

## 取組の理念と重点的な分野

すべての高齢者が、支え合いながら、いきいきと心豊かに、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる東京の実現

- 介護予防の推進
- 社会参加の促進
- 生活支援サービスの充実
- 見守りと安全安心の確保
- 地域包括支援センターの機能強化

## 主な取組

### 1 高齢者の自立支援に向けた介護予防の推進

- ◆ **介護予防・フレイル予防普及啓発事業** (予算 8百万円) 新規  
都民が、介護予防・フレイル予防に資する取組を自ら実施し、健康な状態を維持できるよう、都民が必要とする情報が得やすい形へ「東京都介護予防・フレイル予防ポータルサイト」をリニューアル
- ◆ **介護予防・フレイル予防支援強化事業** (予算 358百万円)
- **介護予防・フレイル予防推進員配置事業**  
通いの場等の介護予防活動の拡大・機能強化を図るため、推進員を配置する区市町村を支援
- **介護予防・フレイル予防推進支援センター設置事業**  
通いの場等の一層の拡大、機能強化を推進する区市町村に対し、東京都健康長寿医療センターの知見を活かした専門的・技術的な支援を提供

- ◆ **短期集中予防サービス強化支援事業** (予算 30百万円)  
短期集中予防サービスに取り組む区市町村に対し、定期的な訪問や助言等により一定期間支援し、要支援者等のセルフケア能力の向上や社会参加の促進を図る

- ◆ **新しい日常における介護予防・フレイル予防活動支援事業** (予算 416百万円)  
感染症対策を講じた通いの場等の活動や、オンラインツールを活用して行う介護予防・フレイル予防活動に取り組む区市町村を支援

### 2 地域における支え合いと社会参加の促進

- ◆ **人生100年時代社会参加マッチング事業** (予算 50百万円) 新規  
シニア・プレシニアの継続的な社会参加を促進するため、委員会を設置し、効果的なきっかけづくり・マッチング等に向けた施策を立案するとともに、区市町村の取組を支援
- ◆ **人生100年時代セカンドライフ応援事業** (予算 359百万円)  
・文化・教養・スポーツ活動など高齢者の生きがい活動等の促進  
・地域活動への参加を希望する高齢者向け講座を開催する区市町村を支援

- ◆ **生活支援体制整備強化事業** (予算 22百万円)  
生活支援コーディネーターの養成研修、情報交換の実施により区市町村の生活支援体制整備の取組を支援

- ◆ **東京ホームタウンプロジェクト** (予算 36百万円)  
企業人等による「プロボノ」支援などを通じ、区市町村等の地域活動やその担い手創出を支援

### ◆ 包括補助による見守りの取組支援

- 高齢者見守り相談窓口設置事業
- 見守りサポーター養成研修事業
- 高齢者等の地域見守り推進事業
- ICTを活用した高齢者等の地域見守り事業

### 3 地域包括支援センターの機能強化

- ◆ **地域包括支援センター機能強化支援事業**
- 機能強化型地域包括支援センター設置促進事業 (包括補助)
- 総合相談体制整備強化事業 (包括補助)

- ◆ **地域包括支援センター職員研修事業** (予算 11百万円)
- ◆ **自立支援・介護予防に向けた地域ケア会議推進事業** (予算 16百万円)

## 現 状

- コロナ禍における高齢者の心身機能の低下が懸念される中、高齢者の介護予防・フレイル予防への取組の推進が必要
- 令和元年度に主にシニア・シニア予備群を中心とした都民を対象にホームページ「東京都介護予防・フレイル予防ポータル」を作成し、普及啓発を実施

## 課 題

- 学術的・専門的内容も多く含まれ、一般的に高齢者が必要だと思われる情報へのアクセスがしにくいホームページの構成になっている
- 軽微な更新は可能であるが、新規のコンテンツやページの作成ができない等のシステム上の問題があり、情報発信が必要な場合に対応が困難

## 取組内容

- 主にシニア・シニア予備群を中心とした都民が、介護予防・フレイル予防に資する取組を自ら実施し、健康な状態を維持できるよう、都民が必要とする介護予防・フレイル予防に係る情報が得やすい形へホームページをリニューアルする。

### 1. ホームページのリニューアル

ホームページデザイン・レイアウト等の見直しを図るとともに、適切な情報に誘導するチャットボットを導入する。さらに、新規コンテンツやページの作成が可能となるようシステムを改修する。

