

困ったときの相談窓口

地域包括支援センターでは、高齢者やその家族の日常生活の悩みや困りごと、各種サービスの利用のしかたなど、様々な相談を受けています。
お気軽にご相談ください。



担当区域	相談窓口	住所	連絡先
浦添中学校区	浦添市地域包括支援センター さっとん	浦添市仲間1-2-2 コーポ西原103号室	098-877-3103
仲西中学校区	浦添市地域包括支援センター ライフサポート	浦添市宮城3-13-12	098-875-2560
神森中学校区	浦添市地域包括支援センター ていだ	浦添市内間4-23-21	098-870-0150
港川中学校区	浦添市地域包括支援センター みなとん	浦添市伊祖4-16-1 アルカディアビル1階	098-876-3710
浦西中学校区	浦添市地域包括支援センター ゆいまある	浦添市西原2-3-7 1階	098-917-5320
浦添市役所 いきいき高齢支援課		浦添市安波茶1-1-1	098-876-1234(代表)

地域の身近な相談窓口



相談窓口	住所	連絡先
浦添中学校区地域保健福祉センター	浦添市仲間 2-47-5 (うらそえぐすく児童センター 2階)	098-874-3878
仲西中学校区地域保健福祉センター	浦添市宮城 3-7-3-1 (浦添市みやぎ希望の森コミュニティセンター1階)	098-988-8147
神森中学校区地域保健福祉センター	浦添市内間 2-18-2-101号 (浦添市地域福祉センター内)	098-878-4569
港川中学校区地域保健福祉センター	浦添市港川 1-1-1 (港川中学校内 2階)	098-988-9355
浦西中学校区地域保健福祉センター	浦添市西原 4-11-8 (浦添市かりゆしセンター 2階)	098-871-3140

相談窓口	住所	連絡先
浦添市在宅医療・介護連携支援センター うらっしー	浦添市伊祖3-3-1 アルマーレ 101号 (一般社団法人 浦添市医師会事務局内)	098-894-2698

※この計画について詳しくご覧になりたい方は、福祉総務課（市役所3階）または市政情報センター（市役所8階）で計画書本編をお読みいただけます。
※計画書本編は浦添市のホームページでも公表しています。

てだこ高齢者プランに関するお問い合わせ
浦添市役所 福祉総務課／いきいき高齢支援課 TEL：098-876-1234（代表）

浦添市高齢者保健福祉計画・第8期浦添市介護保険事業計画

第六次てだこ高齢者プラン

いきいきチャレンジ高齢者
～ともに支え合う地域共生社会の実現～

計画期間：令和3(2021)年度～令和5(2023)年度



令和3(2021)年3月
浦 添 市

●●● 第六次てだこ高齢者プランについて

計画策定の背景と目的

令和7（2025）年には団塊の世代が75歳以上となり、令和22（2040）年には団塊ジュニア世代が65歳以上となるなど、今後も人口の高齢化が進展し、介護ニーズが高まる85歳以上の人口も急速に増加し、高齢者単身世帯、認知症の方の増加が予測されています。

地域包括ケアシステムの更なる推進と何らかの支援が必要な高齢者を地域や社会で助け合う取り組みの強化が急務となっています。

本市では日常生活で生じる様々なできごとを「我が事」として捉え、地域で丸ごと受け止め行動する地域共生社会を目指し、すべての高齢者が安心して生活できる地域とするため『第六次てだこ高齢者プラン（浦添市高齢者保健福祉計画・第8期浦添市介護保険事業計画）』を策定しました。

法令等の根拠と第六次てだこ高齢者プランの位置づけ

本計画は「老人福祉法（第20条の8）」及び「介護保険法（第117条）」に基づく市町村計画として、高齢者保健福祉計画及び介護保険事業計画を一体的に策定します。

本市のまちづくりの最上位計画である「第五次浦添市総合計画」、「てだこ・ゆいぐくるプラン（第五次浦添市地域福祉計画・第六次浦添市地域福祉活動計画）」等の諸計画を勘案して策定します。

