郡山市セーフコミュニティ推進協議会

高齢者の安全対策委員会
活　動　報　告



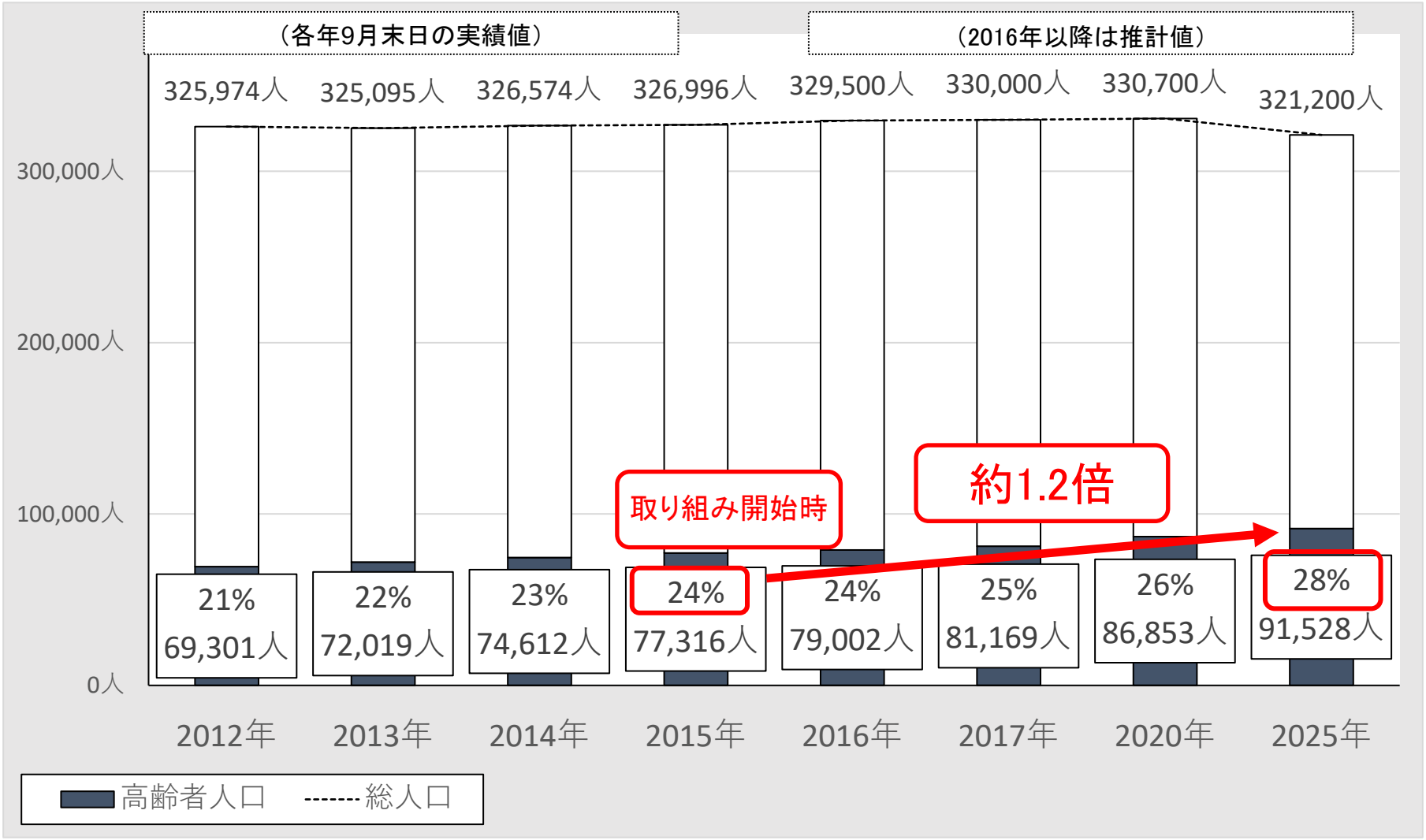
A SAFE COMMUNITY
セーフコミュニティ郡山

報告者　　委員長　大和田　裕子

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1. 委員会設置の背景

背景① 高齢者人口の増加

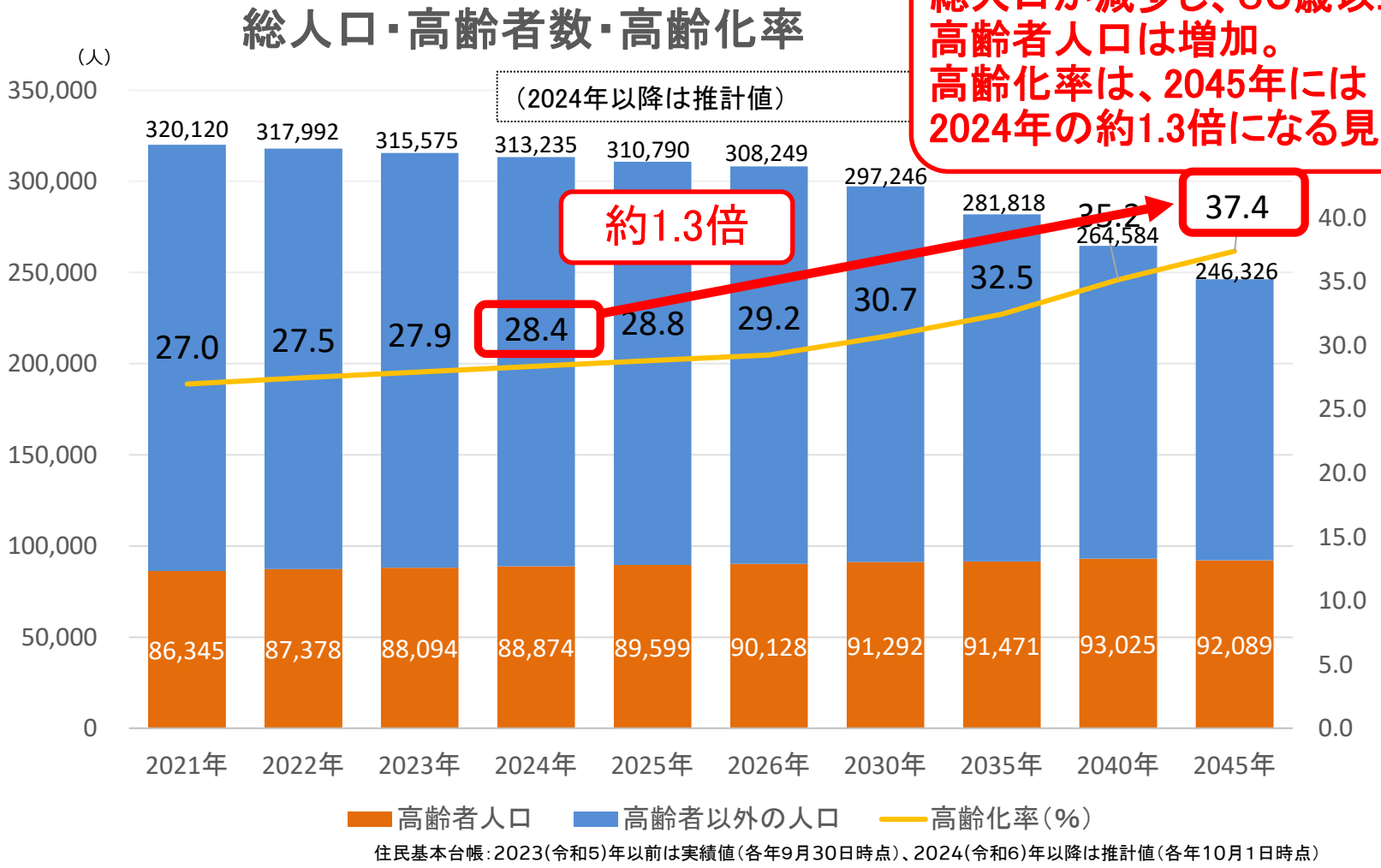


（作成：「郡山市第六次高齢者福祉計画・郡山市介護保険事業計画」）

背景①　高齢者人口の増加

【郡山市の総人口に占める高齢者人口の推移】（現状）

総人口が減少し、65歳以上の高齢者人口は増加。
高齢化率は、2045年には2024年の約1.3倍になる見込み



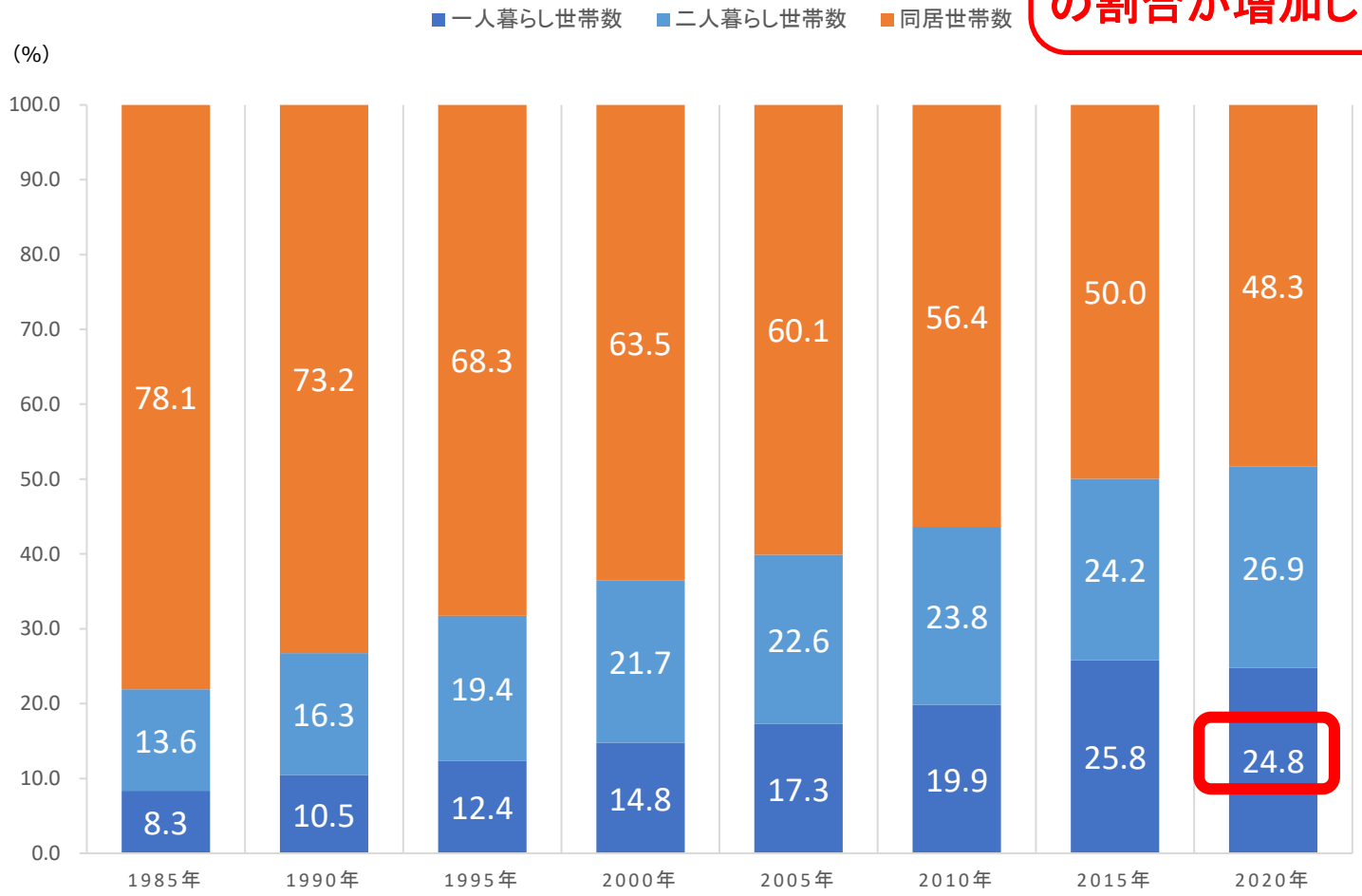
住民基本台帳：2023(令和5)年以前は実績値（各年9月30日時点）、2024(令和6)年以降は推計値（各年10月1日時点）