### 2. ホームページのPR

リニューアル後のホームページについて、シニア・シニア予備群を中心とした都民にWEB広告・紙媒体（チラシ）等により周知する。

## 【背景及び課題】

### ■高齢者の社会参加の意欲が実際の活動に結びついていない

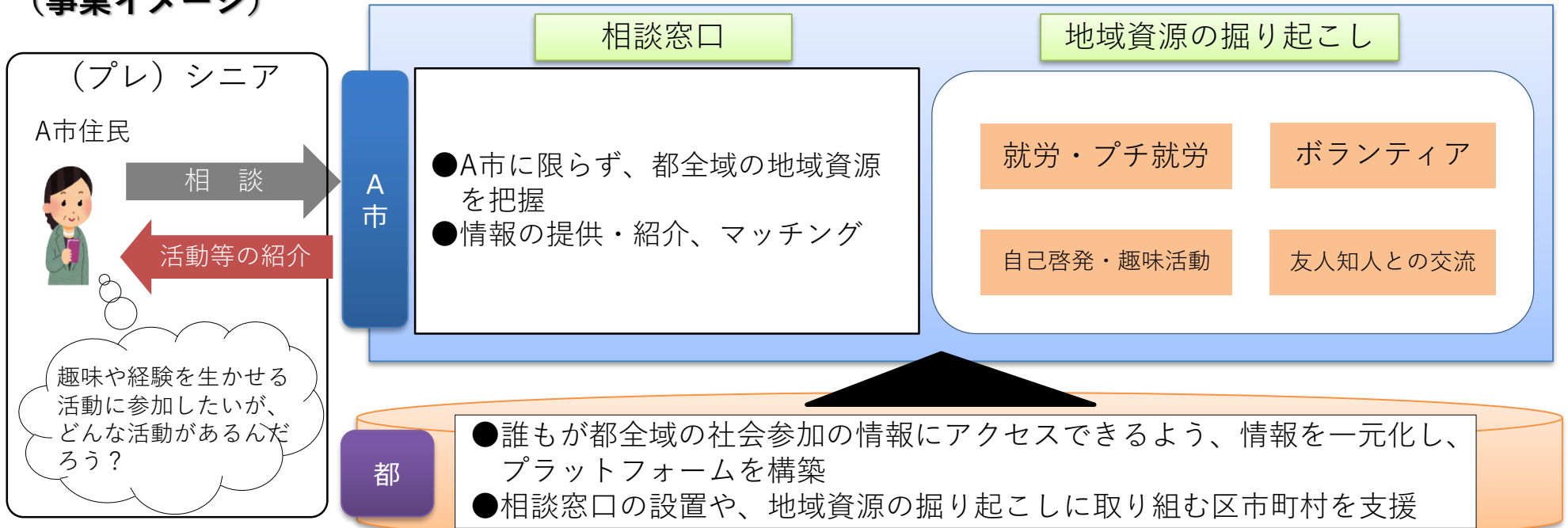
- ・ 地域活動等への参加希望は約8割(※1) ⇔ 現在の高齢者の社会参加は約5割(※2)
- ・ 社会参加しない理由(※3) 「きっかけがない」(20.9%)、「興味のある活動内容がない」(15.5%)、「仲間がない」(14.2%)、「活動の情報がない」(10.5%)

※1：令和2年度インターネット福祉保健モニター「高齢期における地域活動等の意向」について ※2、3：令和元年度在宅高齢者の生活実態調査報告書

## 事業内容

シニア・プレシニアの継続的な社会参加を促進するため、委員会を設置し、効果的なきっかけづくり・マッチング等に向けた施策を立案するとともに、区市町村の取組を支援する。

## (事業イメージ)



## 目的 高齢者の健康増進

健康長寿医療センターの有する知見や臨床・研究フィールドを活用し、高齢者のバイタルや身体活動量を計測できるスマートウォッチ等も用いながら、在宅中も健康状態の把握や病気の予兆を察知できるアプリの開発等に繋げ、高齢者の行動変容を促し、健康増進を図る。



## 事業概要

<令和4年度予算額(案)> 405,000千円

<事業実施(案)>

- ・追跡健康診断等に参加する高齢者にスマートウォッチ等を配布
- ・日常のバイタル、身体活動、睡眠時間、食事量、社会参加活動(会話量)などを自動計測、データを収集
- ・追跡健康診断等における測定結果に、収集したデータを加え、健康長寿の知見を活用して詳細な分析をすることにより、フレイル、要介護、高血圧症、糖尿病、不整脈、感染症、熱中症など多様な健康リスクと自動計測データとの関係性を解明
- ・高齢者が手軽に健康状態や病気の予兆を把握可能な健康状態可視化アプリ等の開発に繋げる。

## 事業実施イメージ