本計画の高齢者福祉施策と介護保険事業の取り組みについても、SDGs（持続可能な開発目標）の視点を持ち一体的に推進していきます。

本市の高齢者を取り巻く現状や取り組むべき事項

（1）人生100年時代の到来と現役世代の減少への対応

- ・本市においても2040年に向け高齢者人口や高齢者のみの世帯の増加も見込まれます。
- ・一方で現役世代は減少傾向となっていることから、高齢者活力の活用等が必要です。

（2）地域共生社会の実現と地域包括ケアシステムの拡充

- ・個人や地域が抱える困りごとが複雑化しています。そうした問題を解決できるよう包括的な支援体制の構築と地域包括ケアシステムの推進や地域づくりを横断的に取り組み、地域共生社会の実現を図ることが求められています。

（3）健康づくりと介護予防の推進

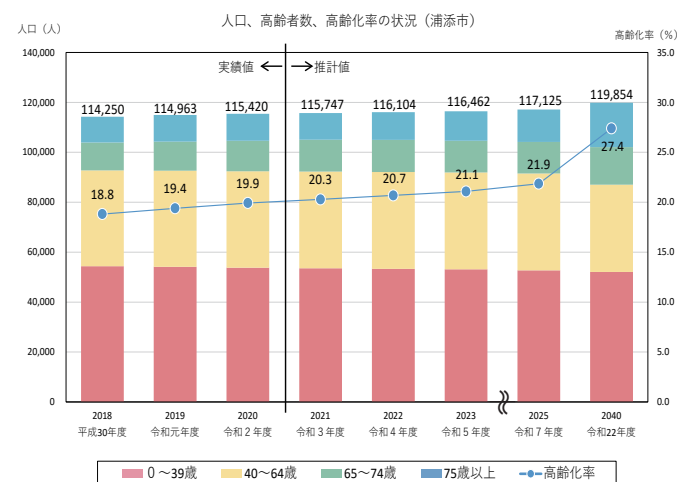
- ・64歳以下で介護認定を受ける要因として脳血管疾患が最も多く、調査結果をみると高齢者も治療中の傷病として高血圧をあげており、現役時代からの生活習慣病の予防や重症化を防ぐため、健康づくり支援が求められています。

（4）認知症対策の推進

- ・認知症の方の早期発見・早期に対応するため、地域における医療機関、認知症サポート医との連携強化が求められます。また、相談窓口の周知、権利擁護の推進等により、認知症の方や家族の不安軽減や支援体制の充実が必要となっています。

（5）住み慣れた地域での暮らしや変化する生活様式を支える

- ・移動に関する支援や生活支援サービスの充実、在宅医療及び医療・介護連携の推進等により、高齢者の在宅生活への支援充実を図っていく必要があります。著しい社会の変化に対応した高齢者のフレイル予防・社会的孤立への対応（安否確認や見守りなど）及び支援のあり方の検討が求められます。



●●● 将来の高齢者像と3つの基本目標

将来の高齢者像

いきいきチャレンジ高齢者 ～ともに支え合う地域共生社会の実現～

支援が必要なときには支えてもらい、時には誰かを支えることのできる地域づくりが必要となっており、その担い手として高齢者の活力が期待されています。担い手として活躍することは、自らの生きがいとなり、介護予防や健康寿命の延伸、まちの活性化にもつながります。

こうしたことから、「高齢者が自身の健康を保ちつつ、自らの知識と経験を活かし住み慣れた地域において支え合うとともに、年を重ねても状態に応じた目標を見つけ、それに向かいチャレンジする姿」を展望できるよう、将来の高齢者像を『いきいきチャレンジ高齢者～ともに支え合う地域共生社会の実現～』と掲げ、施策の充実に努め推進していきます。



基本目標

1 いつまでも自分らしくいきいきと暮らす

自分らしくいきいきと暮らしていくためには、日ごろから体を動かしたり、趣味などを楽しんだり、心身の健康を維持していくことが大切です。このため、心と身体健康づくりや認知症・フレイル予防を含め、多様なニーズに対応した介護予防に取り組みます。たとえ、介護が必要になっても状態を悪化させないよう個々の状態に応じた重度化防止の支援を進めます。

高齢者自身がこれまで培ってきた経験や技術をいかしながら活躍するため、社会参加や地域貢献等を支援します。就労意欲のある高齢者については、関係機関との連携のもと、高齢者の持つ技術や経験を求めている企業などとながらような仕組みづくりを進めます。

