	1.00	5,800円	69,600円	第５段階	1.00	5,800円	69,600円
第７段階	1.20	6,960円	83,520円	第６段階	1.20	6,960円	83,520円
第８段階	1.35	7,830円	93,960円	第７段階	1.35	7,830円	93,960円
第９段階	1.50	8,700円	104,400円	第８段階	1.50	8,700円	104,400円
第10段階	1.85	10,730円	128,760円	第９段階	1.85	10,730円	128,760円
第11段階	1.90	11,020円	132,240円	第10段階	1.90	11,020円	132,240円
第12段階	2.00	11,600円	139,200円	第11段階	2.00	11,600円	139,200円

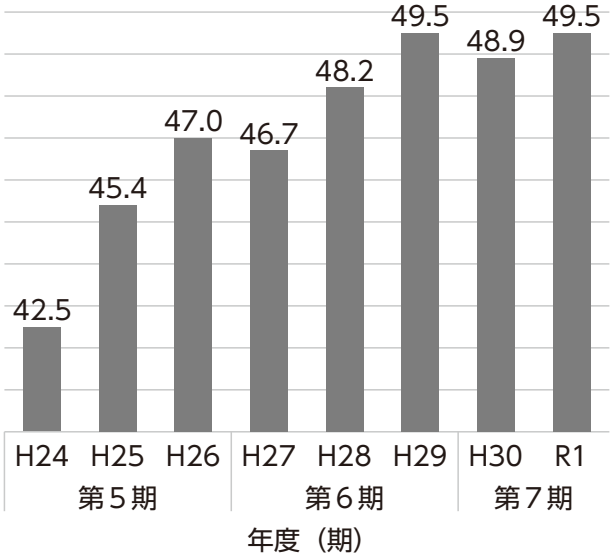
※【　】は、公費投入による負担軽減を勘案した額です

介護にならないための予防事業にも保険料が活用されています

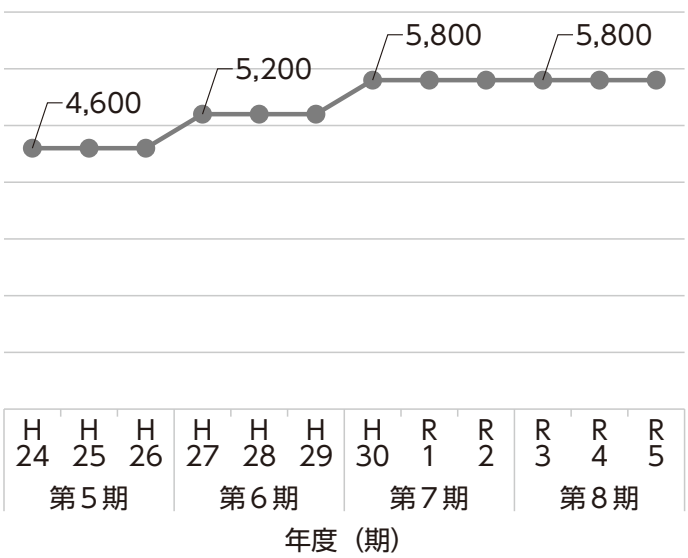
介護費用と保険料、認定状況について

介護費用額は年々増加し、令和元年度では50億円近くとなっています。
それに伴い、介護保険料基準額も上昇を続けていますが、第８期は保険料基準額を据え置き、介護予防を充実させて介護費用の適正化に努めます。

介護費用（億円）



保険料基準額（円）



年齢階級別の認定率

単位：％

年齢階級別の認定率	計
40歳以上65歳未満	0.4%
65歳以上70歳未満	2.5%
70歳以上75歳未満	5.2%
75歳以上80歳未満	11.5%
80歳以上85歳未満	22.6%
85歳以上90歳未満	43.9%
90歳以上	68.6%
第１号認定率	19.7%

５歳毎に認定率が倍増

自分でできることの喜びを生涯感じながら過ごせるよう、健康維持（介護予防）をしましょう。

相談ごとは、下記へ

誰でも、高齢になるにしたがい、不安なことが増えていきます。
介護のこと、健康のこと、生活のこと、不安や困りごとがでてきたら相談してください。

地域包括支援センター

市役所１号館１階（地域福祉課内）　☎0799-64-2145

地域相談窓口（在宅介護支援センター）

千鳥会在宅介護支援センター（大町畑597-4）☎0799-62-5100
聖隷在宅介護支援センター淡路（久留麻1863）☎0799-75-2100
かおりの丘在宅介護支援センター（高山甲430-3）☎0799-86-0668

本資料は、「淡路市高齢者保健福祉計画及び第８期介護保険事業計画」として作成しました。
計画の全体内容については、淡路市ホームページにも掲載しているほか、長寿介護課及び各事務所で冊子をご覧いただけます。

発行：淡路市健康福祉部長寿介護課
〒656-2292　淡路市生穂新島８
TEL：0799-64-2511　ＦＡＸ：0799-64-2529
ＩＰ：050-7105-5011　IPFAX：050-7105-5035
https://www.city.awaji.lg.jp/soshiki/tyouzyu