（「郡山市第九次高齢者福祉計画・郡山市介護保険事業計画」より）

背景① 高齢者人口の増加

【高齢者のいる世帯の割合】

65歳以上の高齢者のみの世帯、特に一人暮らしの方の割合が増加している



国勢調査：各年10月1日時点

（作成：「郡山市第九次高齢者福祉計画・郡山市介護保険事業計画」）

背景② 要介護認定者数の増加

介護保険制度について

〇市区町村が運営しており、40歳以上の方が加入者（被保険者）となって保険料を出し合い、必要に応じた介護サービスを利用できる制度

要介護認定について

〇介護が必要になった方は、市に相談・申請し、要介護認定の調査・判定を経て、認定結果が通知される。

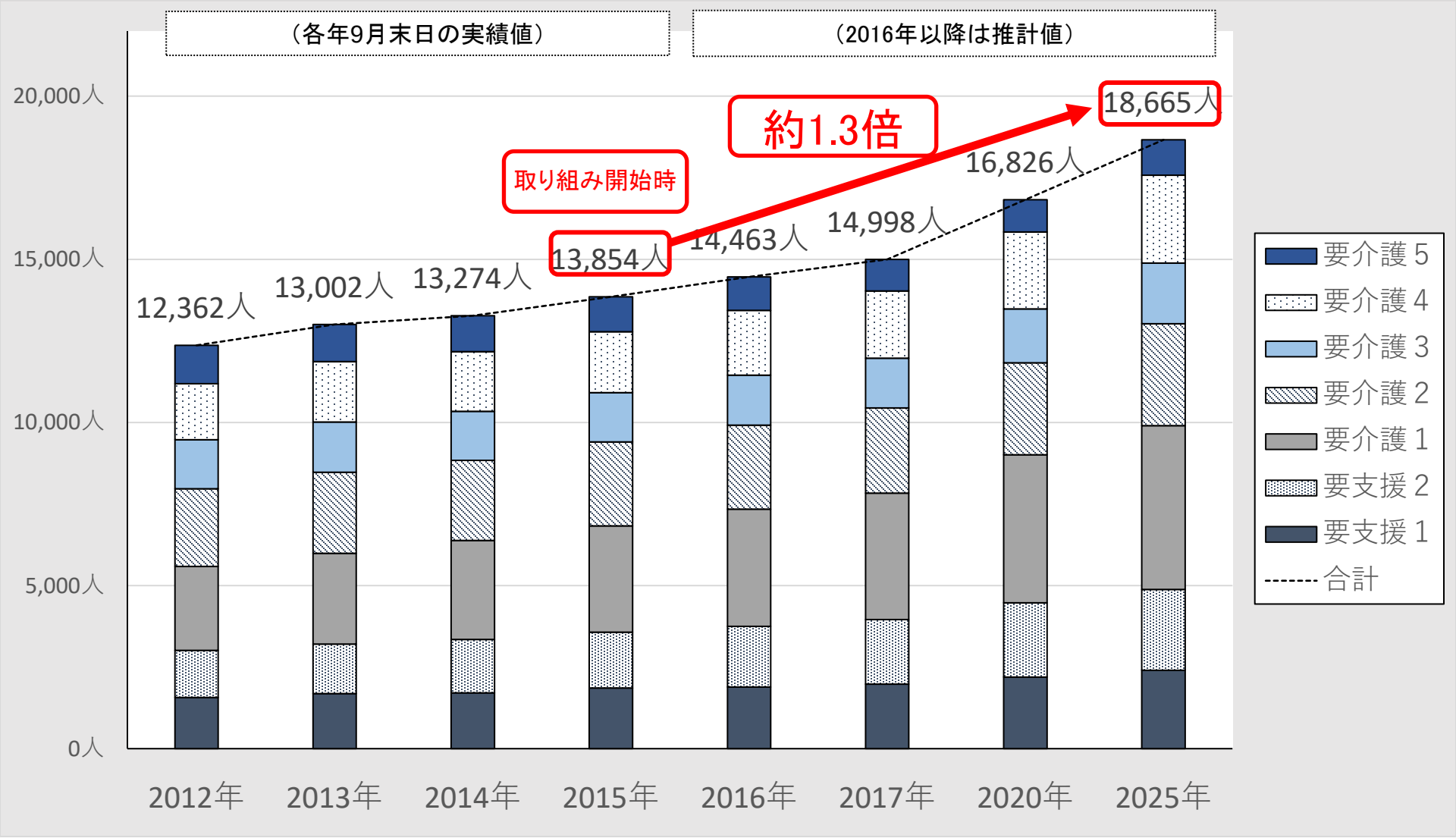
〇要介護状態区分は非該当、要支援１～２、要介護１～５の８段階に分けられ、認定結果に応じた介護サービス等が受けられる。

要介護状態区分	受けられるサービス	サービスの内容
要介護１ 要介護２ 要介護３ 要介護４ 要介護５	介護保険の介護サービス（介護給付）	介護の必要性が高い方を対象に、住みなれたまちや家で自立した生活が送れるよう支援するため、状態の改善・悪化防止を目的に提供するサービスです。
要支援１ 要支援２	介護保険の介護予防サービス（予防給付）	要介護状態が軽く、心身機能が改善する可能性が高い方などに提供するサービスです。
非該当（自立）	市が行う介護予防事業（地域支援事業）	介護（介護予防）保険の対象者にはなりませんが、生活機能の低下している方や、将来的に介護が必要となる可能性が高い方が市の事業を受けられます。

（介護保険課「令和8年度すこやか家族の介護保険ガイド」より）

背景② 要介護認定者数の増加

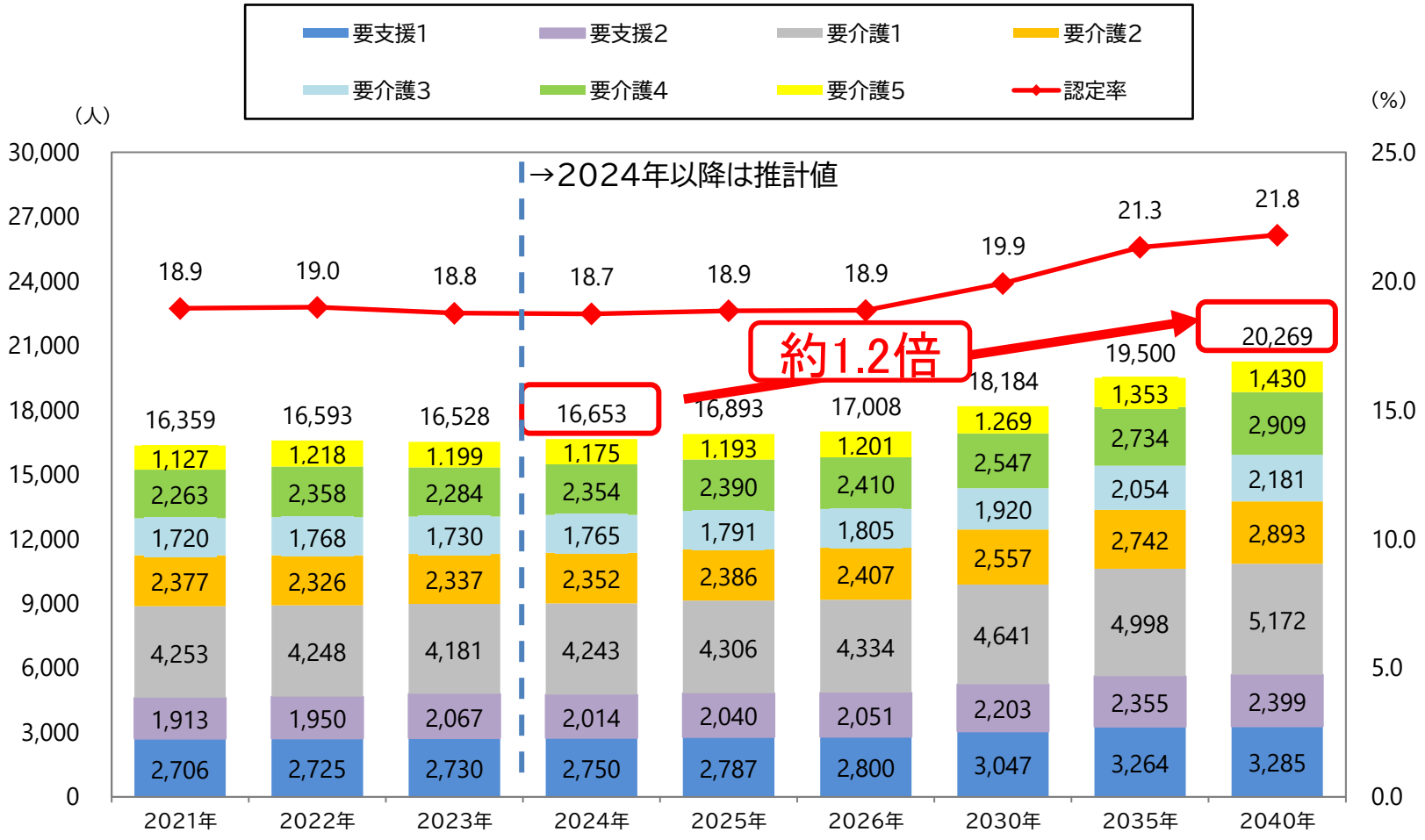
【郡山市の要介護認定者数の推移（取り組み開始時）】



（作成：「郡山市第六次高齢者福祉計画・郡山市介護保険事業計画」）

背景② 要介護認定者数の増加

【郡山市の要介護認定者数の推移（現状）】



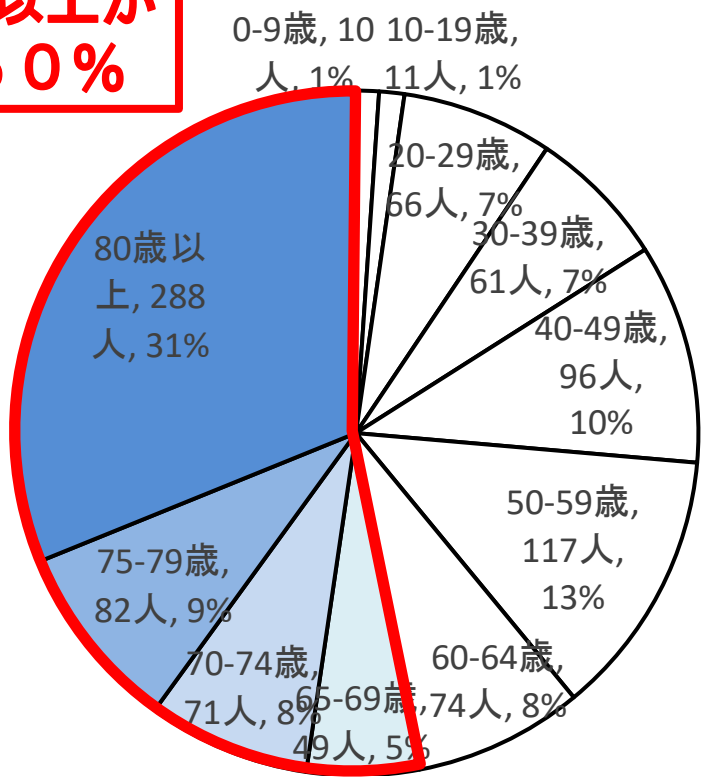
介護保険課：2023（令和5）年度以前は実績値（各年度9月30日時点）、2024（令和6）年度以降は推計値（各年度10月1日時点）