2 医療や介護サービスを選択して希望する暮らしが続けられるまち

医療や介護が必要になっても本人や家族が希望する暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、医療・介護の連携をより一層進めます。自分らしい人生の最終段階の暮らしを選択するためには、本人や家族の心構えが大切になることから、地域住民に対する在宅医療や介護、看取りに関する理解を促進します。

介護保険サービスについては、質の高いサービスの確保と安定的な提供に努めるとともに、サービスの適正利用を促進します。加えて、介護現場におけるICTの活用、介護を支える人材の育成・定着、元気高齢者の参入による業務改善など、働きやすい環境づくりを支援・促進します。

医療機関との連携等による認知症の早期発見・早期対応の強化を図ります。

3 安心安全な住まいと支え合いのある地域

生活の基盤となる住まいについて確保支援や福祉サービスの充実、高齢者にやさしいまちづくり、防災・防犯に配慮した取り組みを進めます。また、認知症などで判断能力が低下しても尊厳ある暮らしを支えるため、権利擁護に関する事業の利用促進と充実に努めます。

複合化していく高齢者や地域住民の課題に対し、きめ細やかな相談支援を行うため、地域包括支援センターの周知と機能強化を図ります。また、高齢者等が社会的に孤立せず安心して暮らせるよう、地域での声かけや見守り等の活動による地域ぐるみの支え合いを進めます。さらに、地域の中で生じる様々なできごとを我が事として丸ごと受け止め、住民一人ひとりの持てる力を発揮し、共に創る地域共生社会の実現を目指します。

プランの具体的な取り組み

基本目標 1

いつまでも自分らしく
いきいきと暮らす



1 市民の健康長寿に向けた健康づくりの推進

若年期からの健康に対する意識の高揚を図り、市民が自主的に生活習慣病予防活動、介護予防（フレイル予防含む）活動に取り組めるよう、健康診査の受診機会の拡大や健康教育・保健指導、イベントの充実を進めます。

- （１）健康づくりに関する意識の醸成
- （２）特定健診等・保健指導の推進【重点項目】
- （３）地域での健康づくりの支援



2 介護予防と重度化防止の充実

身体や認知機能の低下がみられる住民の早期把握に努め、フレイルの改善や認知症等の予防を図るため、介護予防活動への参加を促します。介護予防に取り組むことができる通いの場の充実を図り、通いの場の運営を地域住民等が主体的にできるように支援します。

- （１）介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）【重点項目】
- （２）適切な介護予防ケアマネジメントの充実

3 高齢者の活躍機会の充実

高齢者が生きがいをもって暮らし続けていくことができるよう、地域活動や生涯学習活動等で多様なメニューの提供を行うとともに、就労ニーズを踏まえ、技能習得支援や就業機会の確保等を進めます。

- （１）社会参加の促進、活動機会の拡充
- （２）高齢者の就業支援



基本目標 2

医療や介護サービスを選
択して希望する暮らしが
続けられるまち



1 在宅医療・介護連携の推進

自宅や地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けられるよう、医療・介護関係者の連携により、在宅医療と介護が切れ目なく提供される環境づくりに取り組みます。

- （１）在宅医療・介護連携の推進

2 医療と介護の連携による認知症への対応

認知症は誰まがりうるものであり、家族や身近な人が認知症になることなどを含め、多くの人にとって身近なものとなっています。地域住民の認知症への理解を広めるための取り組みを進めます。また、認知症に関する相談対応や認知症初期集中支援チームによる対応など、医療と介護の連携による認知症対策を強化します。

- （１）認知症に関する情報発信
- （２）医療と介護の連携による認知症への対応【重点項目】

3 ニーズに応じた介護保険サービスの提供

状態や意向に即した介護保険サービスが利用できるよう、介護事業所等との連携や介護ニーズ、サービス利用状況を踏まえたサービス提供を目指します。

介護を担う家族の不安や負担が軽減されるよう介護保険サービスの適切な利用を促進するため、必要な情報が届くような情報発信に努めます。

- （１）居宅サービスの充実
- （２）地域密着型サービスの推進
- （３）介護保険施設等のサービス基盤の整備
- （４）介護保険制度やサービス、相談窓口等の情報提供