（作成：「郡山市第九次高齢者福祉計画・郡山市介護保険事業計画」）

背景③　受傷及びその他の外因による死亡者数では高齢者の占める割合が高い

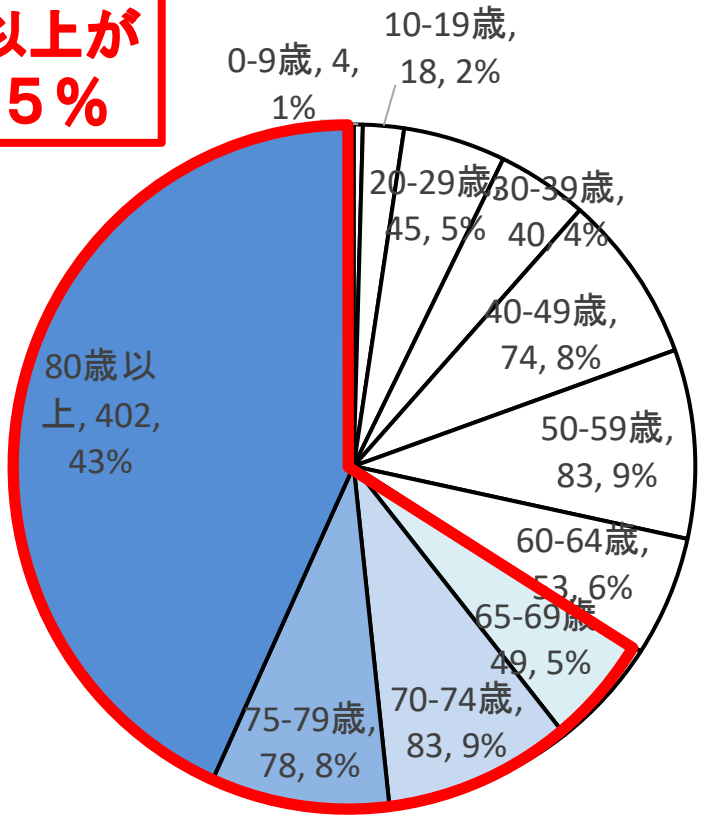
【受傷及びその他の外因による死亡者数】

65歳以上が約５０％



2010～2014年（n=925）

65歳以上が約６５％

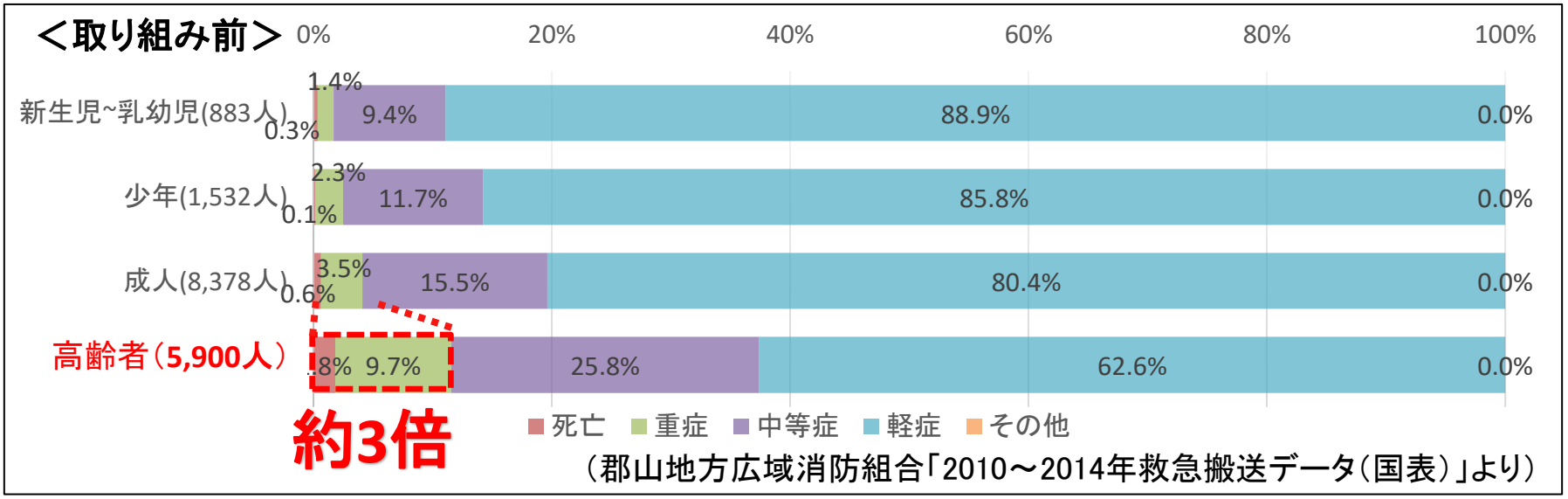


2020～2024年（n=929）

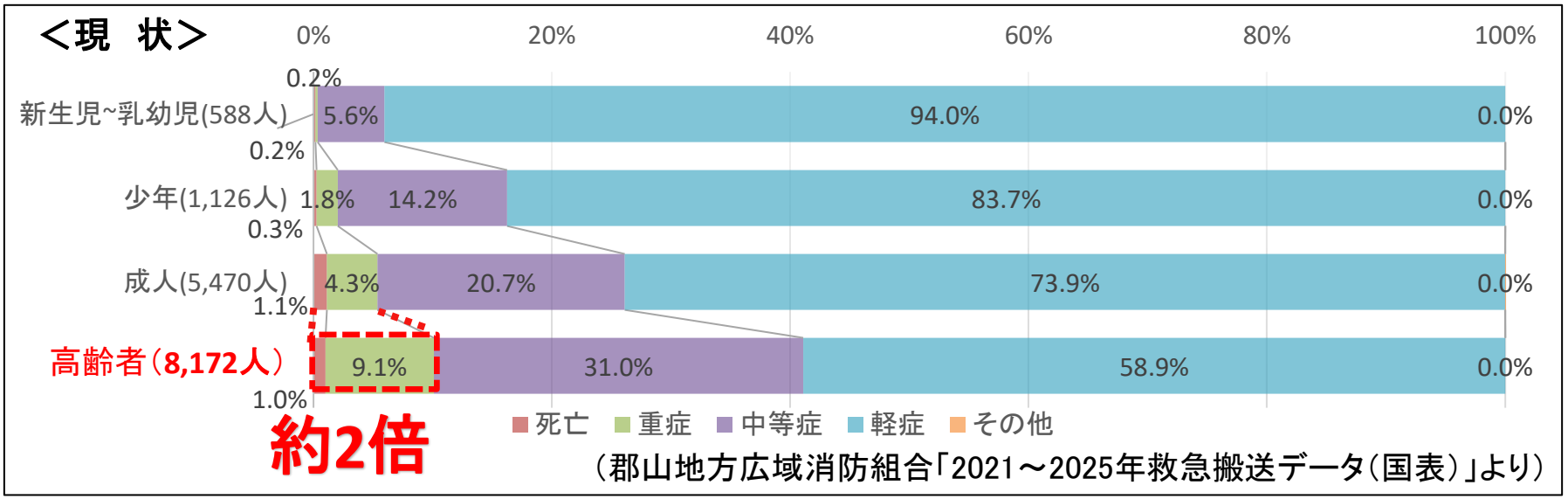
（郡山市保健所「人口動態統計（死因帳票）」より）

背景④　一般負傷による高齢者の重症度が高い

【救急搬送による年齢別重症度率】



（郡山地方広域消防組合「2010～2014年救急搬送データ（国表）」より）



（郡山地方広域消防組合「2021～2025年救急搬送データ（国表）」より）

＜高齢者の安全対策委員会の構成＞

住民組織等　８人

自治会連合会
民生児童委員協議会連合会
老人クラブ連合会
スポーツ推進委員会
高齢者虐待防止連絡会議
障がい者虐待防止連絡会議
認知症の人と家族の会
保健委員会

関連団体　６人

健康振興財団
社会福祉事業団
社会福祉協議会
郡山歯科医師会
地域包括支援センター連絡協議会
居宅介護支援事業所連絡協議会

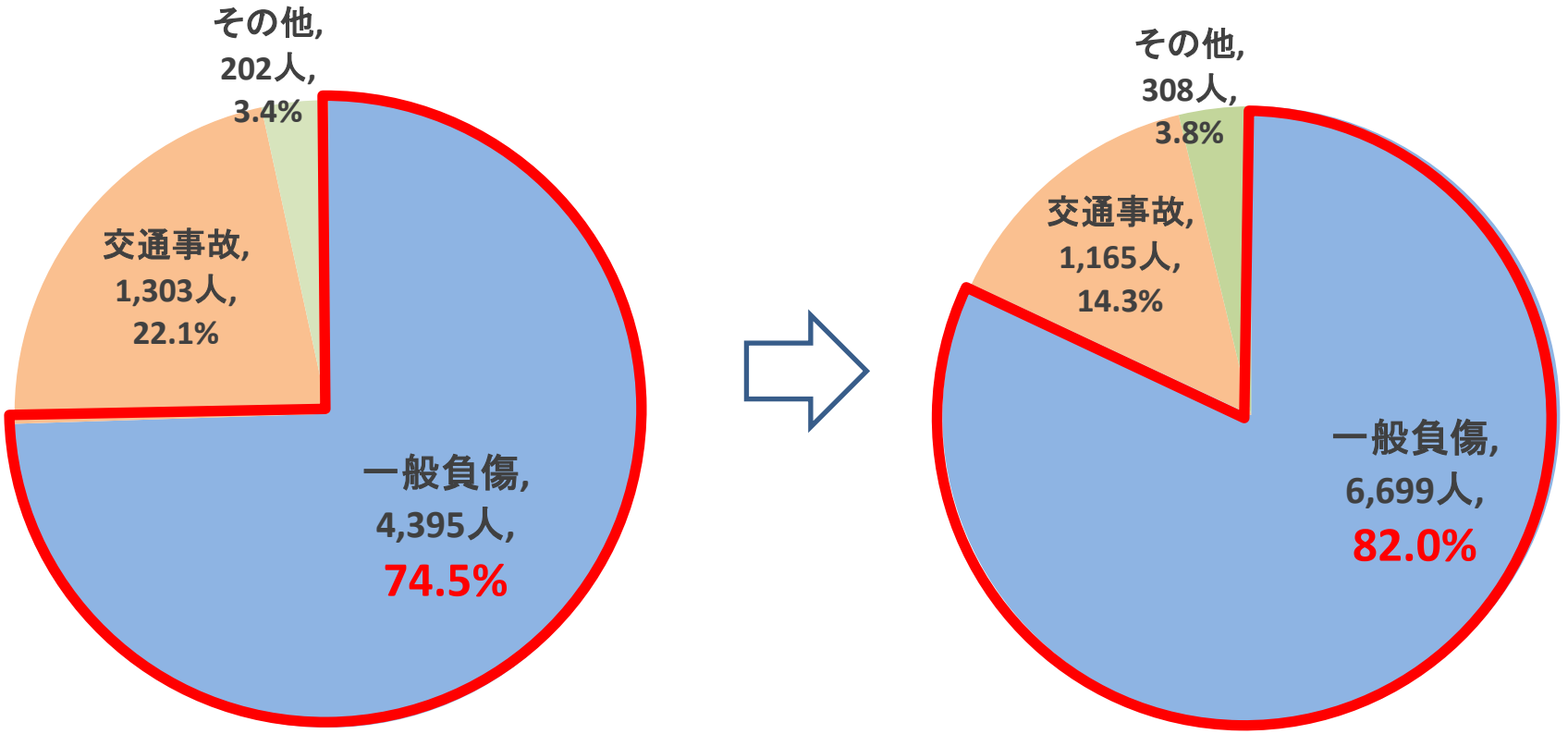
行政　２人

健康長寿課
保健所健康づくり課

2. 委員会の重点課題

客観的データ① 高齢者の受傷は一般負傷が多い

【65歳以上の外的要因による要因別救急搬送者数】



2010～2014年（n=5,900）

2021～2025年（n=8,172）

（郡山地方広域消防組合 「救急搬送データ（国表）」より）

客観的データ①　高齢者の受傷は一般負傷が多い

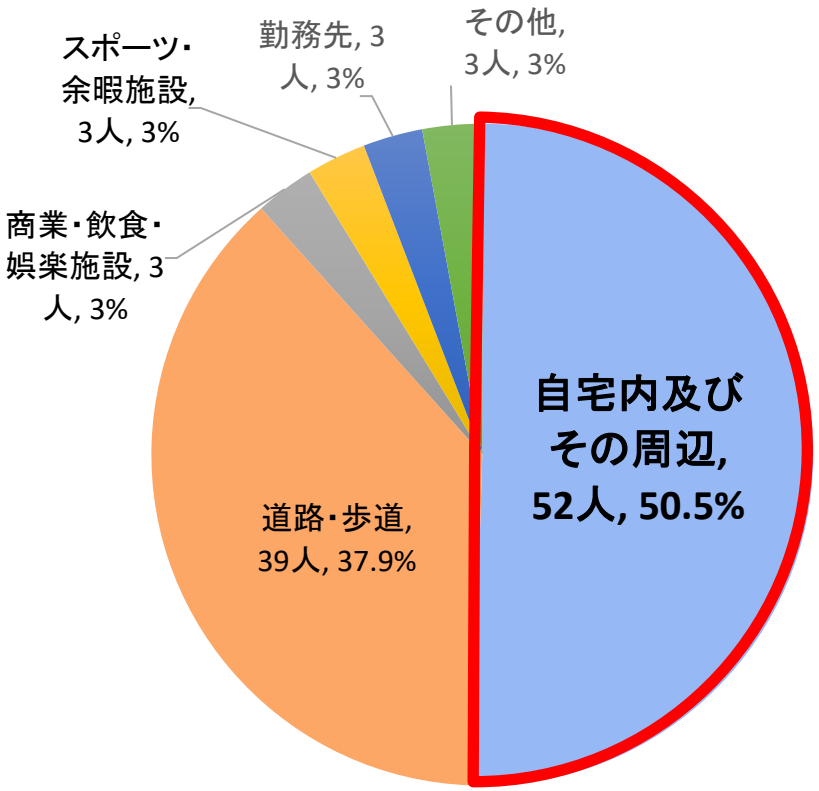
【65歳以上の外的要因による要因別救急搬送者数】

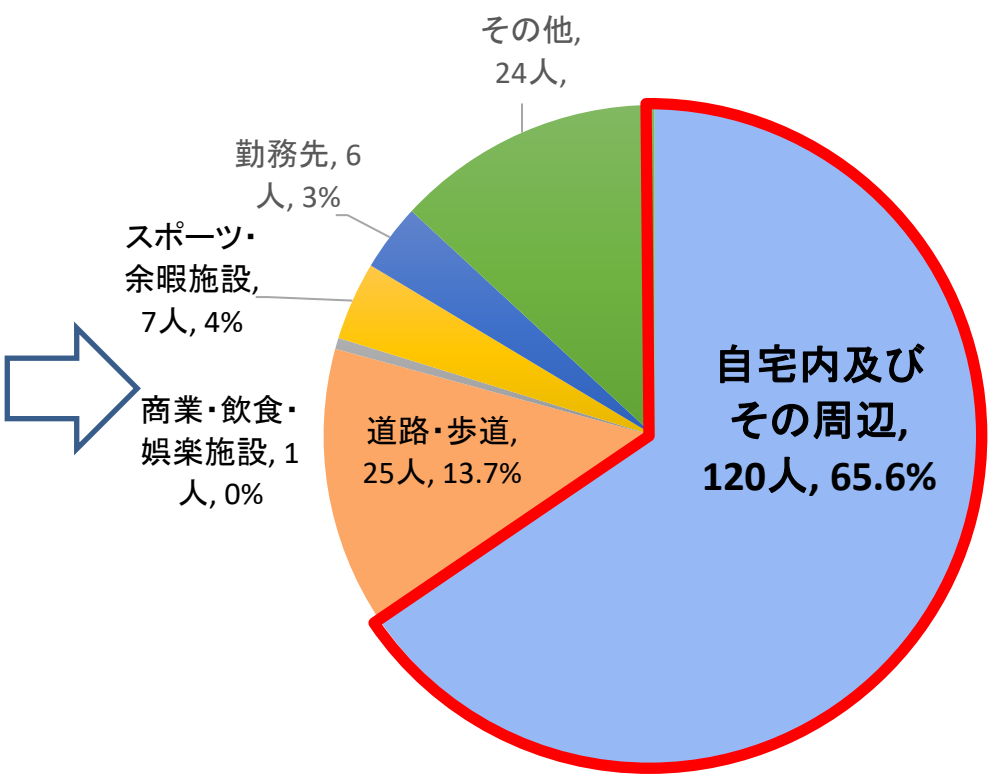
	2018年	2023年	2025年
救急搬送全体	13,052 人	14,481人	14,756人
けがや事故	2,961 人	3,148 人	3,395 人
一般負傷	1,624 人	1,857人	2,091人
一般負傷（６５才以上）	1,087 人	1,371人	1,520 人
一般負傷（６５才以上、転倒）	688 人	869 人	1,001 人
一般負傷（６５才以上、転倒割合）	63.29%	63.38%	65.86%

（郡山地方広域消防組合より提供のデータを加工して作成）

客観的データ② 高齢者は自宅やその周辺で事故をおこすことが多い

【65歳以上の方の過去1年間のけがの発生状況】





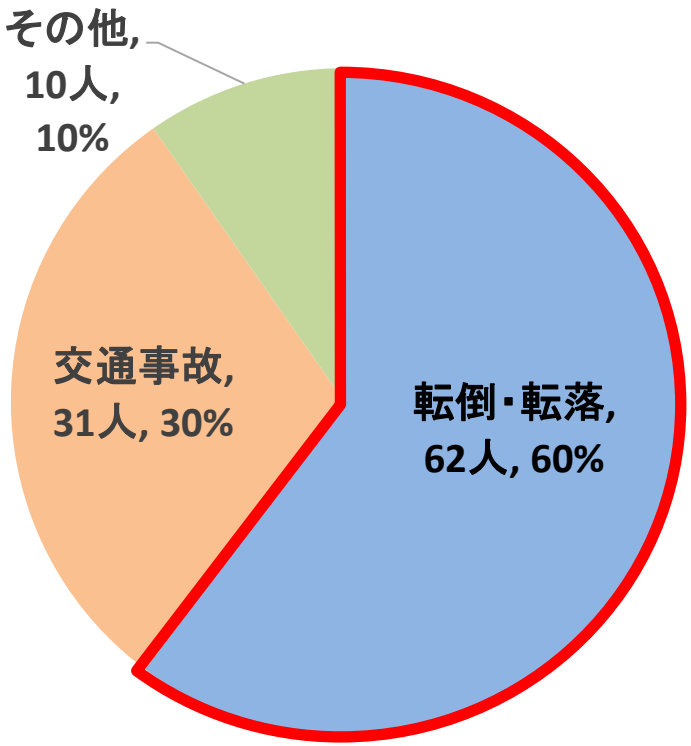
調査時期 2014年12月（n=103）

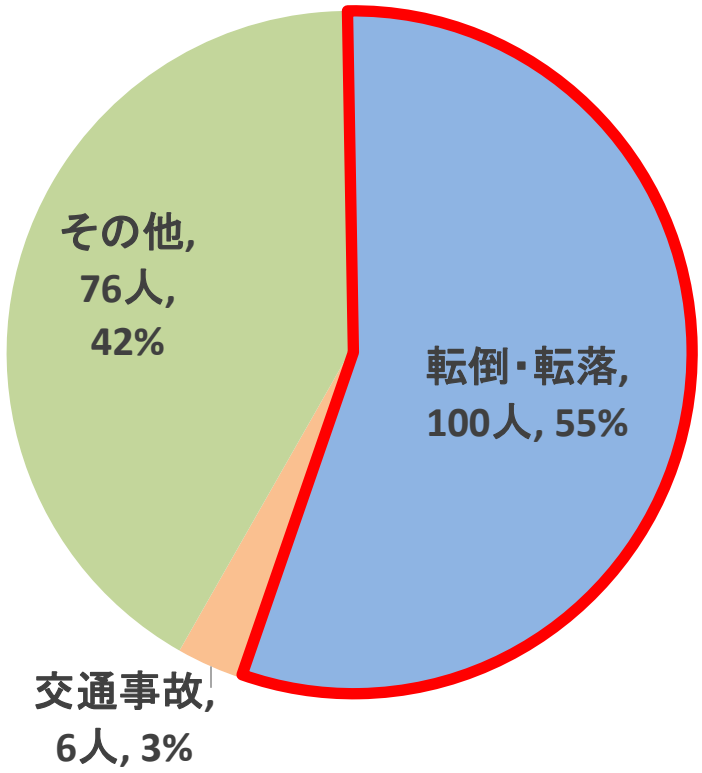
調査時期 2024年7～8月（n=183）

（郡山市セーフコミュニティ「市民意識調査アンケート」より）

客観的データ③　高齢者の事故は転倒・転落が多い

【65歳以上の方のけがの原因】





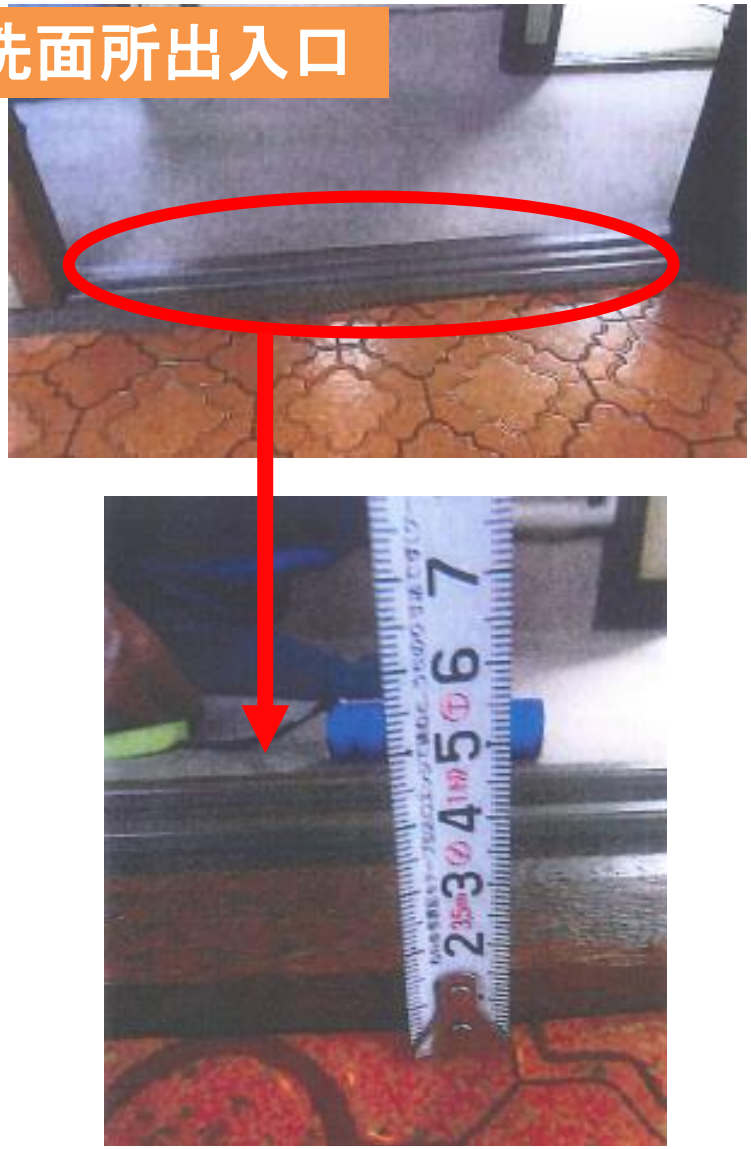
調査時期 2014年12月（n=103）

調査時期 2024年7～8月（n=182）

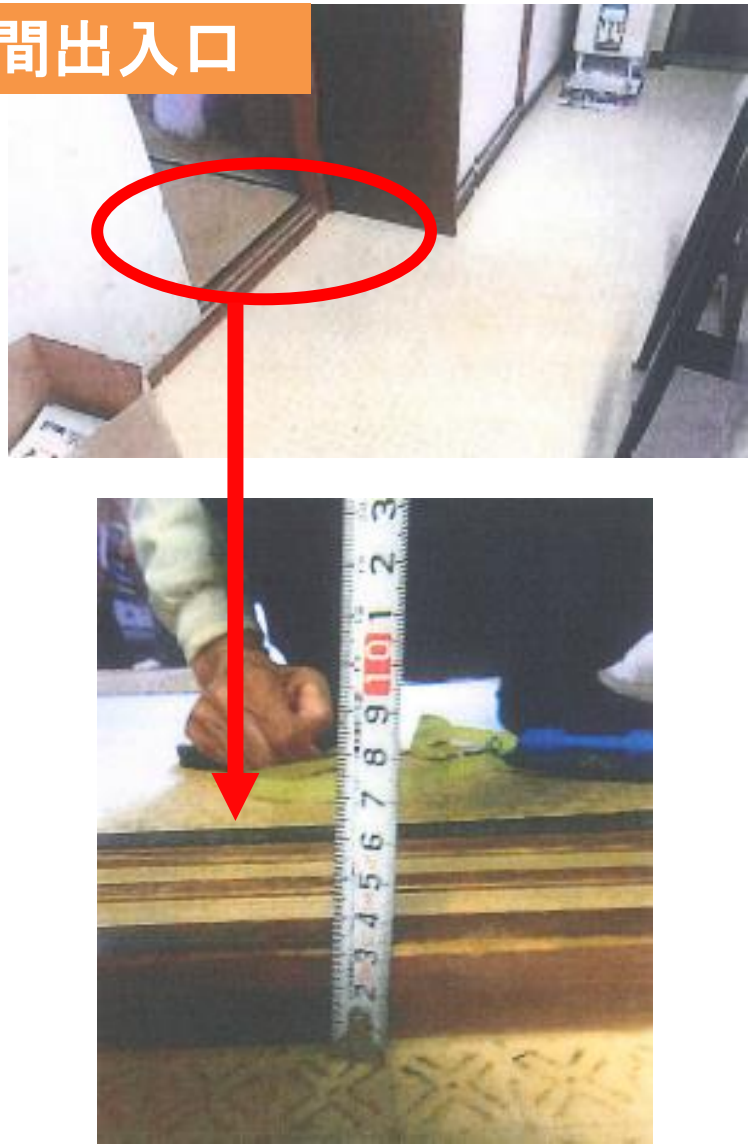
（郡山市セーフコミュニティ「市民意識調査アンケート」より）