4 介護保険サービスの質の向上と制度の円滑な運営

介護事業者への指導・助言や連携を強化し、質の高いサービスの確保に努めます。

介護人材のさらなる確保のため、介護職の魅力や県、ハローワークなどによる資格習得のための支援事業の紹介を行い、介護職への就職を促進します。介護現場の負担を軽減するとともに、介護事業所における業務効率化に向けて取り組みます。

- （１）介護給付の適正化などの推進
- （２）介護人材の確保支援と業務の効率化支援【重点項目】

基本目標 3

安心安全な住まいと
支え合いのある地域



1 すべての人にやさしいまちづくり

浦添市社会福祉協議会との連携のもと、地域での見守り活動等を支援するとともに、福祉のまち、地域共生社会を目指します。

既存の公共公益施設については、バリアフリー化を進めるとともに、ユニバーサルデザイン等の普及により、高齢者をはじめ、誰もが利用しやすい整備を進めます。

交通機関の利用が難しい高齢者への外出支援サービスの提供や利便性の向上に努め、引き続き新たな移送サービスの導入を検討するなど、高齢者が気軽に外出できる環境を整備します。

- （１）長寿社会や支え合いに対する意識の醸成と地域福祉の推進
- （２）人にやさしいまちづくりの推進
- （３）高齢者の外出を促進する環境づくり

2 ニーズに応じた住まいの支援

住まいは、高齢者の地域での暮らしを支える基盤となるため、住宅の安定確保に向けた支援に加え、身体機能が低下しても在宅生活を継続できるよう住宅改修等に取り組みます。

- （１）高齢者の良質な住まいの確保

3 安心安全な暮らしを支える取り組みの推進

ひとり暮らし高齢者等への在宅福祉サービスの充実や、経済的な理由や虐待等により保護が必要な高齢者の支援に取り組みます。また、認知症サポーターをはじめとした地域住民による認知症バリアフリーのまちづくり、権利擁護に関する事業を推進します。

離職の防止に資する制度の普及・啓発に努め、仕事と介護の両立を支援します。

交通安全対策の推進及び災害時における避難体制整備を図ります。

- （１）在宅福祉サービス等の充実
- （２）認知症バリアフリーの推進【重点項目】
- （３）権利擁護の推進
- （４）家族介護者への支援
- （５）地域における安心安全対策の推進（防災、感染対策）

4 地域包括ケアシステムの基盤強化

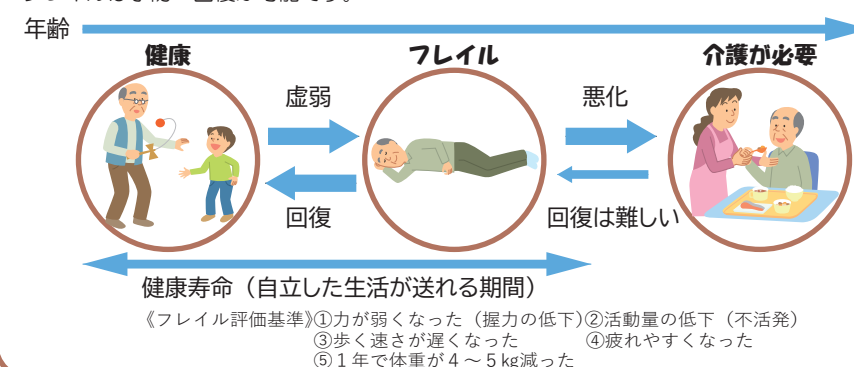
地域包括支援センターを中心に、中学校区地域保健福祉センターと連携しながら、住まい・医療・介護・介護予防・生活支援などの関係機関・団体などの資源をつなぎ、多様な問題を抱える高齢者や家族の相談支援に対応する重層的なネットワークの拡充に努めます。

さらに、介護予防等を通じた地域づくりを進めるにあたって、地域の課題を抽出し、解決策を検討する地域マネジメントの強化が求められていることから、地域包括支援センターの機能の更なる充実に努めます。

- （１）重層的な支援ネットワークの拡充【重点項目】
- （２）地域包括支援センターの機能強化
- （３）地域における相談及び地域ケア会議等の充実
- （４）生活支援サービスの体制整備の推進

《フレイル（虚弱）に陥らないために》

フレイルとは、生活するうえで不自由はないものの、心身が弱っていて介護が必要になる危険性が高い状態をいいます。介護が必要になると、自立した状態に戻ることはなかなか難しいですが、その前の段階のフレイルは予防・回復が可能です。



地域共生社会の実現に向けた浦添市が進める地域包括ケアシステム

地域共生社会の実現とは

地域共生社会とは、子ども・障がい者・高齢者などすべての人々が、「我が事」として参画し、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、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創り、高め合うことができる社会とされています。

地域の様々な分野の問題を支え手側と受け手側に分けるのではなく、地域のあらゆる住民が役割を持ち、困難に直面しているあらゆる住民を我が事（自分のこと）のように支え合うことのできる仕組みやネットワークを構築することが求められています。

さらに、福祉サービスを「縦割り」から「丸ごと」へと転換していくことも必要になっています。「地域共生社会」は、高齢者を地域で支えるための「地域包括ケアシステム」を包含する概念となっています。今後も高齢者福祉に限らず、子育て支援、障がい者福祉、生活困窮対策等について分野を超えて丸ごとつながり、支えが必要な住民が安心して暮らせるネットワークや仕組みづくりを目指します。

浦添市の地域包括ケアシステム概念図

中学校区を日常生活圏域として設定しています。各日常生活圏域の実情に応じて地域包括ケアシステムの充実に取り組んでいます。



病気になったら・・・

医療

- ・医師会・歯科医師会・薬剤師会等
- ・在宅医療ネットワーク
- ・かかりつけ医

＜在宅医療・介護連携推進：相談・支援コーディネート＞

- ・浦添市在宅医療・介護連携支援センター うらっしー（コーディネーター）

介護が必要になったら・・・

介護

【在宅系サービス】

- ・訪問看護
- ・地域密着型サービス

【共生型サービス】

- ・訪問介護
- ・通所介護
- ・ショートステイ 等

【施設・居宅サービス】

- ・介護老人保健施設
- ・介護老人福祉施設 等

在宅医療支援

通所・入院

介護サービス提供

【日常生活圏域（中学校区）】
おおむね30分以内で必要なサービスが提供される圏域

【地域の支え合い：多様な主体による交流・まちづくり活動】

地域住民による助け合い、自助活動の充実

- ・近隣住民・民生委員・自治会・地域福祉協力員・老人クラブ・ボランティア・行政区コミュニティづくり推進委員会・NPO・民間事業所 等
- ・ふれあい相談など自治会集会所との連携



住まい

高齢者・家族等

【住まいの確保】

- ・自宅
- ・サービス付き高齢者向け住宅 等

介護予防・活動への参加

いつまでも元気に暮らすために・・・

生活支援・介護予防

【生活支援】

- ・配食サービス
- ・緊急通報システム
- ・緊急医療情報キット 配布事業 等

【介護予防・フレイル予防】

- ・生きいき健康クラブ、栄養教室、体操教室 等
- ・日常生活援助
- ・通いの場の支援・充実

【健康・生きがいづくり】

- ・健康教室・スポーツ教室
- ・公民館・体育施設
- ・老人福祉センター
- ・シルバー人材センター
- ・認知症カフェ 等

地域ケア会議

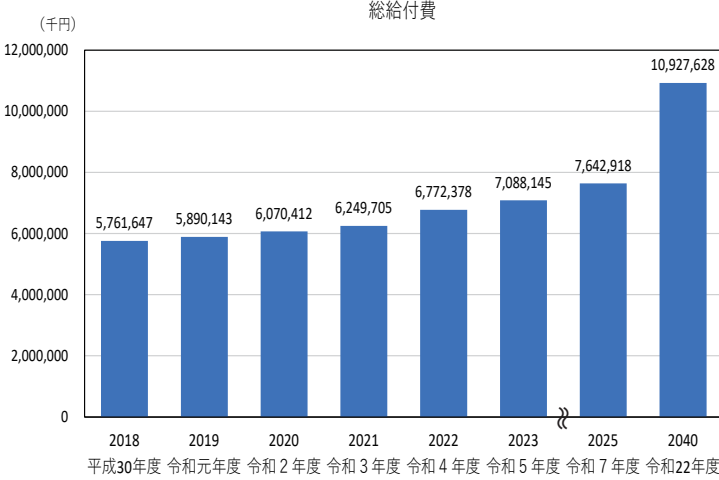
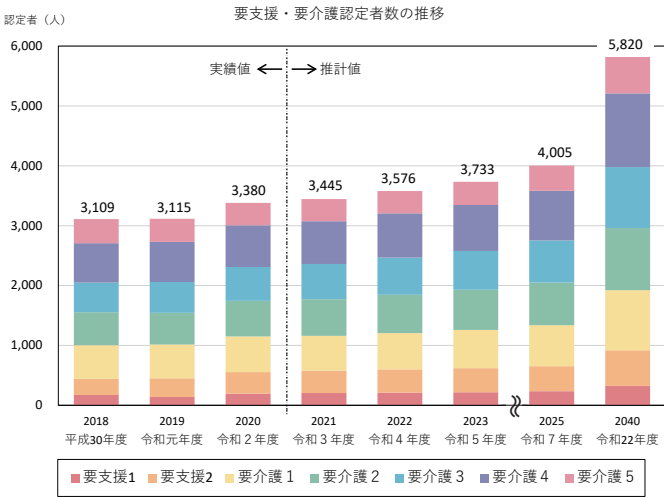
- ・地域包括支援センター 保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員 等
- ・地域保健福祉センター（CSW）
- ・介護支援専門員
- ・認知症初期集中支援チーム等

市役所

- ・システムの円滑な推進に向けた支援
- ・関係者間の連携促進（包括的支援体制の構築：高齢分野、障がい分野、子ども分野、生活困窮分野等）

介護保険サービス量の見込み

要支援・要介護認定者数の推移／介護予防・介護サービス総給付費の推移（年間累計金額）



介護保険施設・居住系サービスの利用者数（1月当たりの利用者数）

	第7期 実績 R2年度は利用実績見込み			第8期 計画値			計画値 （第9期以降）	
	2018 平成30 年度	2019 令和元 年度	2020 令和2 年度	2021 令和3 年度	2022 令和4 年度	2023 令和5 年度	2025 令和7 年度	2040 令和22 年度
施設サービス	485	474	499	507	501	551	608	858
介護老人福祉施設	261	255	263	263	263	313	349	486
介護老人保健施設	194	176	200	200	200	200	216	310
介護療養型医療施設	16	13	8	8	2	2	0	0
介護医療院	13	29	27	35	35	35	42	60
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	1	1	1	1	1	1	1	2
居住系サービス	140	134	134	136	186	206	225	287
認知症対応型共同生活介護	61	53	45	45	58	76	85	100
地域密着型特定施設入居者生活介護	27	26	27	27	27	27	32	47
特定施設入居者生活介護	52	55	62	64	101	103	108	140
合計	625	608	633	643	687	757	833	1,145

主な在宅サービスの利用者数（1月当たりの利用者数）

			実績値（第7期）			第8期 計画値			計画値 （第9期以降）	
			2018 平成 30 年度	2019 令和元 年度	2020 令和2 年度	2021 令和3 年度	2022 令和4 年度	2023 令和5 年度	2025 令和7 年度	2040 令和22 年度
居宅	訪問介護	介護	223	223	257	259	244	253	269	395
	訪問看護	予防	16	17	21	22	21	23	23	33
		介護	125	132	175	176	138	139	150	223
	訪問リハビリテーション	予防	14	11	20	21	17	17	19	25
		介護	65	72	67	67	74	75	80	118
	居宅療養管理指導	介護	284	311	359	359	318	321	347	514
	通所介護	介護	1,146	1,164	1,161	1,174	1,292	1,325	1,414	2,088
	通所リハビリテーション	介護	351	354	323	328	399	411	438	644
	短期入所生活介護	介護	85	82	58	59	93	94	102	150
	福祉用具貸与	予防	159	182	208	218	227	234	245	337
介護		1,143	1,217	1,343	1,356	1,312	1,337	1,432	2,122	
	住宅改修費	介護	10	9	9	9	11	11	11	17
地域 密着	地域密着型通所介護	介護	186	177	160	162	204	210	223	328
	小規模多機能型居宅介護	介護	76	81	89	92	121	125	127	147