客観的データ④　高齢者は自宅やその周辺で事故をおこすことが多い（段差）

洗面所出入口

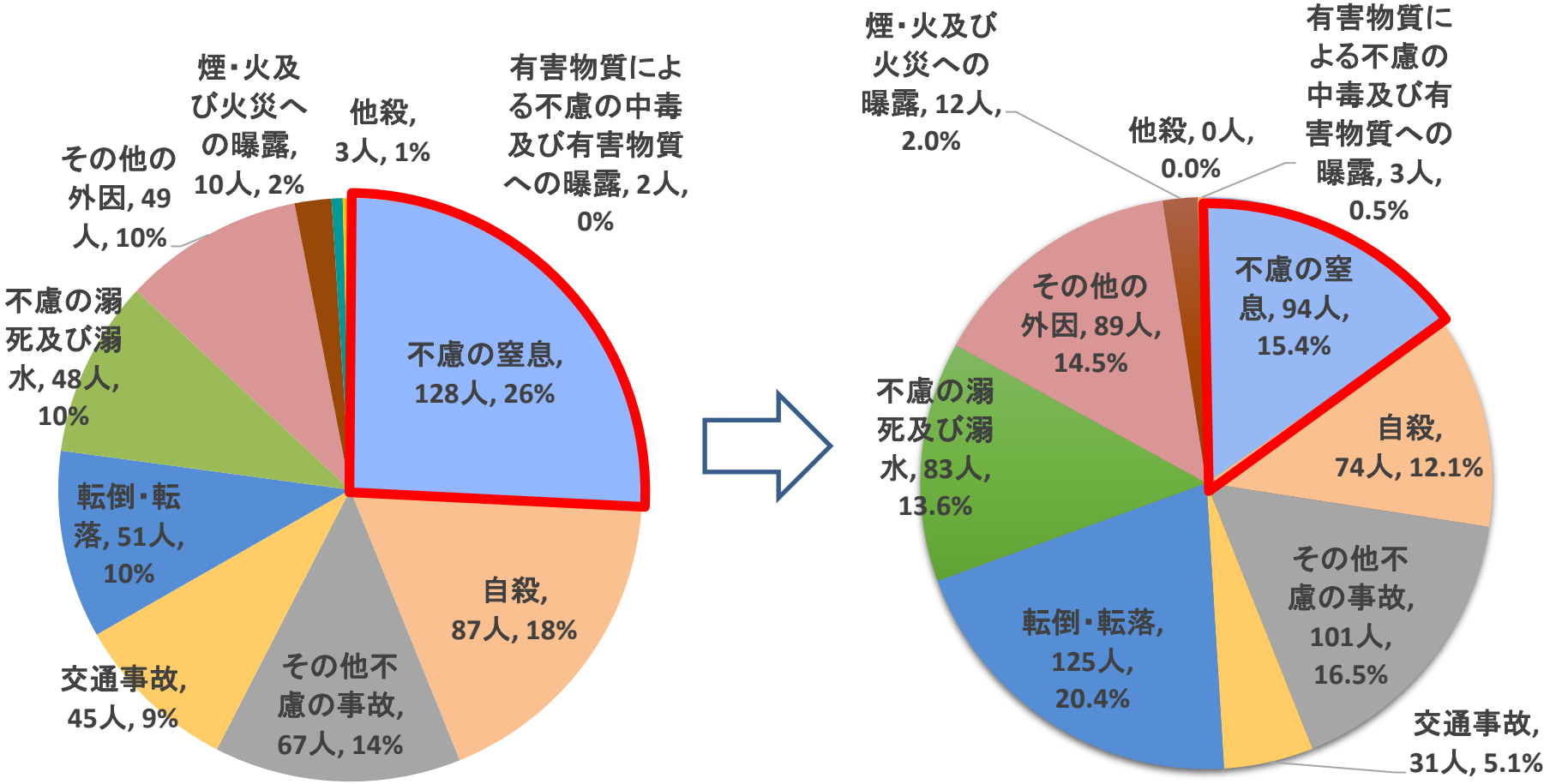


居間出入口



客観的データ⑤　窒息により死亡する高齢者が多い

【65歳以上の受傷及びその他の外因による種別ごとの死亡者数】



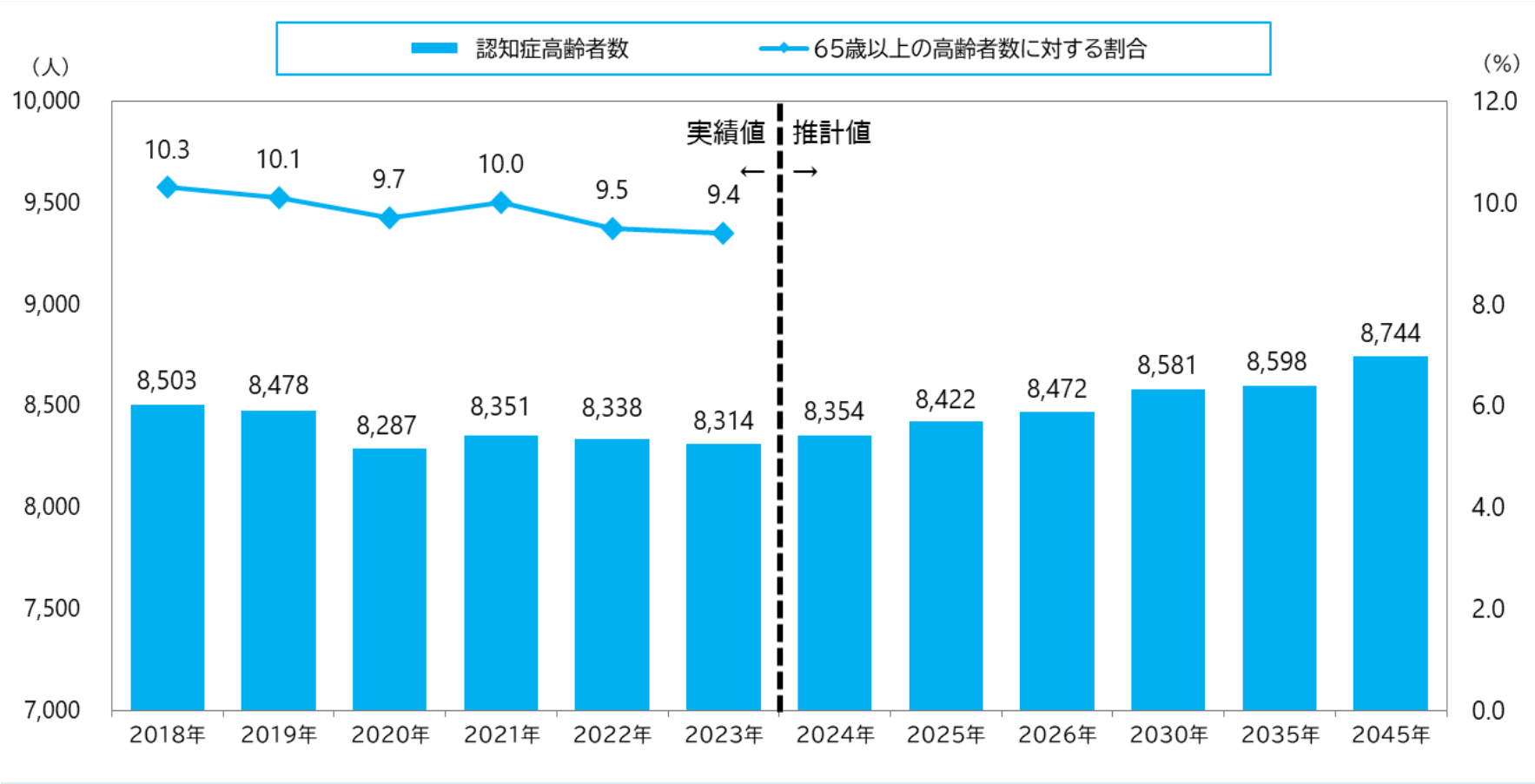
2010～2014年（n=490）

2020～2024年（n=612）

（郡山市保健所「人口動態統計（死因帳票）」より）

客観的データ⑥ 認知症高齢者の増加が見込まれる

【認知症高齢者数の推移】

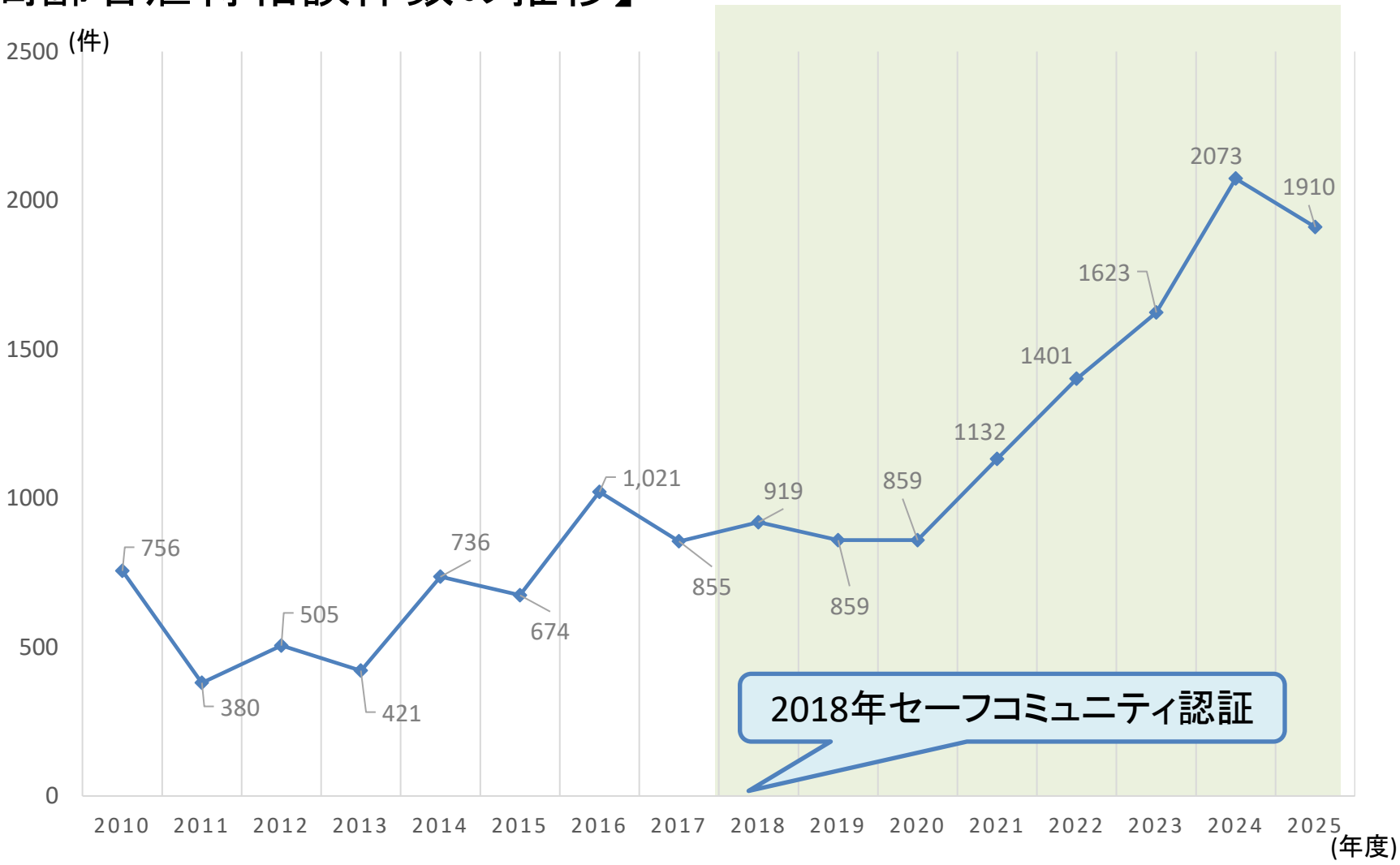


※要介護認定者のうち、「認知症高齢者の日常生活自立度」が「IIa」以上と認定された方の人数。
介護保険課：2023(令和5)年度以前は実績値（各年度9月30日時点）、2024(令和6)年度以降は推計値（各年度10月1日時点）

（作成：「第九次郡山市高齢者福祉計画・郡山市介護保険事業計画」）

客観的データ⑦　高齢者の虐待相談がなされている

【高齢者虐待相談件数の推移】



（郡山市地域包括ケア推進課「センター別包括的支援事業の実施状況」（2010～2025年度）より）

＜課題の整理＞

客観的データ
①～④

課題1　高齢者の転倒が多い

・高齢者の事故、怪我の種類では一般負傷が最も多く、転倒・転落によるけがが多い。

客観的データ
⑤

課題2　高齢者の不慮の窒息が多い

・高齢者の種別ごとの死亡原因の中で、不慮の窒息の割合が多い。

客観的データ
⑥

課題3　認知症の方の増加が見込まれる

・高齢者人口の増加とともに認知症高齢者数は、今後増加する見込みである。

客観的データ
⑦

課題4　高齢者虐待が生じている

・高齢者虐待に関する相談が増えている。

3. 課題への取り組み

＜国･県、市、地域の主な取組一覧＞

重点課題	国･県	市	地域
高齢者の転倒が多い	介護保険制度	住宅改修助成 講座	ラジオ体操 いきいき百歳体操 取組① 住環境のチェック 取組②
高齢者の不慮の窒息が多い	介護保険制度	講座	かみかみ百歳体操 取組③
認知症の方の増加が見込まれる	介護保険制度 研修会	認知症高齢者SOS見守りネットワーク 取組④	いきいきサロン･茶話会
高齢者虐待が生じている	介護保険制度 研修会	相談 取組⑤	民生委員などの訪問

教育　環境　規則

＜課題の方向性と取り組み＞

課題1
転倒が多い

課題2
窒息が多い

課題3
認知症の増加

課題4
高齢者の虐待

方向性1
自宅及び周辺での転倒を減らす

方向性2
窒息死を減らす

方向性3
見守り活動の充実

重点対象1
高齢者全般

重点対象2
見守りが必要な高齢者とその家族

取り組み①
介護予防活動の支援

取り組み②
住環境のチェック

取り組み③
介護予防活動における口腔・嚥下機能の維持向上支援

取り組み④
SOS見守りネットワークへの協力

取り組み⑤
地域での見守り活動の啓発・推進

＜対策委員会の役割について＞

重点課題	取り組み	活動内容
◆高齢者の転倒が多い ◆高齢者の不慮の窒息が多い	①介護予防活動の支援 →P22	・いきいき百歳体操の普及・支援 ・チラシ配布、委員が参加する会議や地域の集まりでPR
	②住環境のチェック →P25	・チラシの作成及び配布
	③介護予防活動における口腔・嚥下機能の維持向上支援 →P30	・かみかみ百歳体操の普及・支援 ・チラシ配布、委員が参加する会議や地域の集まりでPR
◆認知症の方の増加が見込まれる ◆高齢者虐待が生じている	④SOS見守りネットワークへの協力 →P33	・協力団体や一般市民のLINE活用による認知症の方への見守り事業への協力、周知
	⑤地域での見守り活動の啓発 →P36	・認知症サポーター町内会などによる見守り活動 ・高齢者あんしんセンターによる相談支援 ・セミナー・研修会等への参加

取り組み①　介護予防活動の支援

＜いきいき百歳体操＞



○活動内容

・DVDを見ながら椅子に座っての体操

・理学療法士・作業療法士・看護師等の体操指導・体力測定・心身状態の確認

・茶話会　など

⇒運動機能の維持・向上
　ひきこもり・認知症予防　など

○参加実績

	2018年度	2023年度	2025年度
実施会場数	94か所	137か所	142か所
参 加 人 数	2,014人	2,360人	2,499人

75歳以上の高齢者割合（2026年8月現在）　約80％

成果・現状（短期・中期指標）

○いきいき百歳体操での評価測定について

2024年度にいきいき百歳体操を始めた方へアンケートと体力測定を実施

【アンケート】

質問事項	「はい」と回答した人数（83人中）	
	体操開始時	1年後
この一年間に転んだことがありますか？	12人	10人

【体力測定】

転倒リスクの指標	測定項目	体操開始時と比べて １年後改善した人数・割合（83人中）	
下肢筋力	5回立ち座り	54人	65.1%
歩行能力	5m歩行（通常）	39人	47.0%
歩行能力	5m歩行（最大）	47人	56.6%
バランス能力等	TUG	43人	51.8%

アンケート・体力測定からも状態の維持・改善が見られた

成果・現状（短期・中期指標）

＜いきいき百歳体操と転倒の成果と課題＞

○会場数や参加者数は増加傾向にある。特に75歳以上の高齢者割合が増加しており、高い年齢層の介護予防の意識の高まりがみられる。

○アンケートや体力測定の結果を見ると、いきいき百歳体操の開始時と1年後で転倒リスクの状態が改善している方が多い。

取り組み②　住環境のチェック

○2025年までの高齢者の安全対策委員会チラシ



住環境での転倒事案のイラスト

窒息への対策

その他の見守りのお知らせ

転倒の原因を簡単にチェック

「いきいき百歳体操」を紹介

◎住環境を中心に高齢者の安全のためのチラシを作成

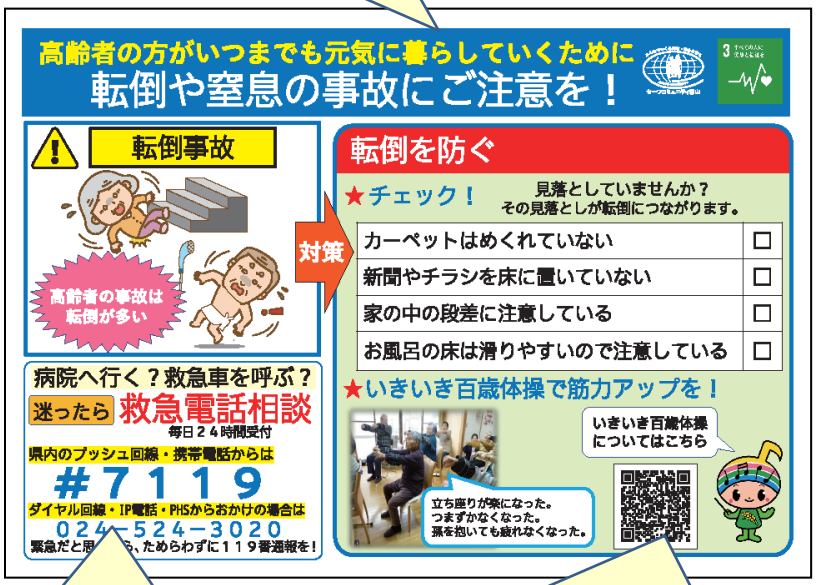
取り組み②　住環境のチェック

○2026年チラシの内容と配布先を見直して新たに作成

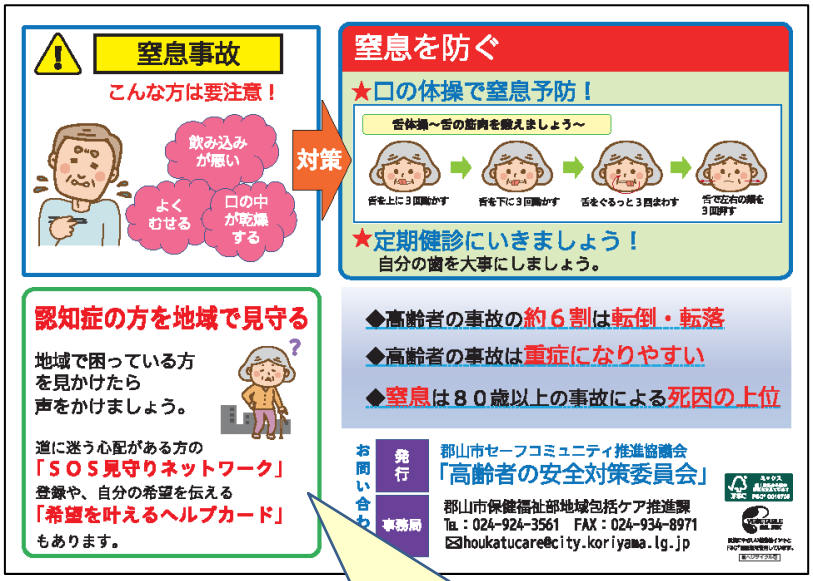
◎両面で文字が大きく
高齢者が見やすい
チラシに変更

【表】

チラシの内容が
わかりやすいタイトル



【裏】



救急電話相談
の番号を記載

QRコードを入れて
市のホームページを紹介

「SOS見守りネット
ワーク」も紹介

成果・現状（短期・中期指標）

○配布枚数（累計） 14,500枚



○配布先

- 地域包括支援センター
- 社会福祉協議会
- 居宅介護事業所
- 行政センター、公民館
- 市窓口、ｾｰﾌｺﾐｭﾆﾃｨｺｰﾅｰ
- 市ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞからもﾀﾞｳﾝﾛｰﾄﾞ可能



イベント時にチラシを
配布する様子

成果・現状（短期・中期指標）

○これからの取り組み

簡単にできる住宅改修（例）

安積総合学習センター階段



階段ノンスリップ設置前



階段ノンスリップ設置後

階段の踏み板の端は、周囲と似た色調だとどこが端なのか分かりにくく、踏み外す場合もあるが、色調を変えると端が分かりやすくなる。

成果・現状（短期・中期指標）

＜チラシ配布に対する成果と課題＞

○委員会でチラシの内容と配布先を見直ししたことで、より多くの高齢者への周知啓発につながった。

○チラシを配布するほか、市の広報紙に記事とチラシのQRコードを掲載し周知を図っているが、今後も効果的な周知啓発方法を検討していく。

○住宅内の段差を認識するための色調の工夫など、簡単にできる安全対策の周知も検討していく必要がある。

取り組み③　介護予防活動における口腔・嚥下機能の維持向上支援

＜かみかみ百歳体操＞

○活動内容

・DVDを利用しての口周りや舌の運動

・歯科衛生士、言語聴覚士等による体操指導・講話・機能測定





○参加実績

	2018年度	2023年度	2025年度
実施会場数	64か所	121か所	131か所
参 加 人 数	1,447人	2,157人	2,325人

成果・現状（短期・中期指標）

○かみかみ百歳体操での評価測定について

2024年11月～2025年11月にかみかみ百歳体操を始めた方へアンケートと口腔機能測定を実施

【アンケート】

質問事項	「はい」と回答した人数（84人中）	
	体操開始時	1年後
半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか？	27人	27人
お茶や汁物等でむせることがありますか？	29人	24人

【口腔機能測定】

測定項目	体操開始時と比べて1年後（84人中）		合計（人）・割合	
	向上した人	維持した人		
咀嚼力（咀嚼力判定ガム）	23人	42人	65人	77.4%
RSS（30秒で唾を何回のみこめるか）	27人	47人	74人	88.1%
最長発声持続時間（秒）	19人	51人	70人	83.3%
パタカラ（5回を何秒で言えるか）	21人	57人	78人	92.9%

アンケート・口腔機能測定からも状態の向上・維持が見られた

成果・現状（短期・中期指標）

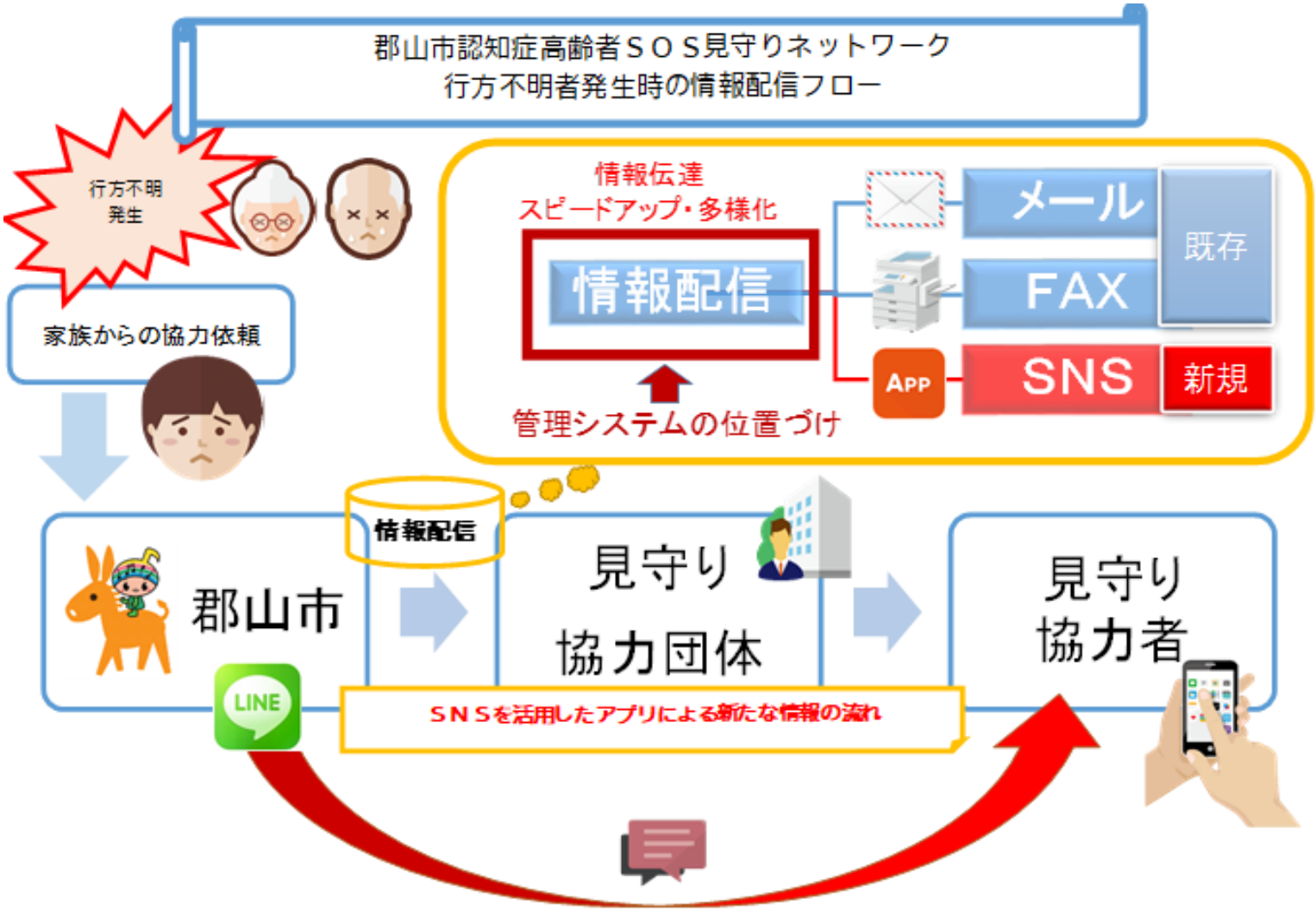
＜かみかみ百歳体操と窒息の成果と課題＞

〇アンケートや口腔嚥下測定の結果を見ると、かみかみ百歳体操の開始時と1年後では、維持・向上している方が多い。

〇もちやこんにゃくなど、日本独自の食べ物（粘着性や弾力が強くのどに詰まりやすい）については、食べ方にも注意が必要。

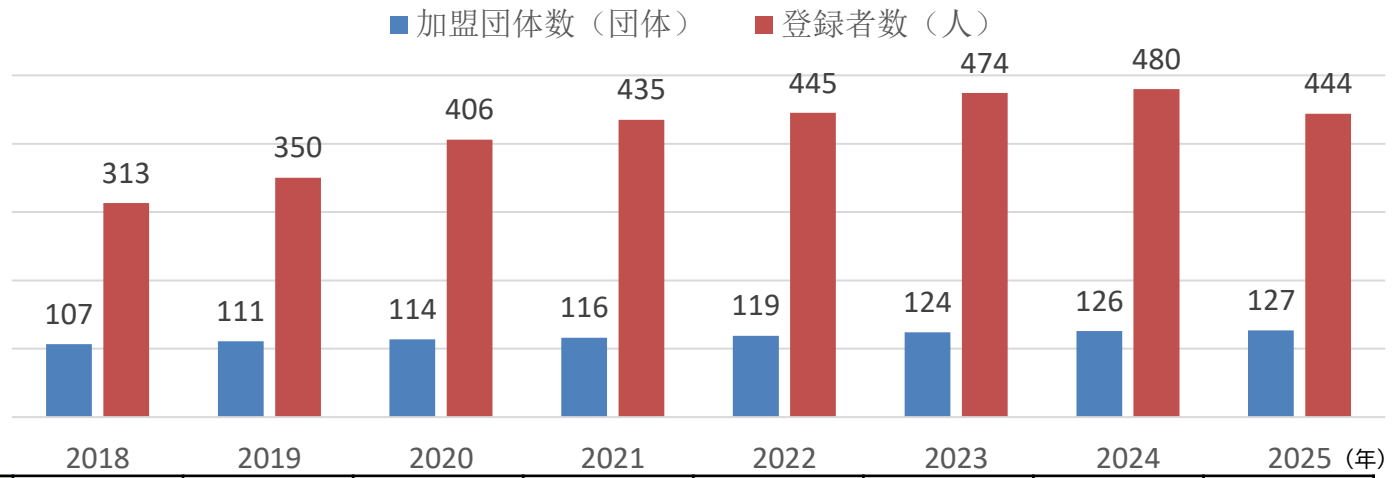
取り組み④　SOS見守りネットワークへの協力

○SOS見守りネットワークは認知症の方を見守るシステムです。



成果・現状（短期・中期指標）

○SOS見守りネットワークの現状



認知度（%）	22.4		21.0		20.7		22.9	

（認知度は郡山市セーフコミュニティ「市民意識調査アンケート」より）

参加団体の増加
➡ 行方不明者の発見や保護がよりしやすくなる

認知度の増加
➡ より多くの市民による認知症の方の見守りができる

成果・現状（短期・中期指標）

＜SOS見守りネットワークの成果と課題＞

○参加団体数と登録者数は増加しているが、認知度は横ばい。

○住環境チェックのチラシでも周知はしているが、認知度を上げるために、今後もSOS見守りネットワークの更なる周知啓発の検討が必要。

取り組み⑤　地域での見守り活動の啓発

○「希望をかなえるヘルプカード」現場研修会への参加

（2024年2月8日　ヨークベニマル台新店にて）

・デイサービスに通所されている高齢者と一緒に、店内で商品購入時等にヘルプカードを利用し、店員が対応を行う模擬訓練に参加した。





認知症の方などが社会参加を続けられるよう、日常生活で困った際に、必要な支援内容などを周囲に知らせるためのカードを市で配布

取り組み⑤　地域での見守り活動の啓発

○認知症サポーター養成講座

認知症サポーターの養成の拡大

- 小売業従業員
- 金融機関従業員
- 公共交通機関従業員
- 公民館、図書館職員
- 消費生活相談員等
- 刑務官
- 警察職員
- 子ども、学生

子ども・学生向けの認知症サポーター養成

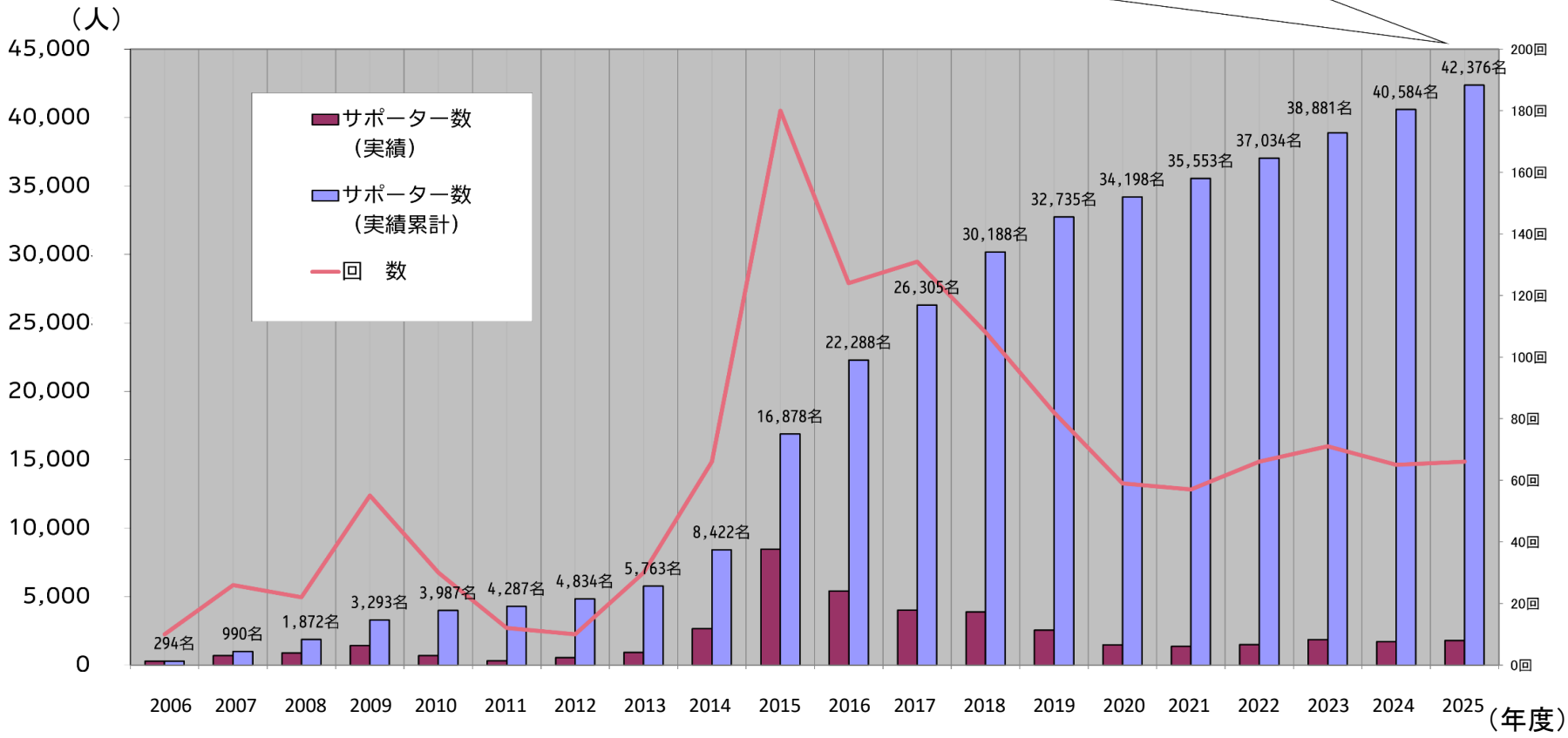
- 小・中・高等学校における認知症の人などを含む高齢者に対する理解を深めるための教育、高齢者との交流活動等を推進する。
- 小・中・高校生認知症サポーターの創作作品等の周知



成果・現状（短期・中期指標）

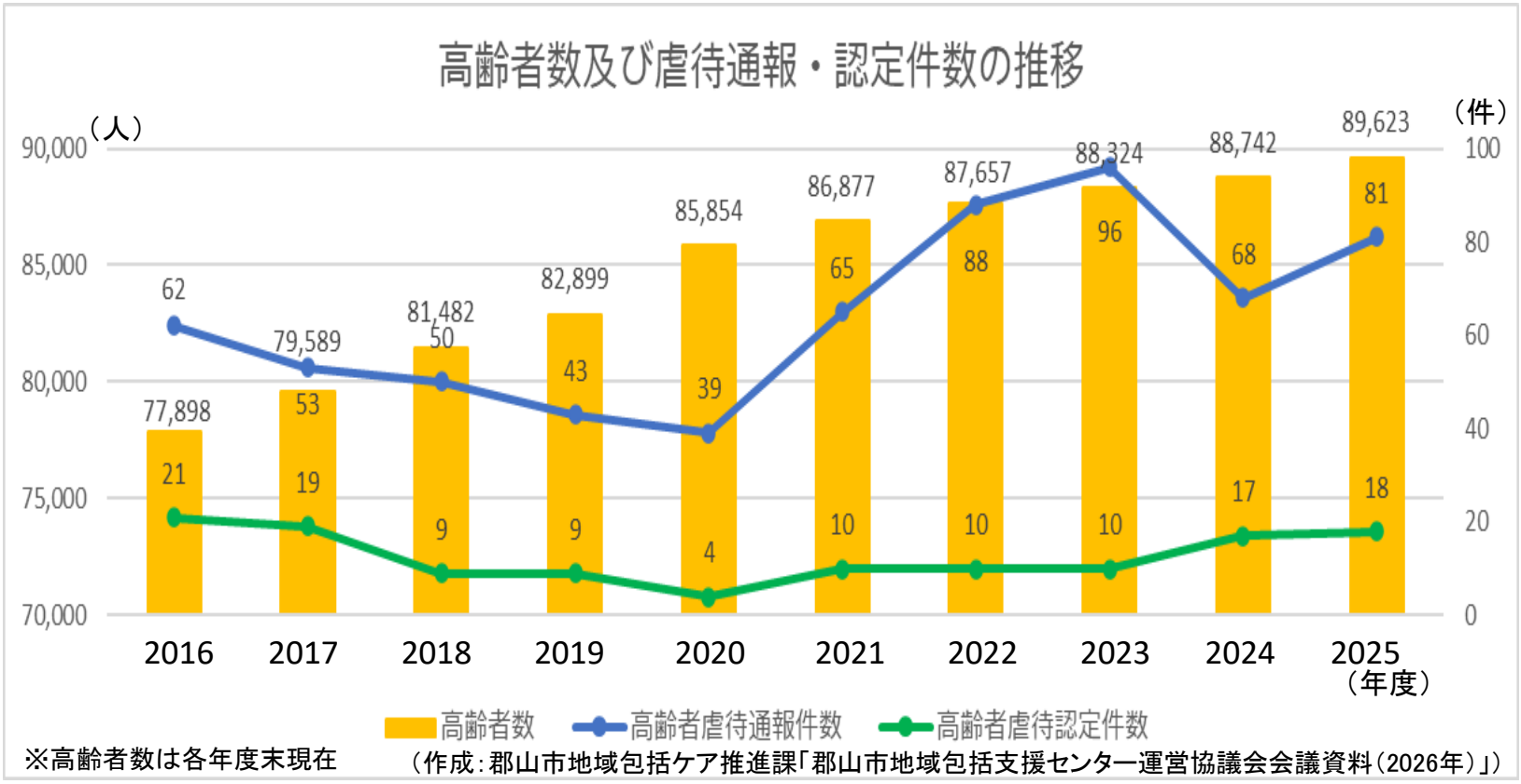
○認知症サポーター養成講座によるサポーターの増員

<令和７年度の状況>
講座回数　66回　　累計回数　1,270回
新規サポーター数　1,792人　累計サポーター数　42,376人



取り組み⑤　地域での見守り活動の啓発

○虐待通報等の推移



※高齢者数は各年度末現在

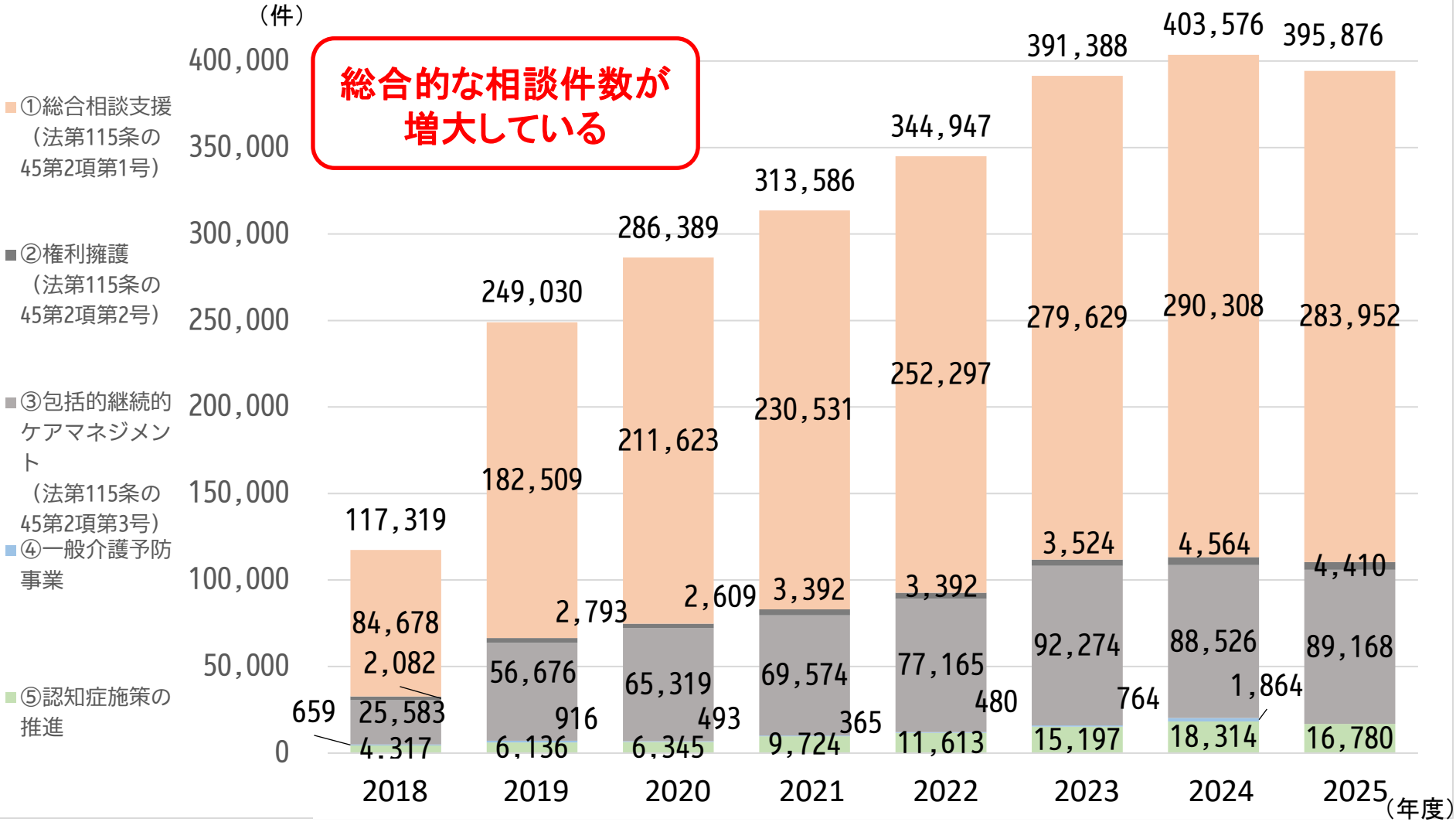
（作成：郡山市地域包括ケア推進課「郡山市地域包括支援センター運営協議会会議資料（2026年）」）

（参考）高齢者数1万人当たりの認定件数

年度	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
認定件数（件）	2.7	2.4	1.1	1.1	0.5	1.2	1.1	1.1	1.9	2.0

成果・現状（短期・中期指標）

高齢者あんしんセンターによる包括的支援事業内訳



（郡山市地域包括ケア推進課「郡山市地域包括支援センター運営協議会会議資料」より）

成果・現状（短期・中期指標）

＜地域での見守りの成果と課題＞

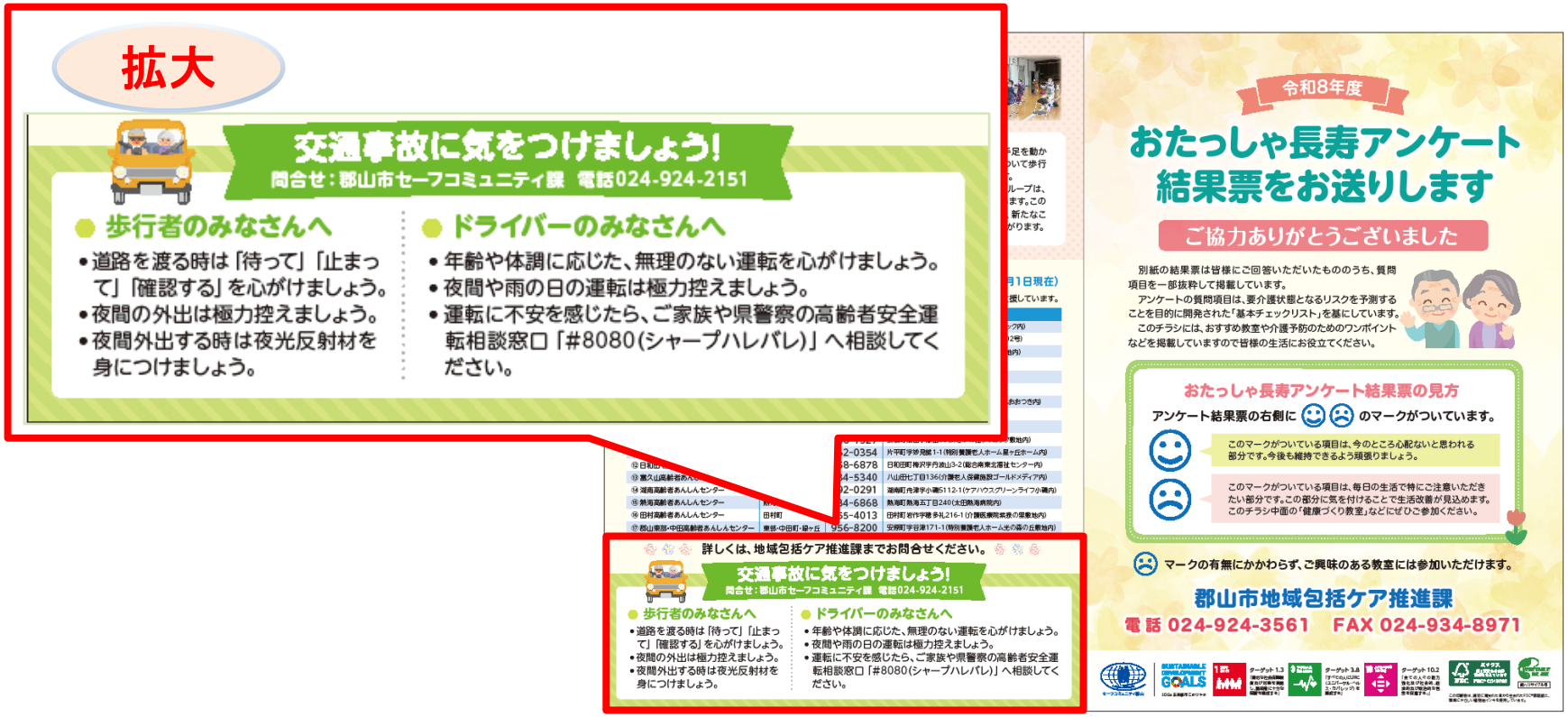
○認知症サポーターは増加し、認知症の方への見守り体制が強化されている。

○ 高齢者あんしんセンターなどでの様々な相談や活動により、虐待につながらないよう支援を行っている。
また、虐待を未然に防ぐため迅速に対応できる相談体制の強化を図っている。

その他の取り組み
他の分野別対策委員会との連携

○交通安全対策委員会と連携して交通安全啓発

・交通安全対策委員会と連携し、2025年度より「おたっしゃ長寿アンケート結果票配布チラシ」の一部に交通安全啓発の記事を掲載
（2026年度　約14,500人へ発送）



4．まとめ

＜長期指標の現状＞

活動指標		2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年
高齢者人口		82,699人	83,923人	85,305人	86,345人	87,378人	88,094人	88,874人	89,599人
高齢者の転倒	一般負傷による救急搬送者数（国表データ）	1,141人	1,220人	1,120人	1,127人	1,174人	1,368人	1,509人	1,521人
	高齢者人数との割合	1.38%	1.45%	1.31%	1.31%	1.34%	1.55%	1.70%	1.70%
高齢者の窒息	不慮の窒息による死亡者数	27人	23人	19人	15人	20人	17人	23人	ー
	高齢者人数との割合	0.04%	0.03%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.03%	ー
認知症・虐待	SOS見守りネットワークによって行方不明配信後発見された高齢者人数	17人中16人	12人中11人	11人中10人	13人中12人	15人中14人	8人中8人	11人中10人	4人中4人

○短期・中期では好転しているものが多いが、最終目標となる長期課題はほぼ横ばいの状況

＜今後の課題について＞

【外的要因による年齢層別死因順位（60歳以上）】

○取り組み開始時（2010～2014年）

年齢層	1位		2位		3位	
60-69歳	自 殺	55人	窒 息	13人	交通事故	12人
70-79歳	自 殺	35人	窒 息	28人	交通事故	23人
80-89歳	窒 息	62人	溺死・溺水 自 殺	27人 27人	転倒・転落	25人
90歳以上	窒 息	31人	転倒・転落	16人	溺死・溺水	4人
全　体	窒 息	134人	自 殺	117人	転倒・転落	41人

○現状（2020～2024年）

年齢層	1位		2位		3位	
60-69歳	自 殺	35人	溺死・溺水	11人	交通事故 転倒・転落	8人 8人
70-79歳	自 殺	35人	溺死・溺水	23人	窒 息	21人
80-89歳	転倒・転落	47人	溺死・溺水	45人	窒 息	41人
90歳以上	転倒・転落	57人	窒 息	29人	溺死・溺水	6人
全　体	転倒・転落	112人	窒 息	91人	溺死・溺水	85人

・溺死・溺水が60歳以上の全年齢層で上位
・全体でも転倒・窒息に続き3位

※その他の外因、及びその他の不慮の事故を除く。

（郡山市保健所「人口動態統計（死因帳票）」より）

＜これからの活動方針＞

○これまでの取り組みのを継続していくとともに、変化する情勢へ対応した高齢者に関する課題について新たな取り組みを検討。

○多角的に高齢者の安全を確保するため、他の対策委員会や各団体と連携した活動を検討し、連携強化を図っていく。

○委員会活動として各種研修会等への参加により、スキルアップを図っていく。

ご清聴
ありがとうございました。



A SAFE COMMUNITY
セーフコミュニティ郡山

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS