

# 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



報告者 副委員長 藤本 マチ子



# 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

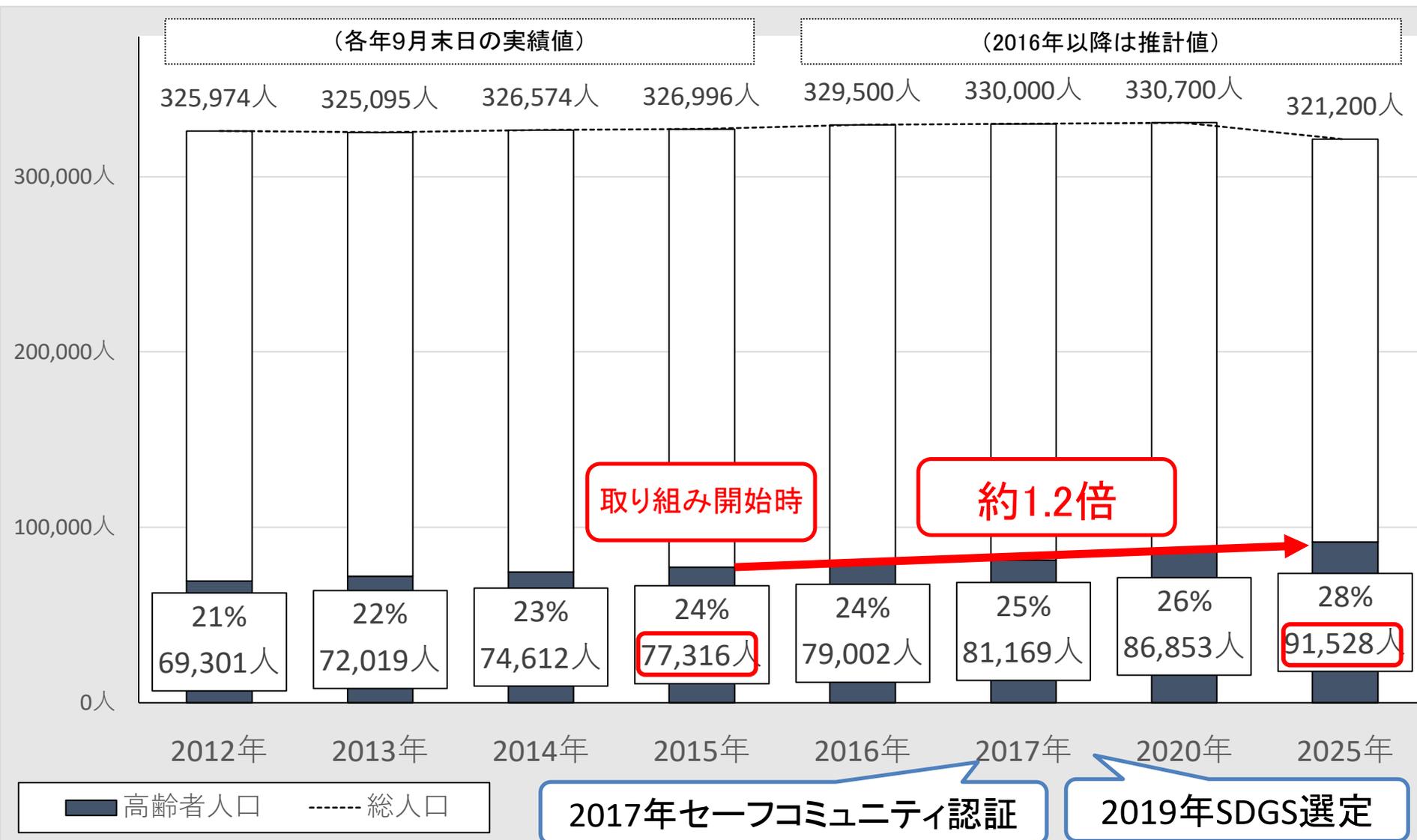
健康振興財団  
社会福祉事業団  
社会福祉協議会  
郡山歯科医師会  
地域包括支援センター連絡協議会  
居宅介護支援事業所連絡協議会

## 行政 2人

健康長寿課  
保健所健康づくり課

# 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(取り組み開始時)

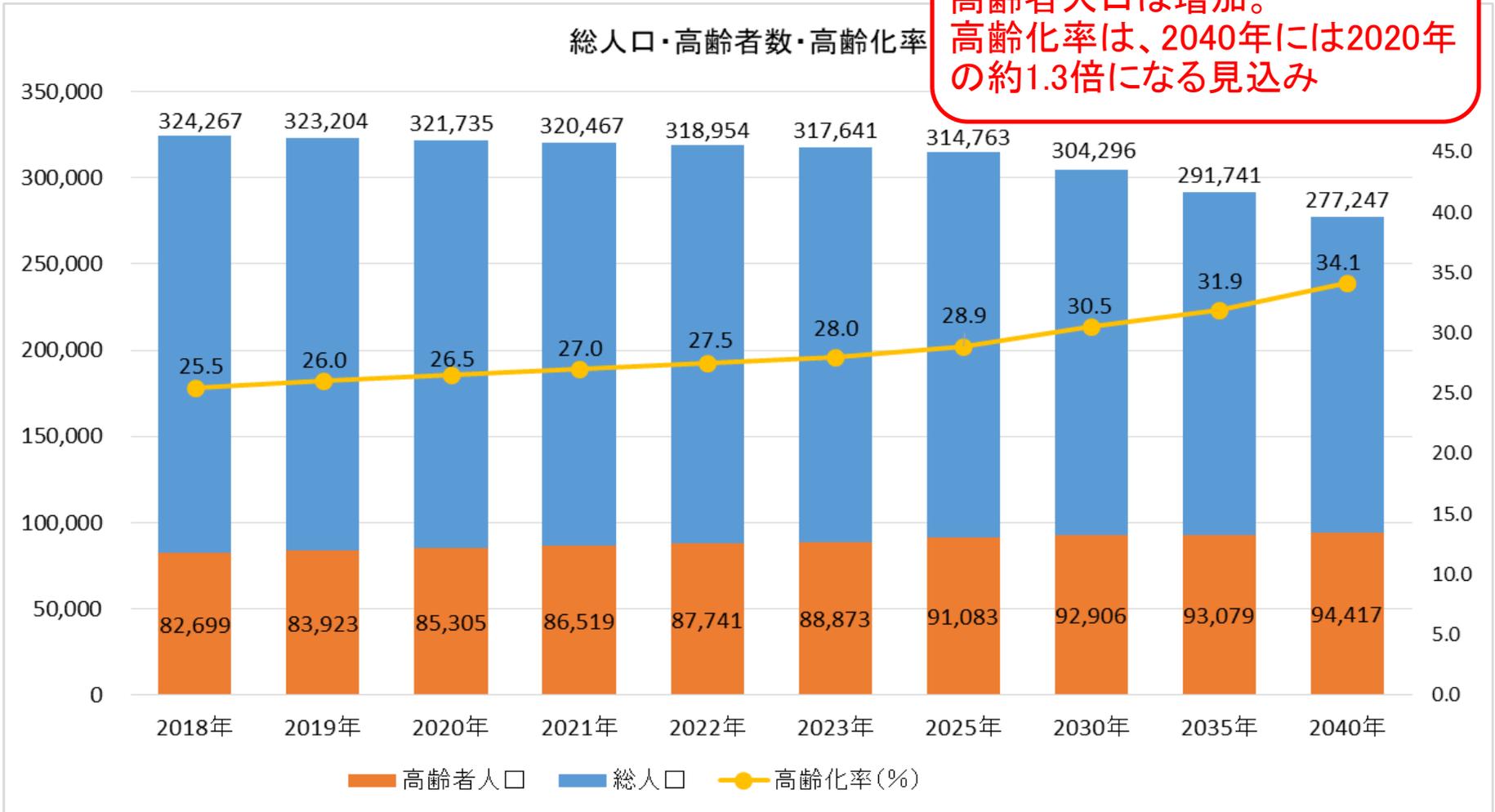


# 背景① 高齢者人口の増加

## 郡山市の総人口に占める高齢者人口の推移(現状)

(2021年以降は推計値)

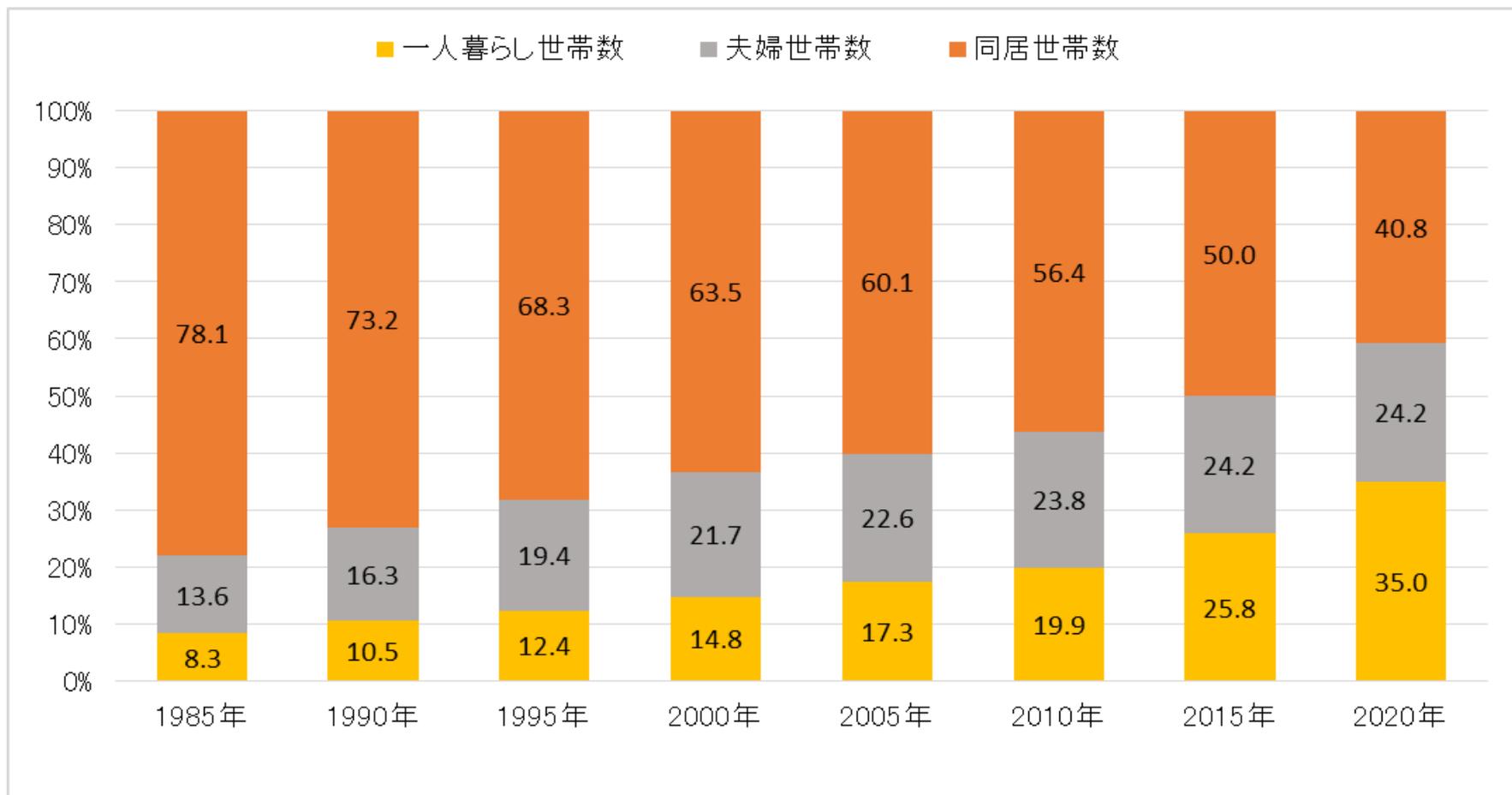
総人口が減少し、65歳以上の  
高齢者人口は増加。  
高齢化率は、2040年には2020年  
の約1.3倍になる見込み



# 背景① 高齢者人口の増加

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

## ＜追加参照＞高齢者のみ世帯割合

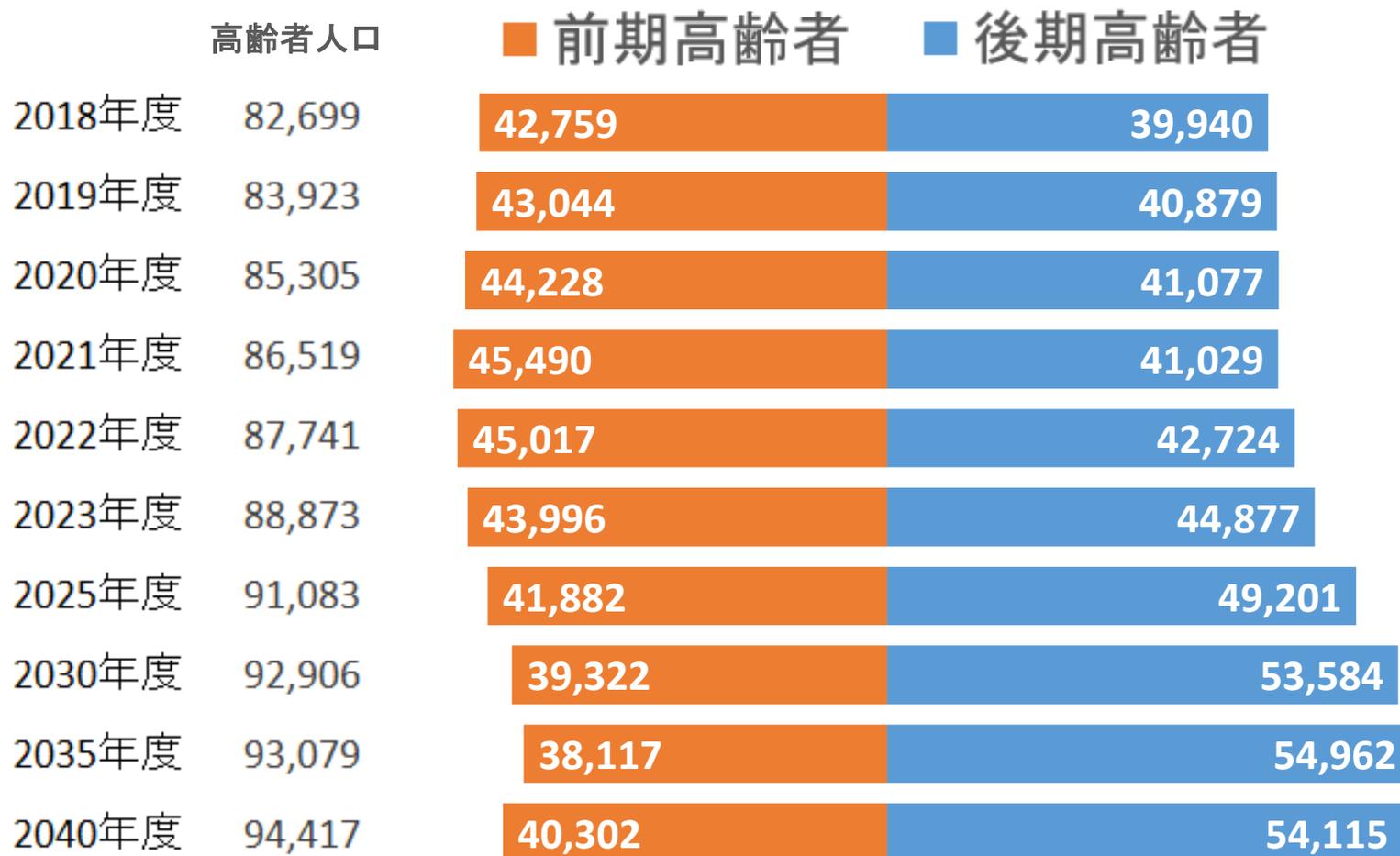


(資料: 1985年から2015年までは国勢調査、2020年は住民基本台帳、10月1日現在)

# 背景① 高齢者人口の増加

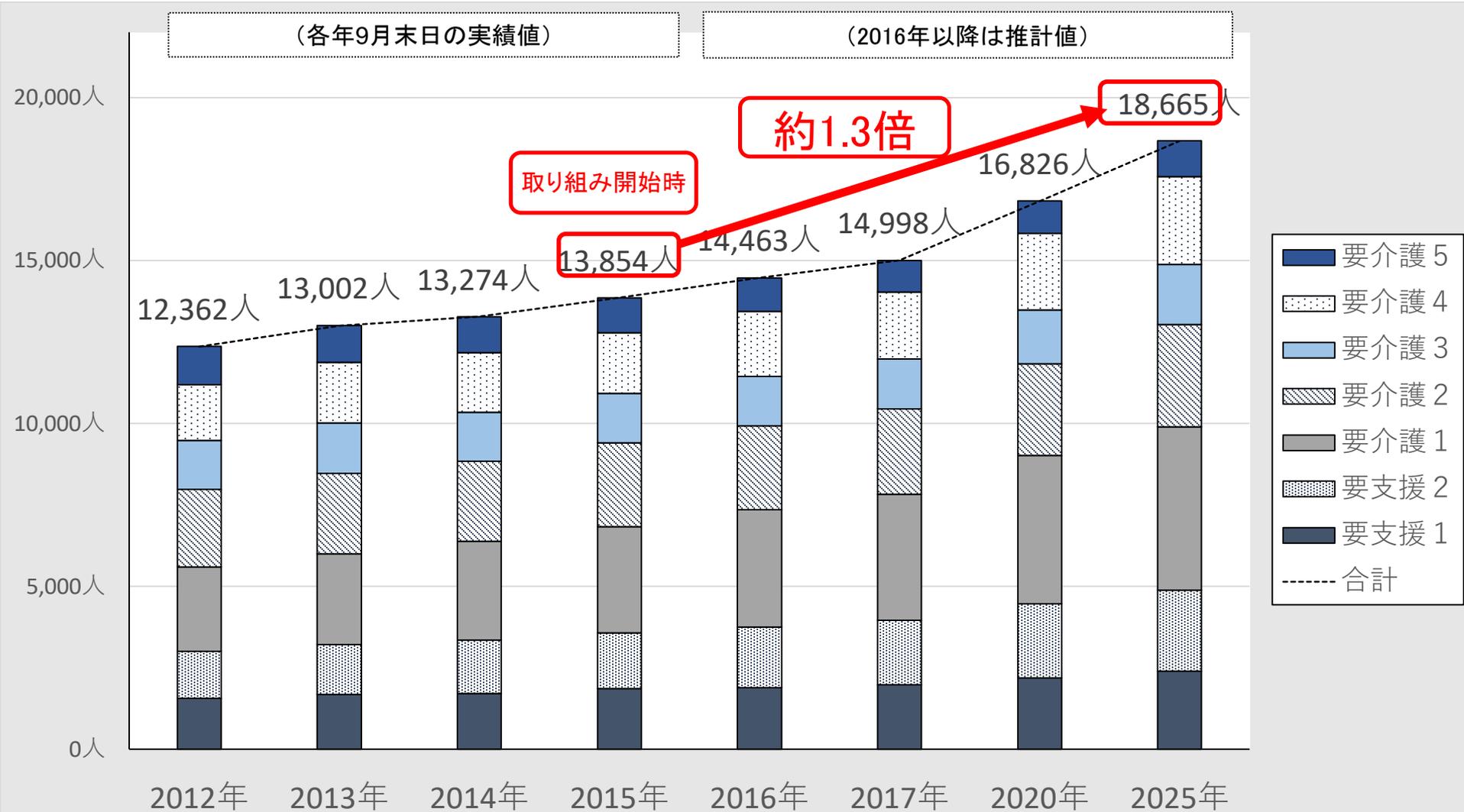
高齢者のなかでも、75歳以上の後期高齢者の割合が増加し、高年齢化している。

## ＜追加参照＞後期高齢者の割合



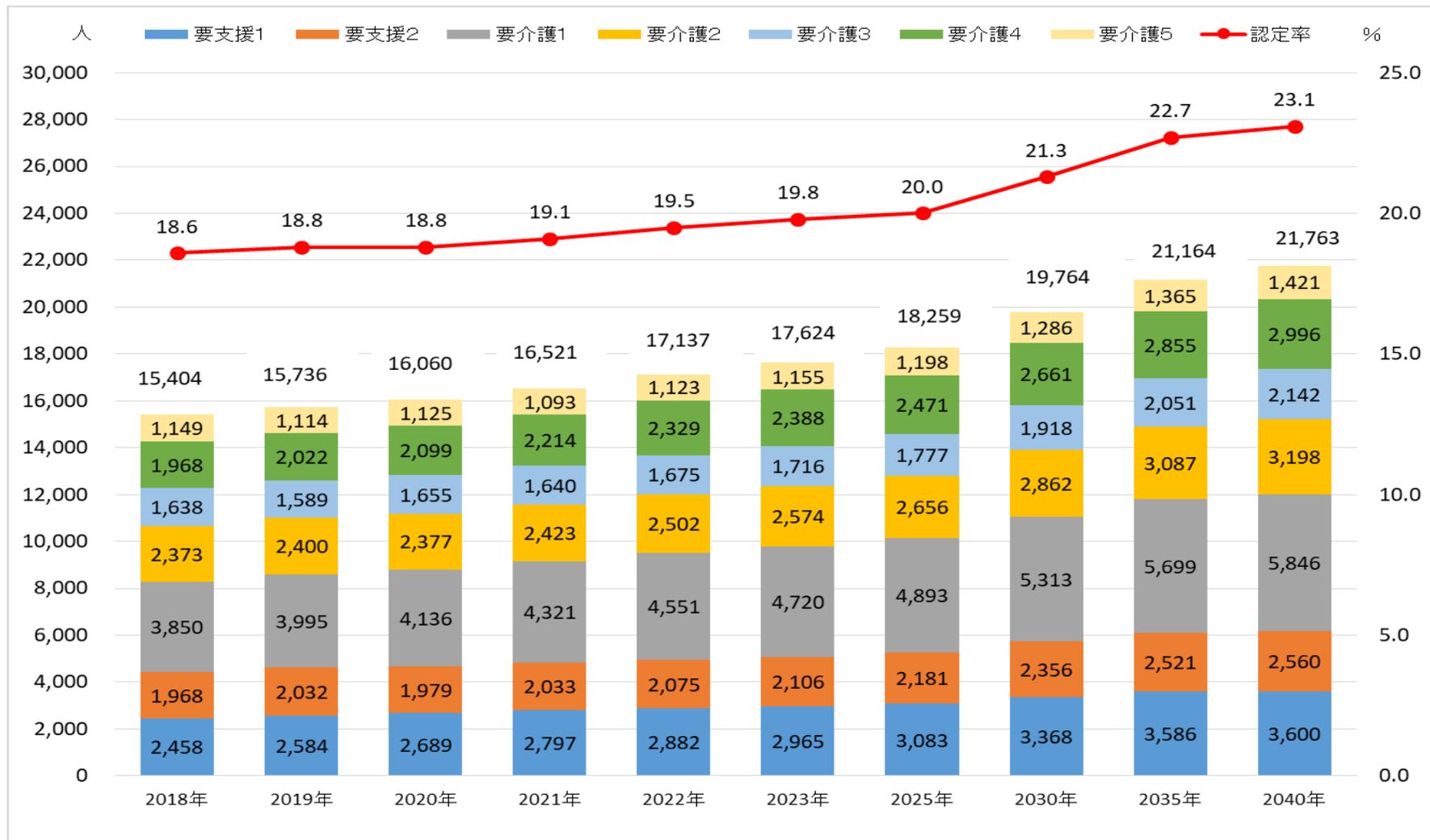
# 背景② 要介護認定者数の増加

## 郡山市の要介護認定者数の推移(取り組み開始時)



# 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)



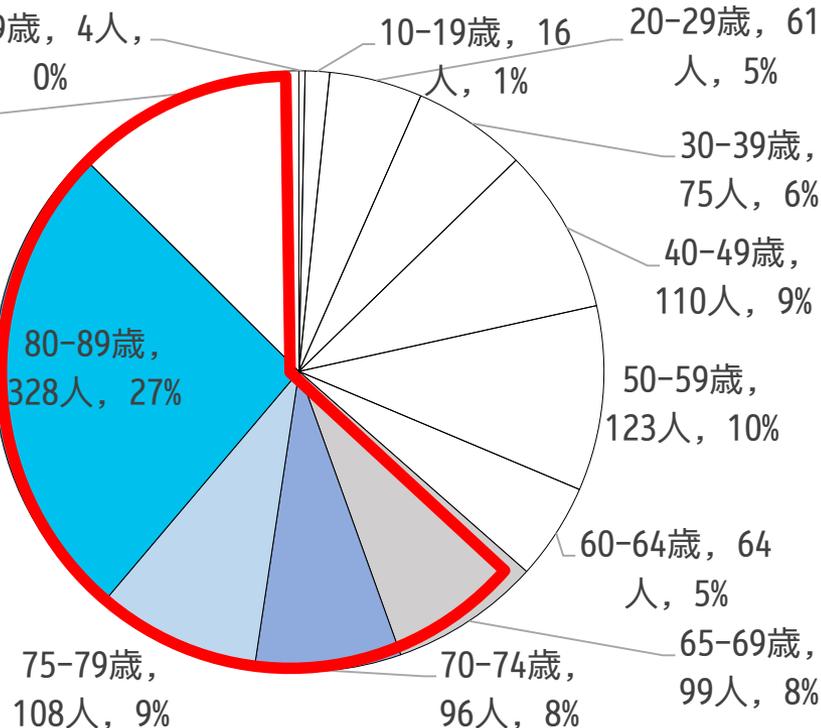
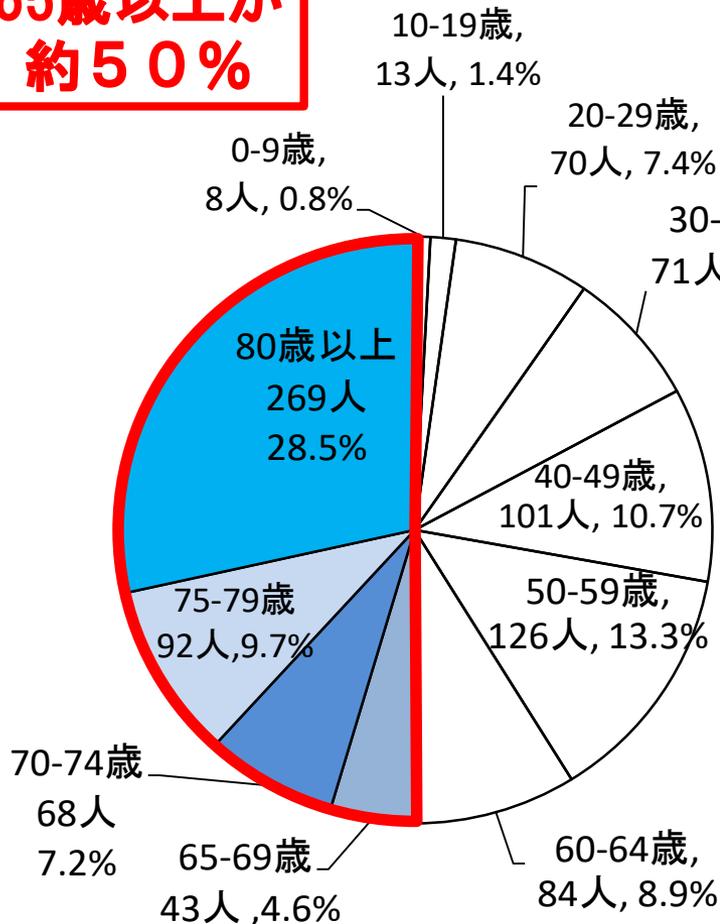
(郡山市介護保険課: 推計値、各年10月1日現在)

# 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%**

**65歳以上が  
約60%**

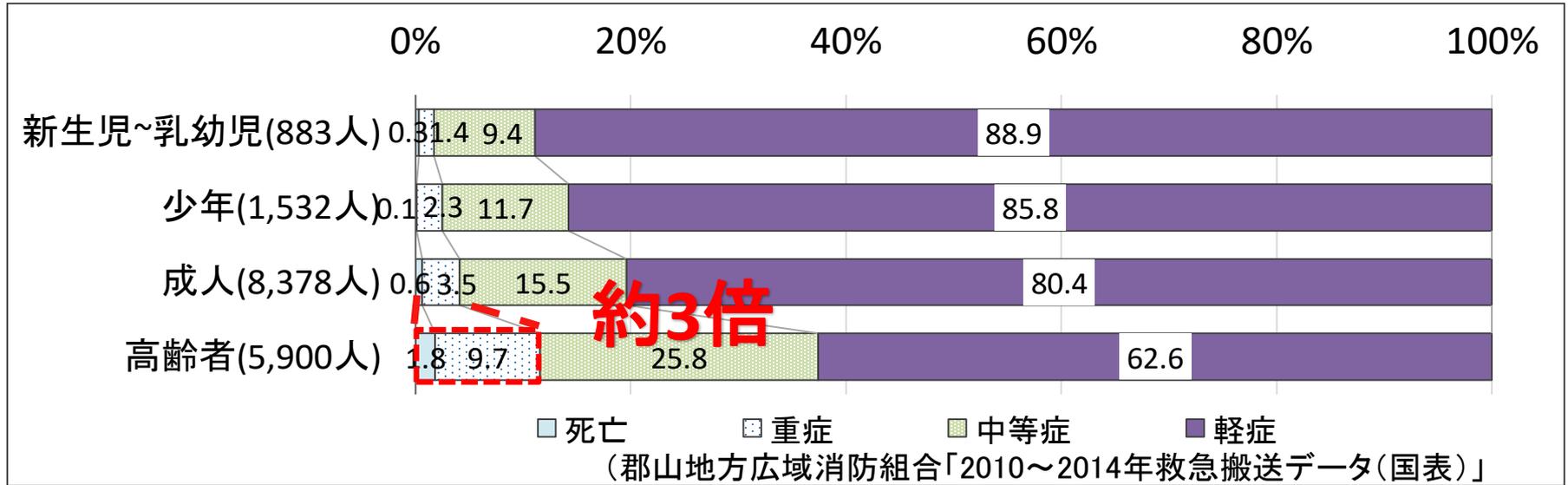


2009～2013年 (n=945)

郡山市保健所「人口動態統計(死因帳票)」

2014～2020年 (n=1,238)

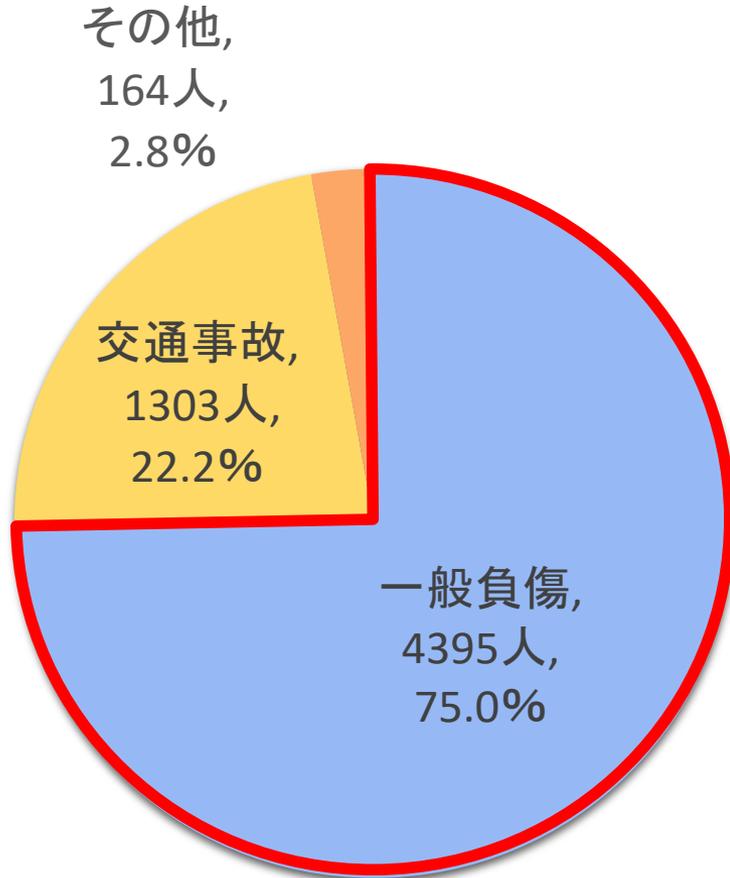
# 背景④ 一般負傷による高齢者の重症度は成人の3倍 救急搬送による年齢別重症度率



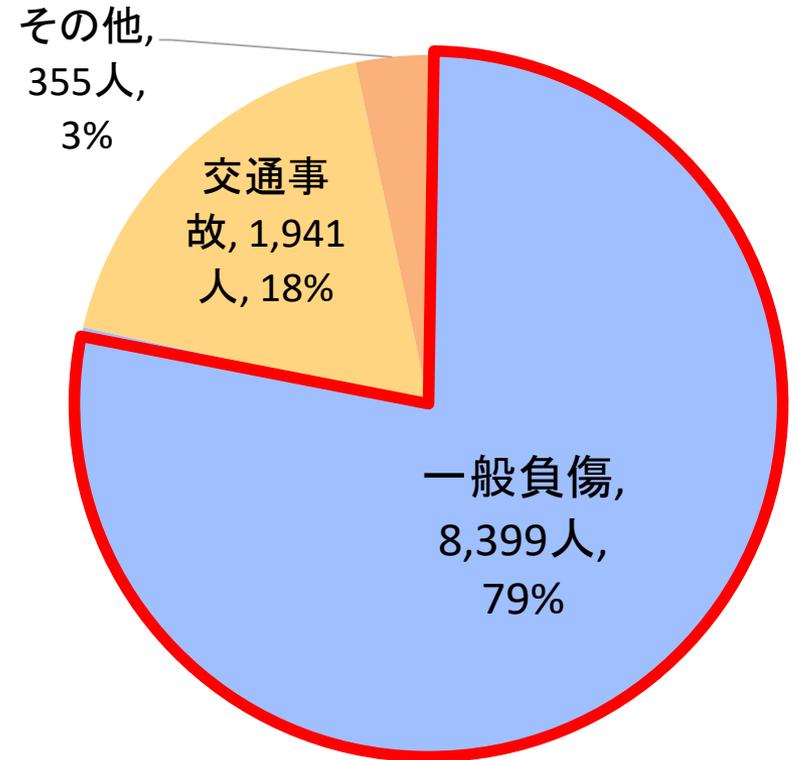
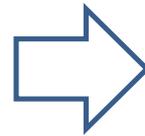
# 客観的データ① 高齢者の受傷は一般負傷が多い

65歳以上の外的要因による要因別救急搬送者数

図1



2010～2014年 (n=5,862)



2014～2021年 (n=10,695)

# 客観的データ① 高齢者の受傷は一般負傷が多い

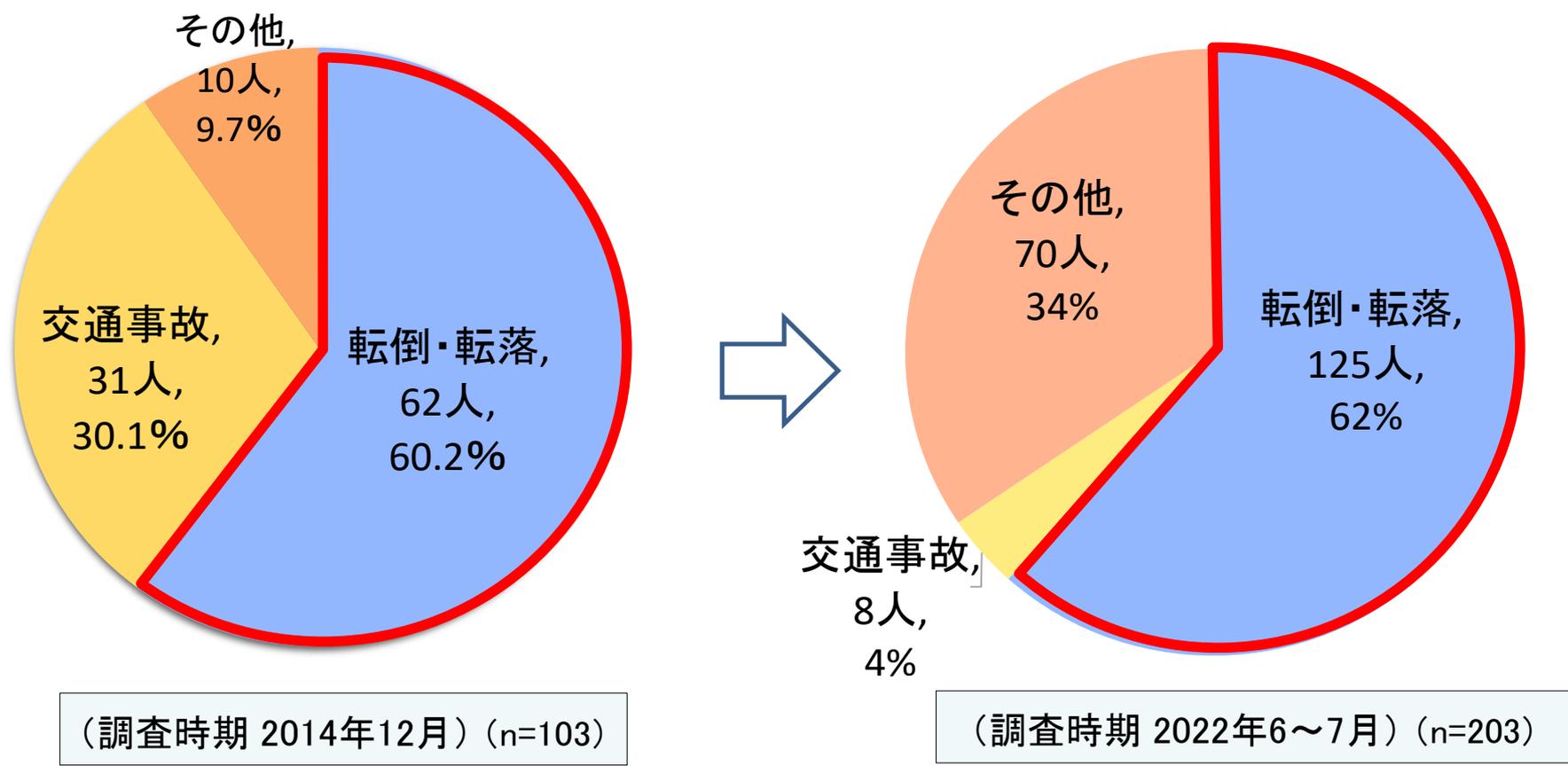
65歳以上の外的要因による要因別救急搬送者数

	2018年	2019年
救急搬送全体	13,052 人	13,425 人
けがや事故	2,960 人	3,183 人
一般負傷	1,623 人	1,723 人
一般負傷(65才以上)	1,084 人	1,167 人
一般負傷(65才以上、転倒)	785 人	905 人
一般負傷 (65才以上、転倒者割合)	72.4%	77.5%

# 客観的データ② 高齢者の事故は転倒・転落が多い

図2

## 65歳以上の方の事故・けがの種類

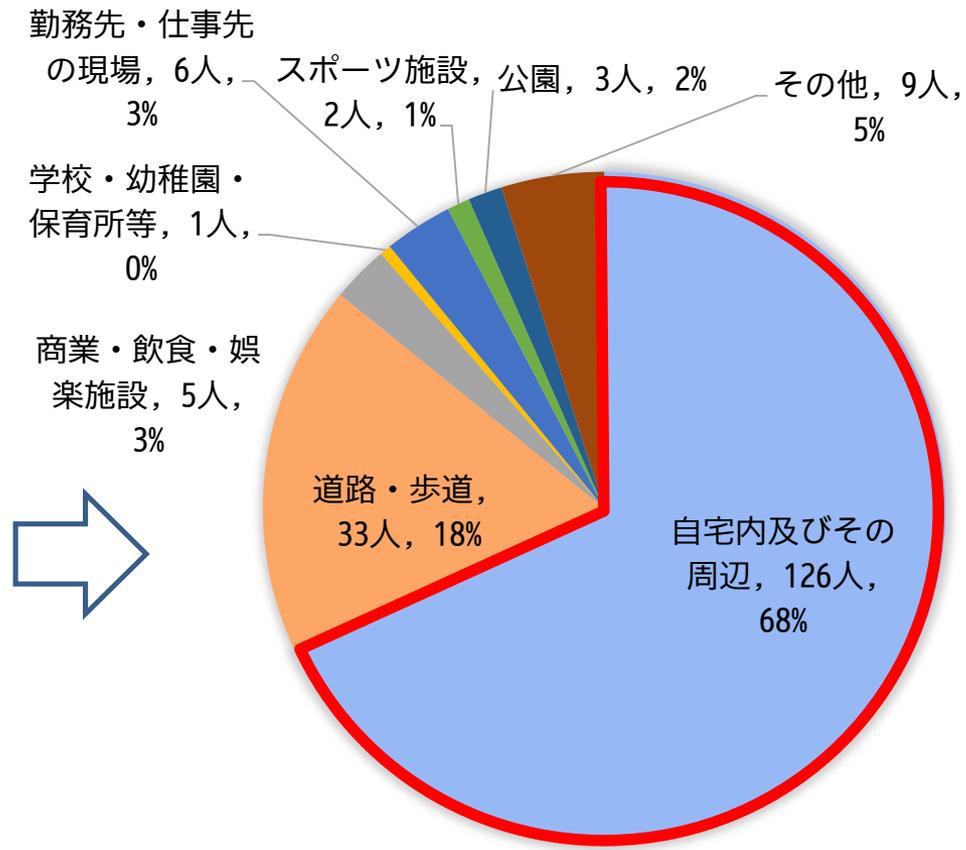
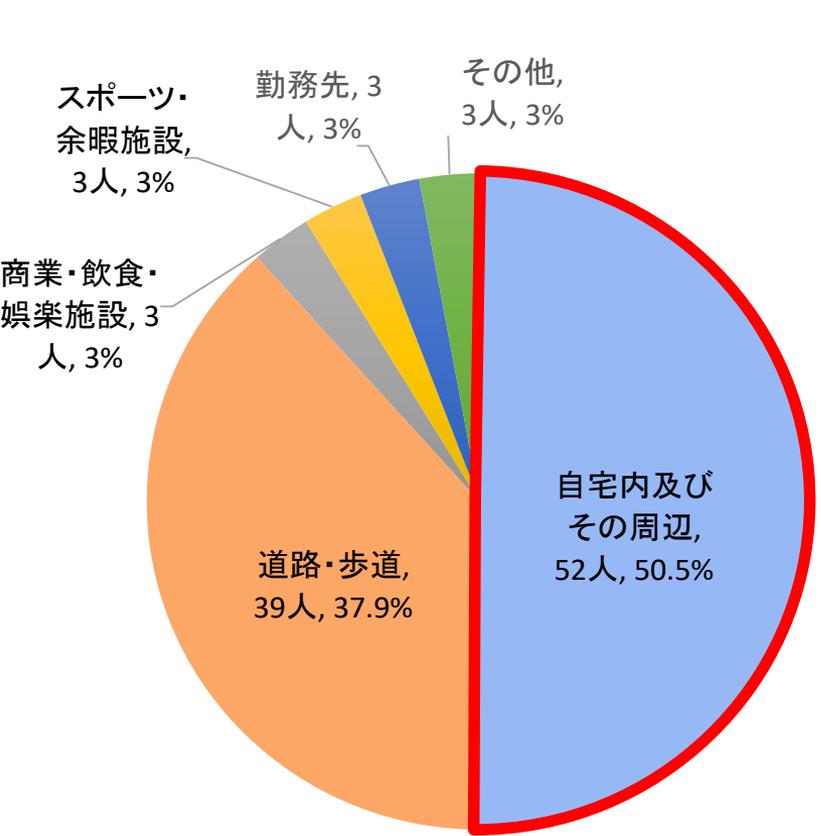


(郡山市セーフコミュニティ「市民意識調査アンケートより」)

# 客観的データ③ 高齢者は自宅やその周辺で事故をおこすことが多い

図3

## 65歳以上の方の事故・けがをした場所



(郡山市セーフコミュニティ「市民意識調査アンケート(調査時期 2014年12月)」より)

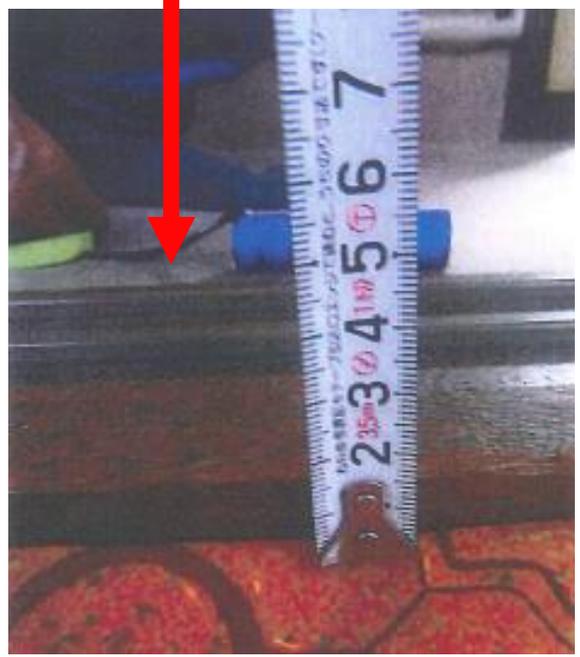
(郡山市セーフコミュニティ「市民意識調査アンケート(調査時期 2022年6~7月)」より)

# 客観的データ③

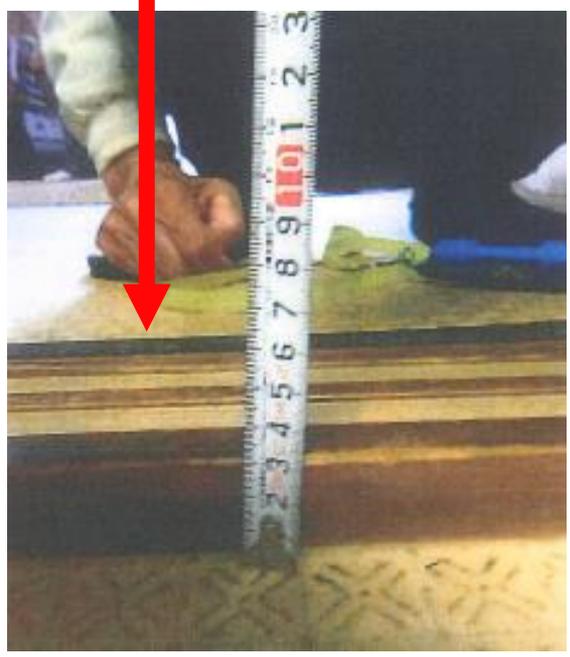
高齢者は自宅やその周辺で事故をおこすことが多い(段差)

図4

洗面所出入口



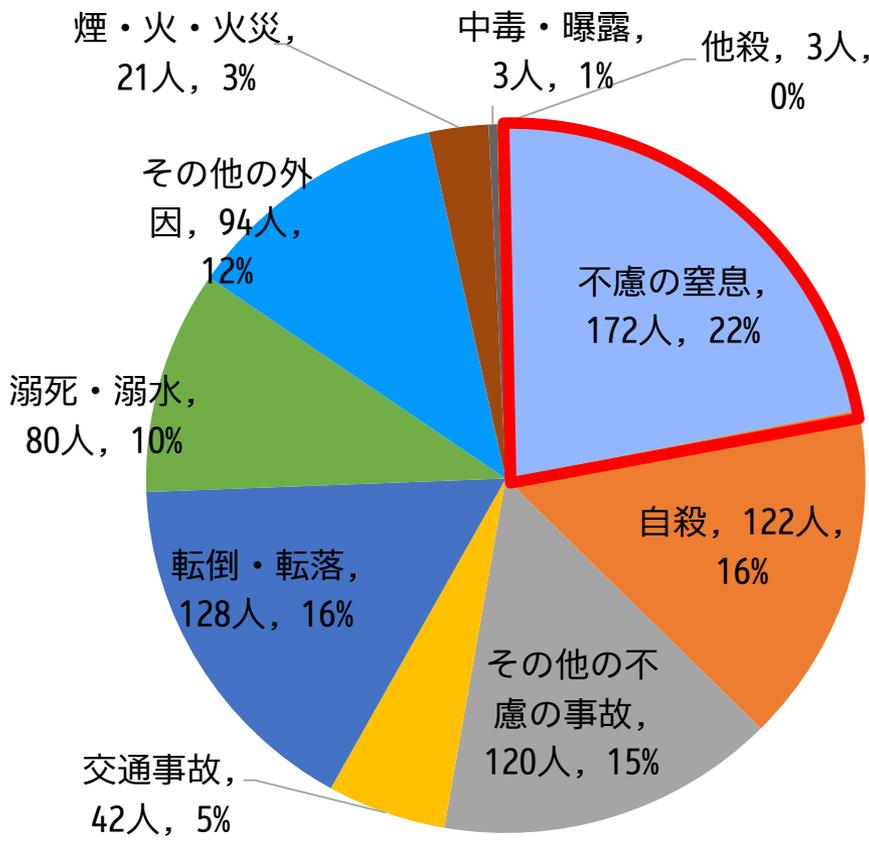
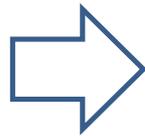
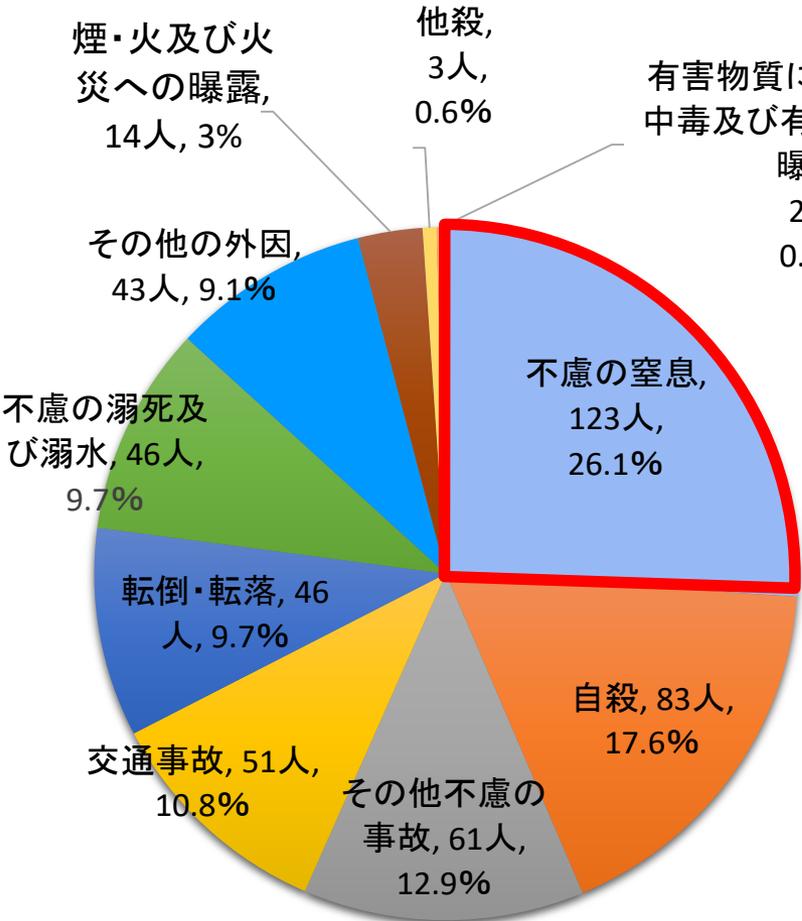
居間出入口



# 客観的データ④ 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

図5



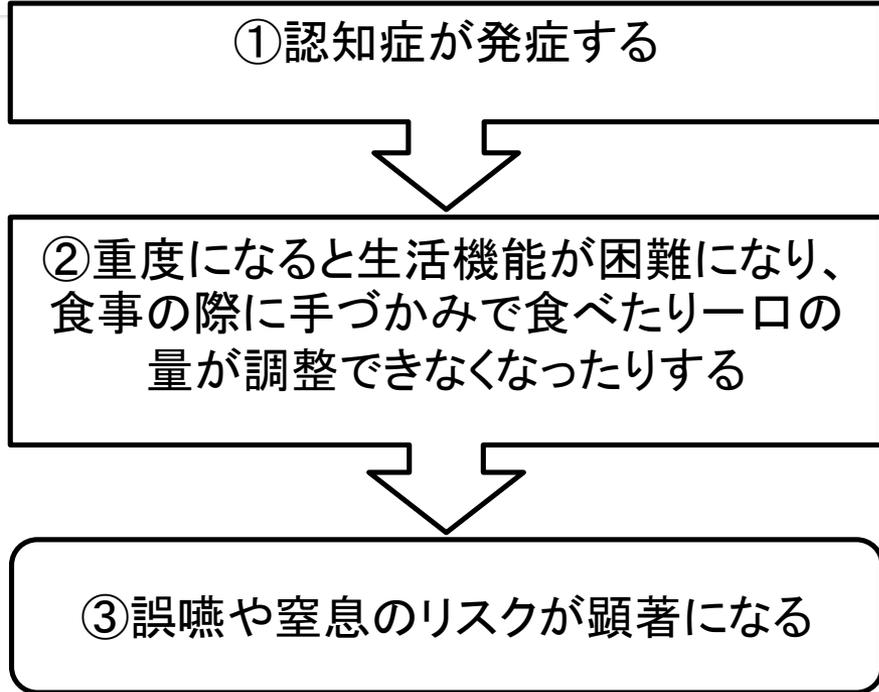
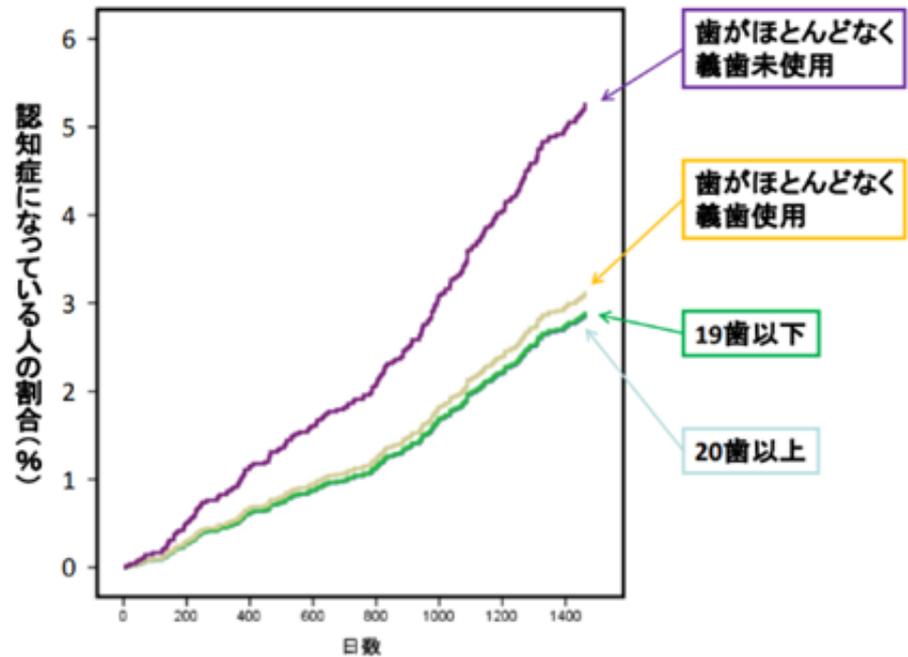
2009～2013年 (n=472)

(郡山市保健所「人口動態統計「死因帳票」より)

2014～2020年 (n785)

# 客観的データ④ 窒息により死亡する高齢者が多い

## 口腔ケア不足による認知症発症と窒息について



### 認知症発症と歯の数・義歯使用との関係

(年齢, 所得, BMI, 治療中疾患, 飲酒, 運動, 物忘れの有無を調整済み)

Yamamoto et al., Psychosom. Med., 2012

(日本歯科医師会 地域保健委員会  
「歯科における認知症対応について」より  
(平成27年1月))

高齢者の安全対策委員会作成  
(日本歯科医師会報告  
—認知症医療介護—  
(平成24年9月)引用)

# 客観的データ⑤

## 外的要因による年齢層別死因順位 (取り組み開始時)

年齢層	1位		2位		3位		図6
0-9歳	窒息	3人	交通事故	2人	転倒・転落	1人	
			溺死・溺水	2人	煙・火・火災	1人	
10-19歳	自殺	8人	交通事故	3人	煙・火・火災	1人	
					中毒	1人	
20-29歳	自殺	64人	交通事故	7人	溺死・溺水	2人	
					窒息	2人	
30-39歳	自殺	62人	交通事故	8人	煙・火・火災	2人	
40-49歳	自殺	72人	交通事故	13人	窒息	5人	
50-59歳	自殺	95人	交通事故	16人	溺死・溺水	9人	
60-69歳	自殺	68人	交通事故	17人	窒息	16人	
70-79歳	自殺	43人	窒息	33人	交通事故	29人	
80-89歳	窒息	71人	自殺	31人	溺死・溺水	30人	
90歳以上	窒息	37人	転倒・転落	18人	溺死・溺水	6人	
全体	自殺	447人	窒息	174人	交通事故	115人	

# 客観的データ⑤

## 外的要因による年齢層別死因順位 (現状)

年齢層	1位		2位		3位	
0-9歳	溺死・溺水	2人	煙・火・火災 他殺	1人 1人		
10-19歳	自殺	8人	交通事故	4人		
20-29歳	自殺	41人	交通事故	7人	転倒・転落	3人
30-39歳	自殺	63人	交通事故	4人	中毒・曝露	2人
40-49歳	自殺	71人	交通事故	14人	転倒・転落	3人
50-59歳	自殺	9人	交通事故	16人	<b>窒息</b>	<b>3人</b>
60-69歳	自殺	55人	交通事故	17人	転倒・転落	8人
70-79歳	自殺	50人	<b>窒息</b>	<b>28人</b>	<b>窒息</b>	<b>16人</b>
80-89歳	<b>窒息</b>	<b>85人</b>	転倒・転落	59人	転倒・転落	25人
90歳以上	<b>窒息</b>	<b>48人</b>	転倒・転落	34人	溺死・溺水	40人
全体	<b>窒息</b>	<b>48人</b>	自殺	398人	<b>窒息</b>	<b>189人</b>
					転倒・転落	145人

(郡山市保健所「2014～2020年 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

## 2015年9月末現在の要介護度別認知症高齢者の状況

図7

(取り組み開始時)

(単位:人)

### 【要介護度別認知症高齢者の状況】

認知症	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	計	割合 (%)
自立	1,476	1,494	1,027	663	334	269	109	5,572	59.5%
軽度	232	138	1,983	1,667	779	707	284	5,790	43.6
中度	5	0	23	129	373	607	413	1,550	11.7
重度	0	1	1	0	16	246	298	562	4.2
計	1,713	1,633	3,034	2,459	1,502	1,829	1,104	13,274	100.0

### ※認知症高齢者の日常生活自立度

軽度：話がかみ合わないがやりとりはなんとなくできる状態

中度：意思の疎通が困難で、失禁等や問題行動・行動障害がある状態

重度：日常生活に支障をきたすような問題行動や著しい精神障害が継続する状態

高齢者人口	77,316人
認知症高齢者数 (人口1万人あたり)	1,022人
認知症者比率	10.2%

# 客観的データ⑥ 認知症高齢者の増加が見込まれる

## 2020年10月1日現在の要介護度別認知症高齢者の状況 (最新状況)

(単位:人)

### 【要介護度別認知症高齢者の状況】

認知症	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	計	割合
自立	2,450	1,857	1,587	758	488	480	153	7,704	51.6%
軽度	238	122	2,542	1,585	984	1,112	431	7,014	43.7%
中度	1	0	7	34	179	351	326	898	5.6%
重度	0	0	0	0	4	156	215	375	2.3%
計	2,689	1,979	4,136	2,377	1,655	2,099	1,125	16,060	100.0%

資料：郡山市介護保険課（2020（令和2）年10月1日現在）

### ※認知症高齢者の日常生活自立度

軽度：話がかみ合わないがやりとりはなんとなくできる状態

中度：意思の疎通が困難で、失禁等や問題行動・行動障害がある状態

重度：日常生活に支障をきたすような問題行動や著しい精神障害が継続する状態

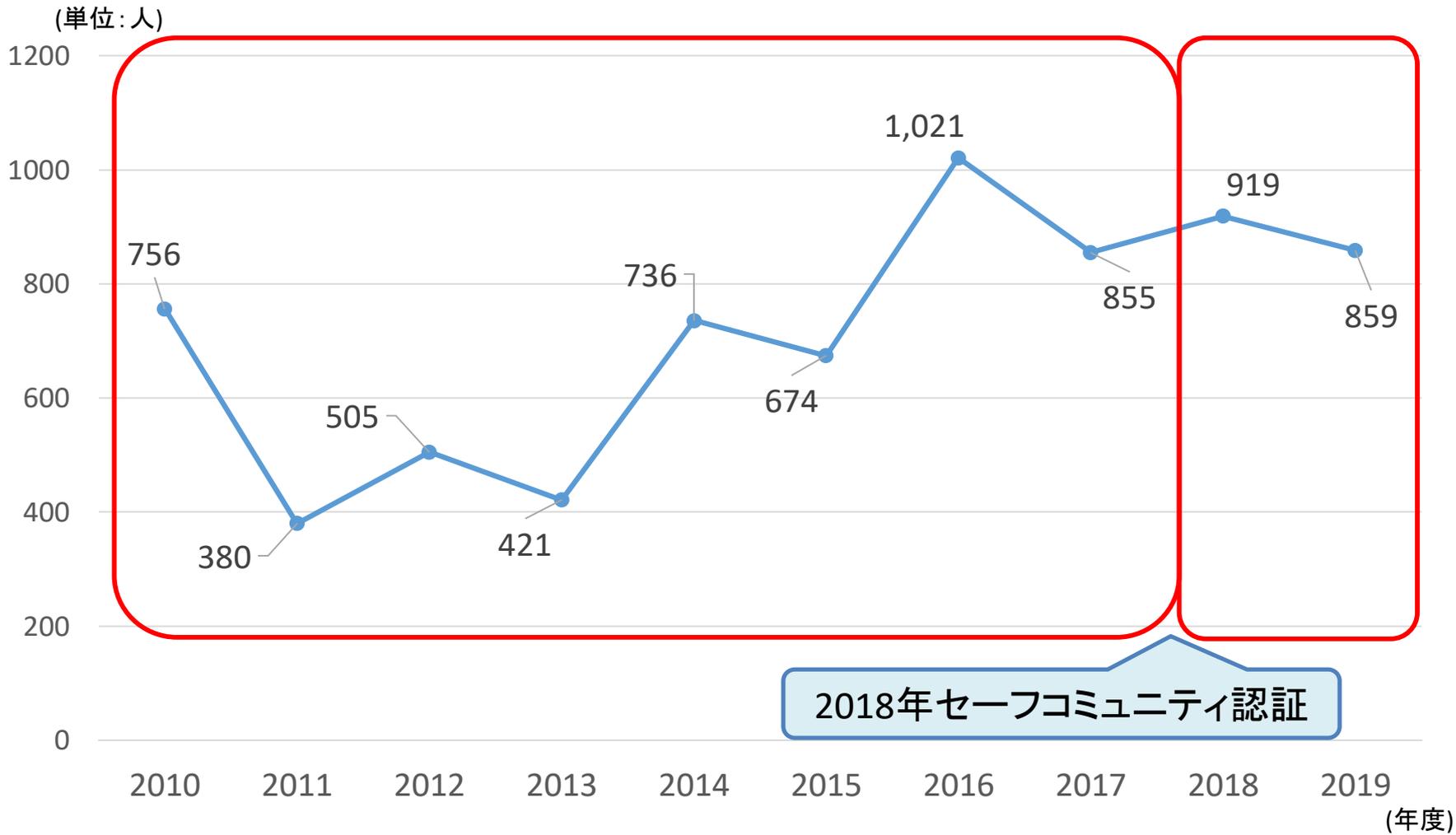
高齢者人口	85,305人
認知症高齢者数 (人口1万人あたり)	971人
認知症者比率	9.7%

(郡山市地域包括ケア推進課「第八次郡山市高齢者福祉計画・郡山市介護保険事業計画」より)

# 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

図8



# 課題の整理

## 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と感じている市民が多い。

図1

図2

図3

## 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もっとも多い。

図4

図5

図6

## 課題3 認知症の方の増加が見込まれる

- ・要介護認定者のうち、何らかの認知症の症状を有する方の割合が高い。
- ・要介護認定者数が年々増加している。

図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なされている。

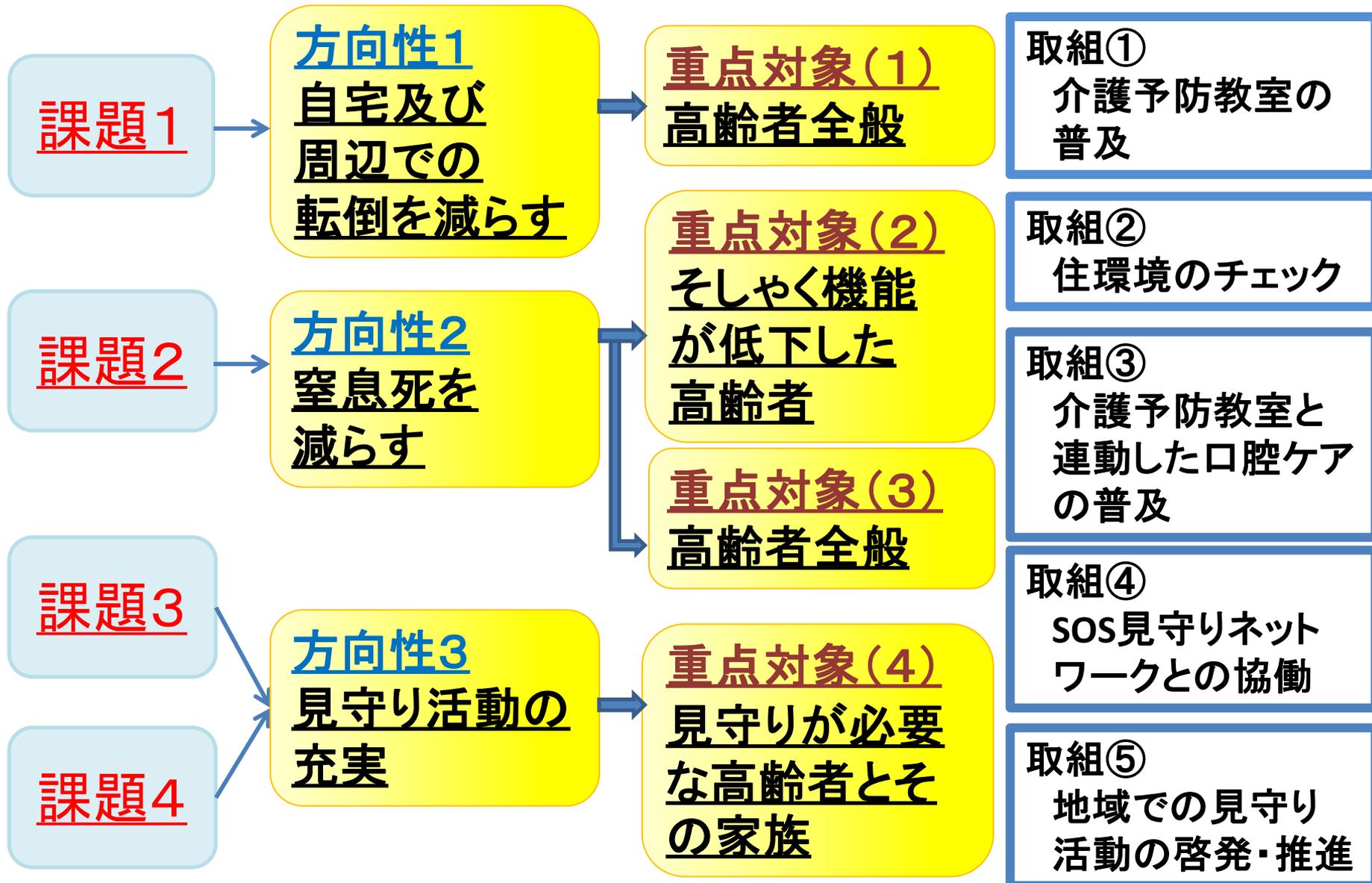
図8

# 既存の主な取組一覧

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	ラジオ体操 いきいき百歳体操
高齢者の不慮の窒息が多い	介護保険制度	講演会	かみかみ百歳体操
認知症の方の増加が見込まれる	介護保険制度	認知症高齢者SOS見守りネットワーク	いきいきサロン・茶話会
		研修会	
高齢者虐待が生じている	介護保険制度	研修会	民生委員などの訪問
		相談	

教育
  環境
  規則

# 課題、方向性、重点対象、取組の整理



# 取り組みについて

重点課題	取組	活動内容
<p>◆高齢者の転倒が多い</p> <p>◆高齢者の不慮の窒息が多い</p>	<p>①介護予防教室の普及 →P26</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いきいき百歳体操を始めとする介護予防教室の普及</li> <li>・対策委員会委員が参加する会議や地域の集まりでPR</li> </ul>
	<p>②住環境のチェック→P30</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チラシの作成及び配布</li> </ul>
	<p>③介護予防教室における口腔ケアの普及 →P35</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いきいき百歳体操などを通じた「かみかみ百歳体操」などの口腔ケア活動</li> </ul>
<p>◆認知症の方の増加が見込まれる</p> <p>◆高齢者虐待が生じている</p>	<p>④SOS見守りネットワークへの協力 →P37</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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</li> </ul>
	<p>⑤地域での見守り活動の啓発 →P40</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症サポーターや町内会などによる見守り活動</li> <li>・高齢者あんしんセンターによる相談支援</li> <li>・通いの場・いきいきサロン等</li> </ul>

# 取り組み ①介護予防教室の普及

## ○いきいき百歳体操

### <活動内容>

- ・専門職を派遣  
（説明や心身状態の確認など）
- ・DVDを見ながらの体操
- ・茶話会

→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

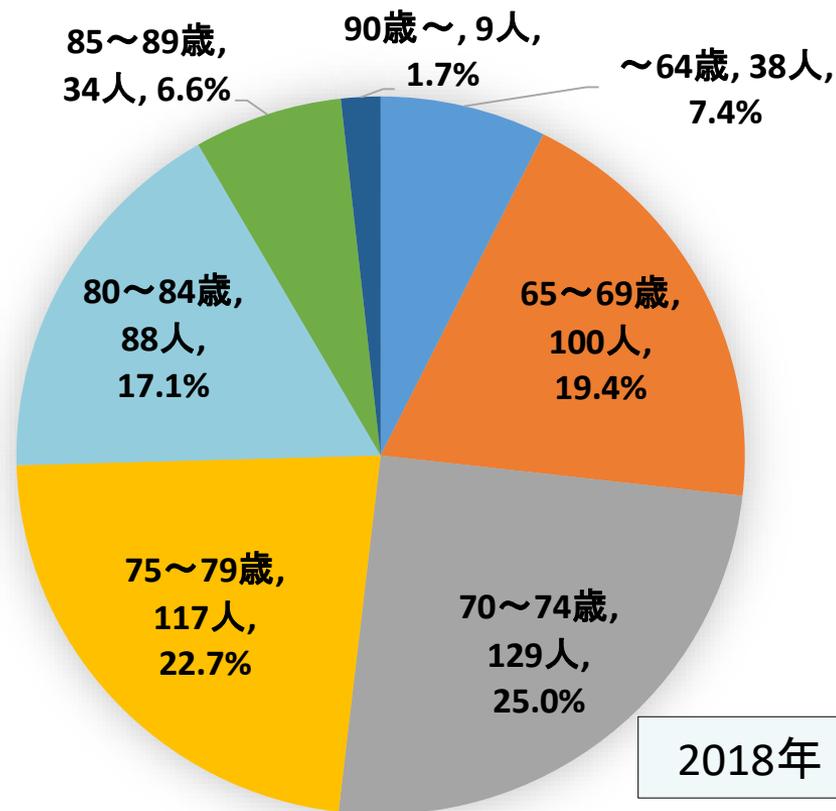
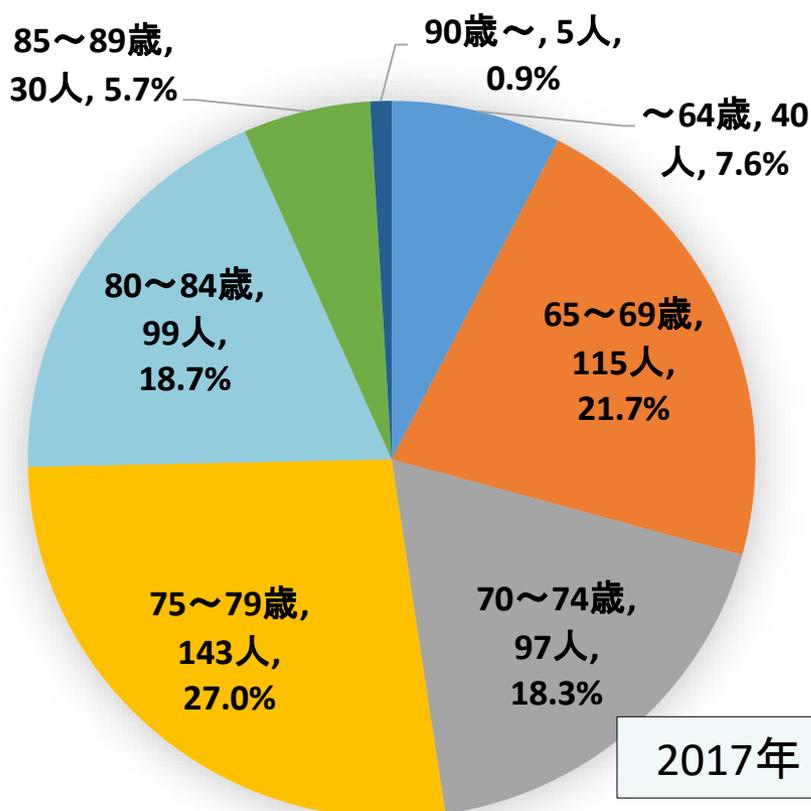
	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年
実施会場数	70か所	94か所	115か所	121か所	132か所
参加人数	1,396人	2,014人	2,501人	2,465人	2,391人

※交通安全対策委員会で交通安全啓発を行うなど協力もありました→p50

# 取り組み ①介護予防教室の普及

## 〇いきいき百歳体操

〇参加年齢層(通いの場を通じての参加者)

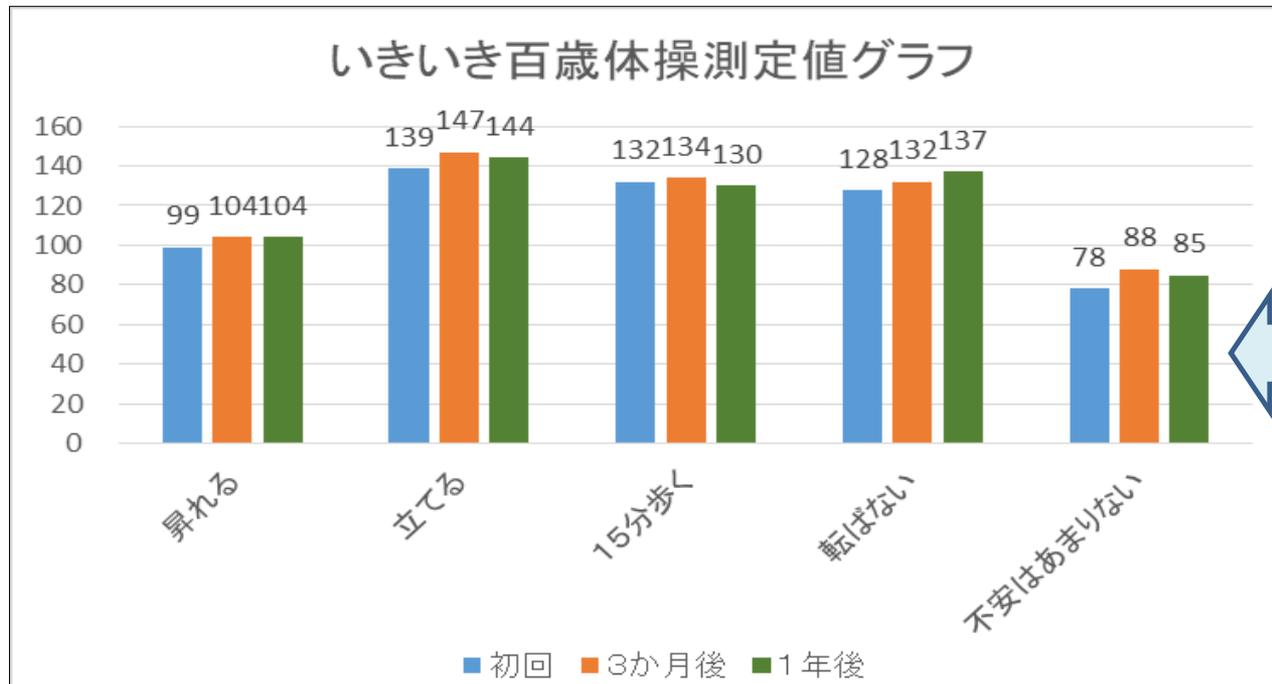


・75歳未満の前期高齢者の参加割合が増加傾向にあり、介護予防の意識の高まりがみられる。

# 成果・現状(短期・中期課題)

## <いきいき百歳体操での評価測定について>(2018年)

質問項目	「はい」と回答した人数		
	初回	3か月後	1年後
階段を昇る際は手すりや壁を利用せず昇れる	99	104	104
椅子に座った状態から何かにつかまらず立てる	139	147	144
日常的に15分くらい続けて歩くことがある	132	134	130
1年以内に転んだことがない	128	132	137
転倒に対する不安はあまりない	78	88	85



回答者数156人

状態の維持・改善  
を実感している方  
がいる

# 成果・現状（短期・中期課題）

## <いきいき百歳体操での評価測定について>

○ 「状態の改善・維持」を実感している参加者がいる。

○ 「転倒に対する不安」について

① 「不安がある→不安はあまりない」への変更18名  
→体が動くようになったと実感した

② 「不安はあまりない→不安がある」への変更19名  
→体の衰えを意識するようになった

とそれぞれ意識の変化があったと推察できる。

⇒ 事業の効果

# 取り組み ②住環境のチェック

○高齢者の安全対策委員会チラシの作成及び行政による配布

住環境での転倒  
事案のイラスト

いつまでも元気に暮らしていくために  
郡山市セーフコミュニティ推進協議会「高年齢者の安全対策委員会」

**転倒事故**  
対策  
高齢者の事故は転倒が多い

**転倒を防ぐ**  
★チェック!  
見落としていませんか?  
その見落としが転倒につながります

- カーペットはめくれているか
- 新聞やチラシを床に置いていないか
- 家の中の段差に注意しているか
- お風呂の床は滑りやすいので注意しているか

★いきいき百歳体操で筋力アップ!  
立ち座りが楽になった。  
つまずかなくなった。  
孫を抱いても疲れなくなった。  
約2,500人が参加しています!

**窒息事故**  
こんな方は要注意!  
対策  
飲み込みが悪い  
よくむせる  
口の中が乾燥する

**窒息を防ぐ**  
★口の体操で窒息予防!  
舌体操 舌の奥内を擦りましょう!  
歯の定期健診にいきましょう!  
自分の歯を大事にしましょう。

◆高齢者の事故の約6割は転倒・転落  
◆高齢者の事故は重症になりやすい  
◆窒息は80歳以上の事故による死因の上位

認知症の方を地域で見守る  
地域で出ている方を  
見かけたら、声をかけましょう。

お問い合わせはこちらまで  
郡山市セーフコミュニティ推進協議会  
「高年齢者の安全対策委員会」  
郡山市保健福祉部地域包括ケア推進課  
TEL:024-924-3561 FAX:024-934-8971  
houkatucare@city.koriyama.lg.jp

転倒の原因を簡単に  
チェック

窒息への対策

「いきいき百歳体操」  
を紹介。

その他の見守りの  
お知らせ

◎住環境を中心  
に、高齢者の  
安全のための  
チラシを作成

# 成果・現状(短期・中期課題)

## ○配布数

活動指標	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年
住環境のチェックチラシ配布数	5,000枚	—	3,000枚	1,000枚	1,000枚

## ○配布先

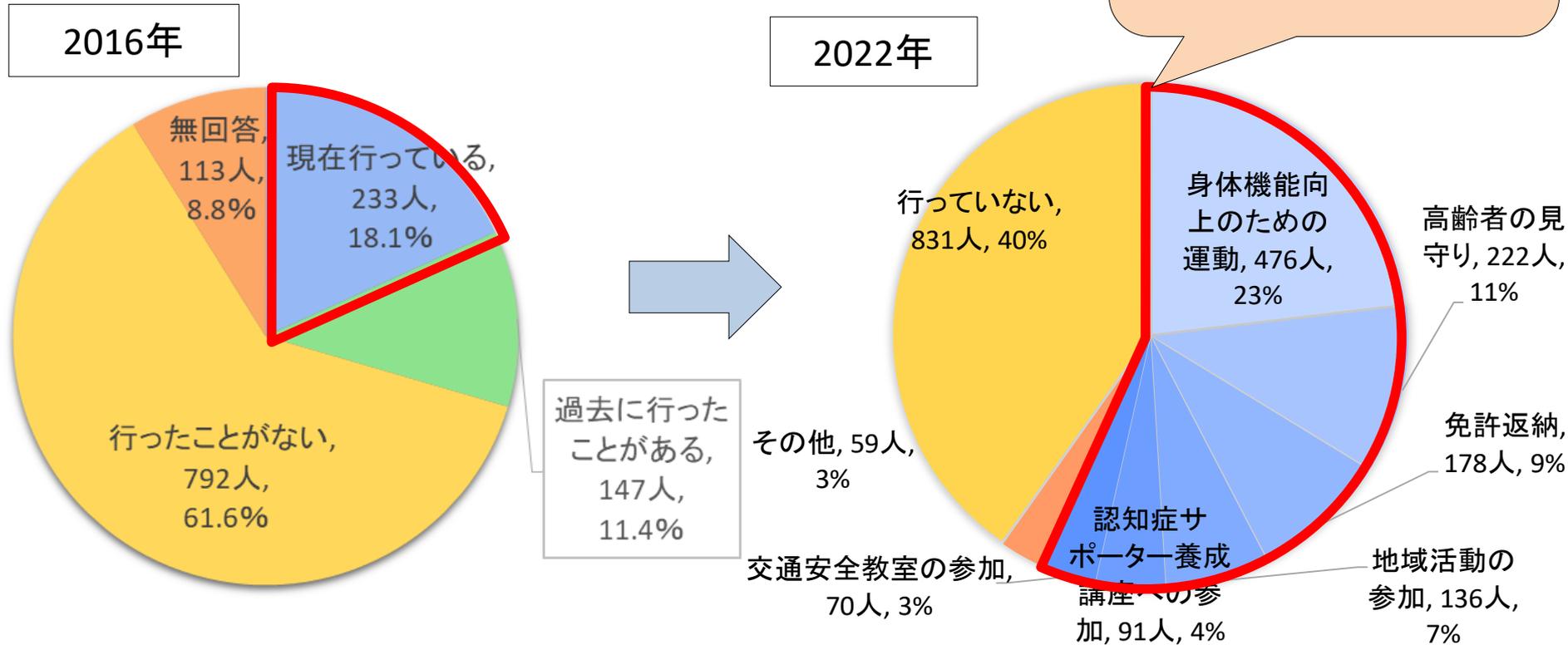
- ・社会福祉事業団
- ・地域包括支援センター
- ・居宅介護事業所
- ・各種イベント、会議等



2019年 ファミリーフェスタの様子

# 成果・現状(短期・中期課題)

## ○高齢者の安全活動の取り組み状況 (転倒予防体操、自宅内整理整頓など)



各年度「セーフコミュニティ市民意識調査」より

# 成果・現状（短期・中期課題）

## ○これからの取り組み

簡単にできる住宅改修の推進

### 安積総合学習センター一階段



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・中期課題）

## ＜チラシ配布に対する成果の確認について＞

○意識調査によれば、安全に生活するための取り組みをする高齢者が増加してきている。

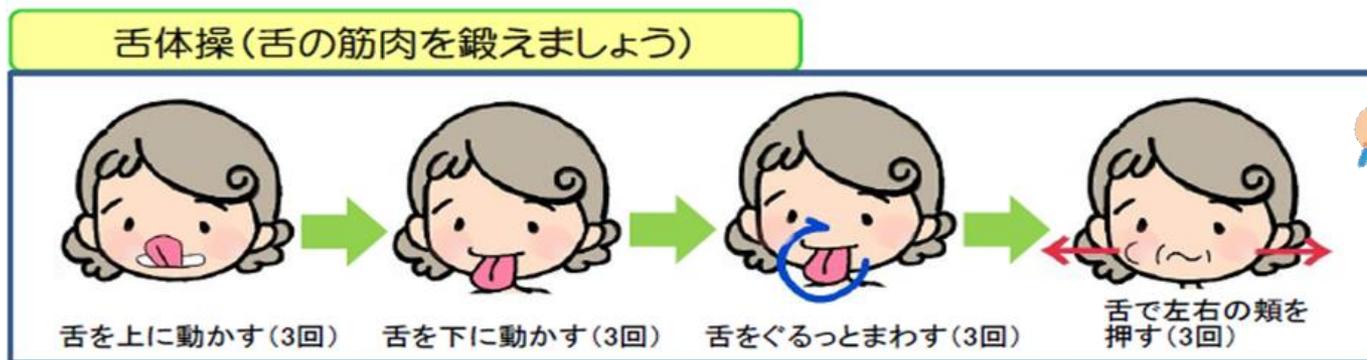
○住宅内の転倒に関し、現在の日本住宅事情との関連について分析を行う。

○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を推進していく必要がある。

## 取り組み ③介護予防教室における口腔ケアの普及

### ○かみかみ百歳体操

- ・歯科衛生士等の事前説明
- ・DVD等を利用したの口周りの運動
- ・口腔のケアなど



### ○参加実績

	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年
実施会場数	24か所	64か所	91か所	103か所	106か所
参加人数	385人	1,447人	2,123人	2,193人	2,052人

# 成果・現状（短期・中期課題）

## ＜口腔ケアと窒息の成果と課題＞

- かみかみ百歳体操では、身体に関する調査に加え、意識調査を行う必要がある。
- 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

## OSOS見守りネットワークの現状

	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年
加盟団体数	90団体	107団体	111団体	114団体	116団体
登録者数	256人	313人	350人	405人	435人
認知度	—	22.4%	—	21.0%	—

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

# 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



## 取り組み ⑤地域での見守り活動の啓発

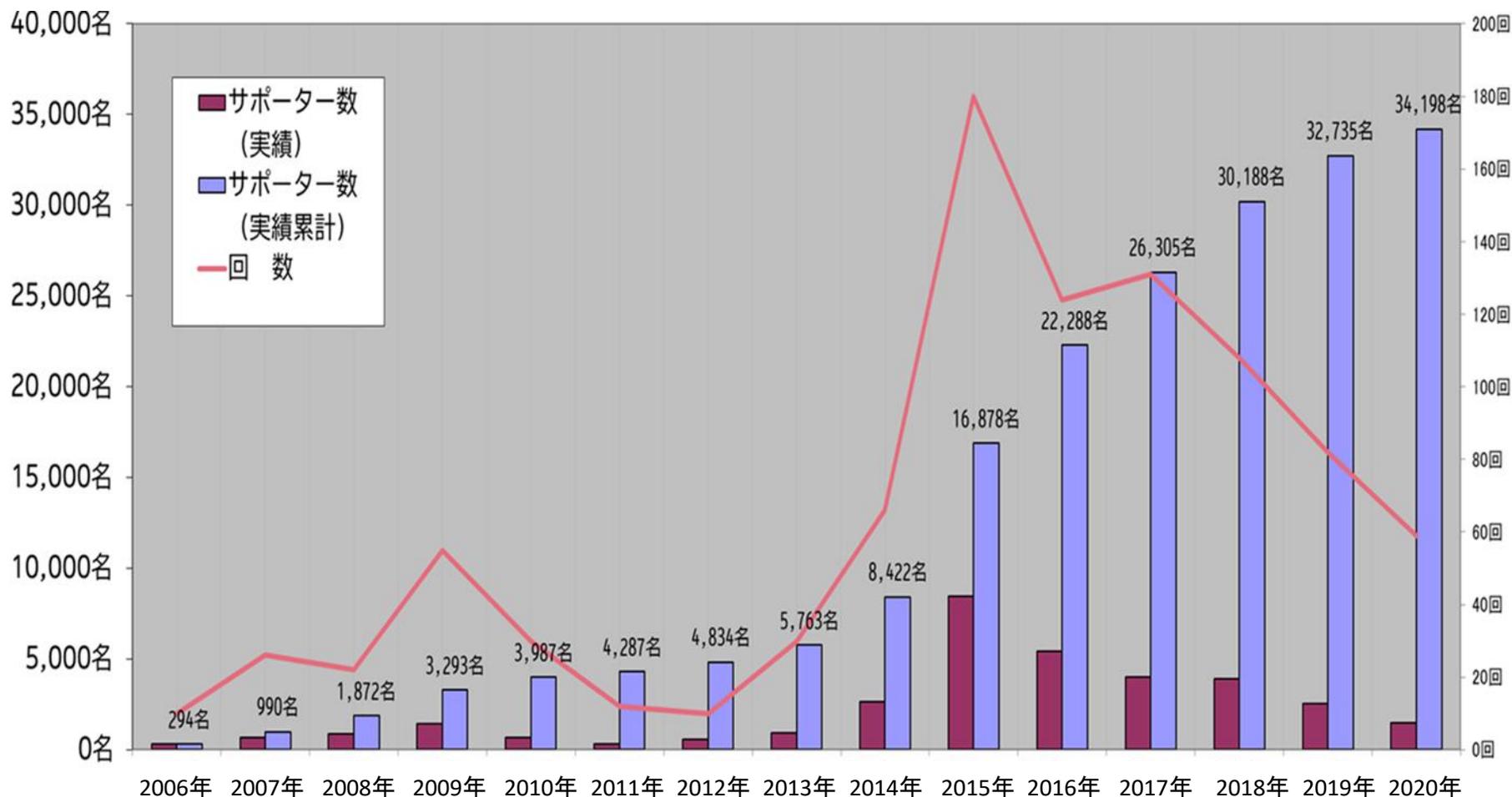
- 地域団体や市民への認知症や虐待の現状の周知活動
  - 前述のチラシや地域住民との連携、研修など



地域住民の認知症高齢者  
への声かけ訓練の様子

# 成果・現状（短期・中期課題）

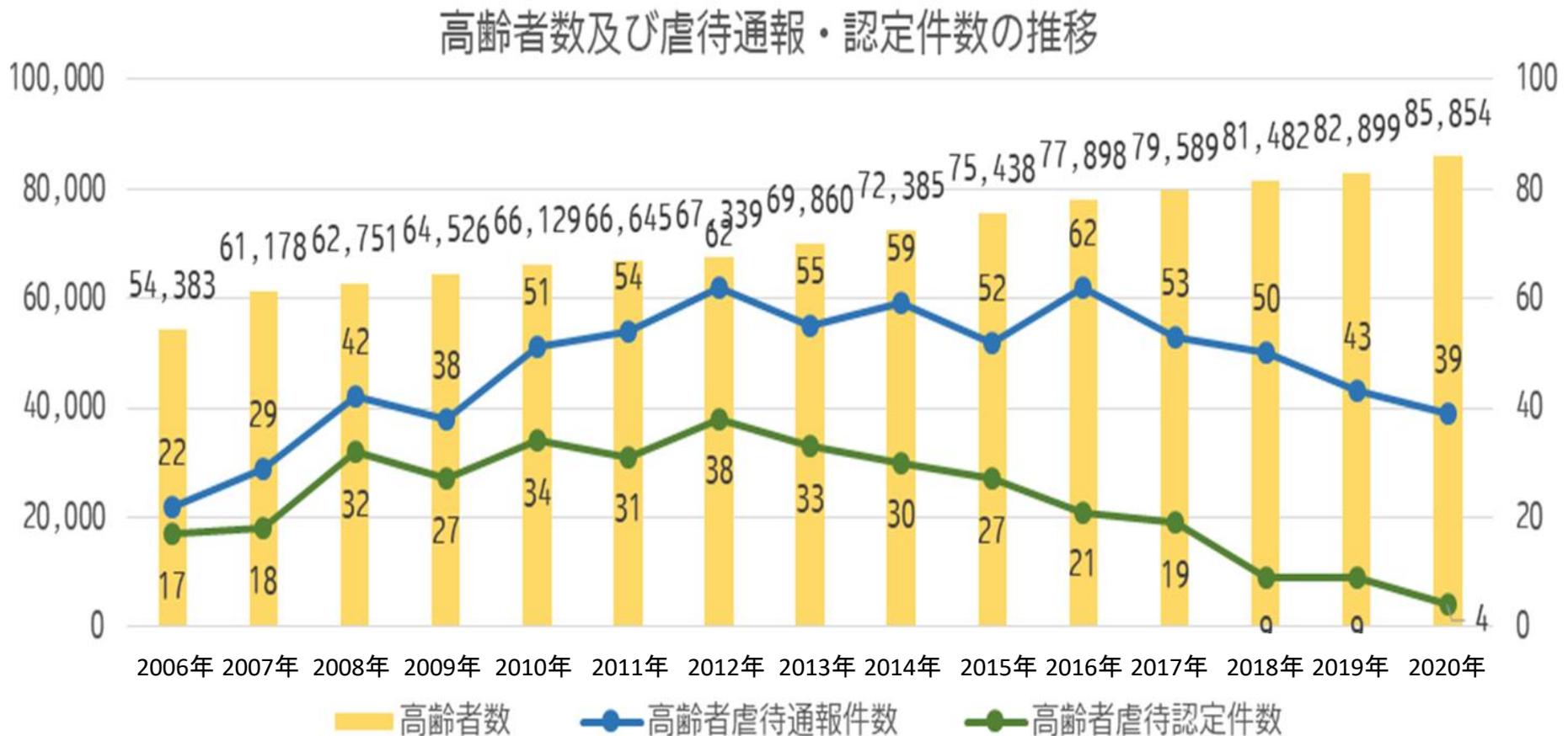
## ○認知症サポーター養成講座によるサポーターの増員



（郡山市地域包括ケア推進課「認知症サポーター養成講座受講者数まとめ（2021年）」より）

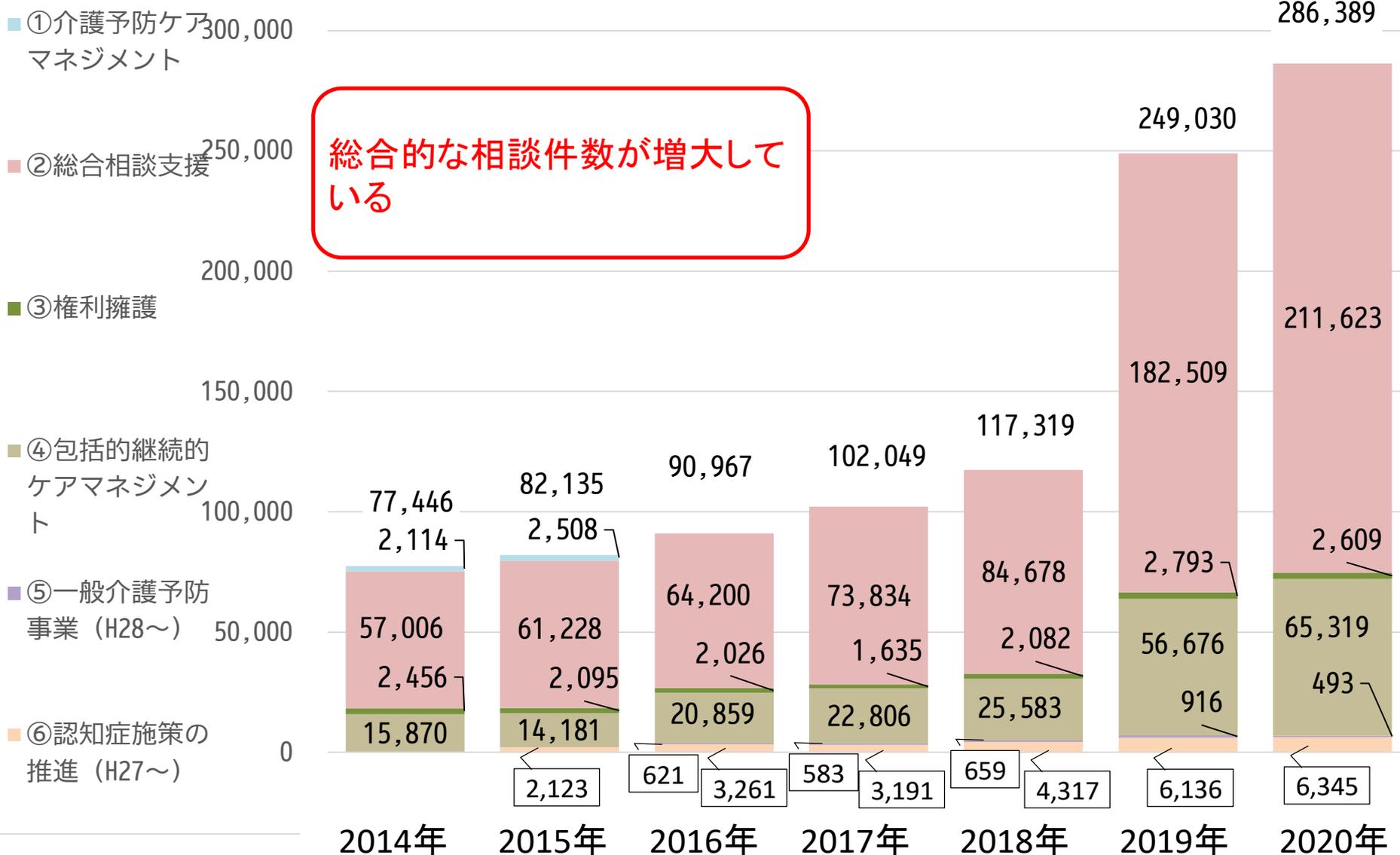
# 成果・現状（短期・中期課題）

## ○虐待通報等の減少



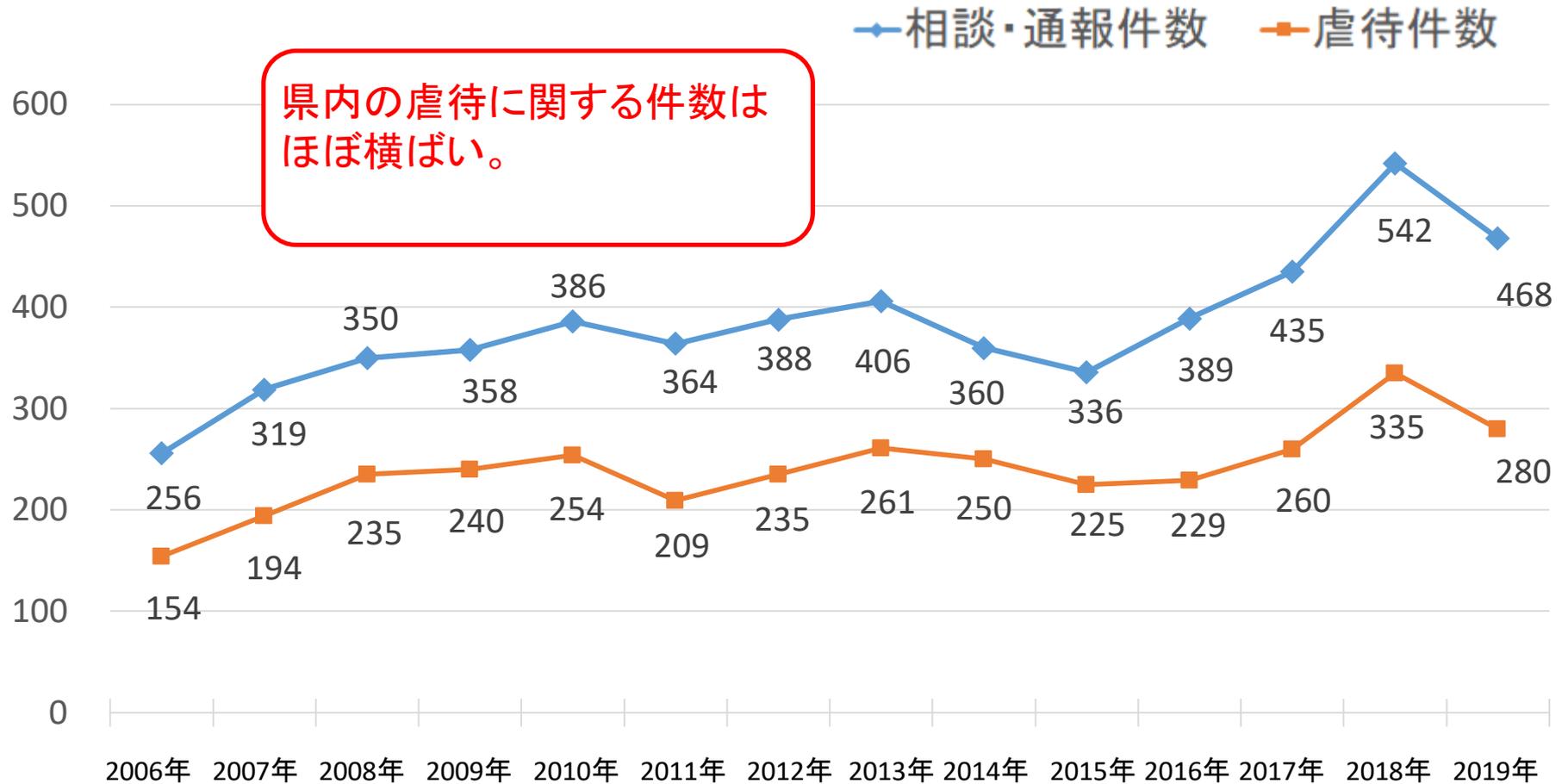
# 成果・現状（短期・中期課題）

高齢者あんしんセンターによる包括的支援事業内訳（生活・認知等の相談受付や状態確認等）



# 成果・現状（短期・中期課題）

福島県内の高齢者虐待の状況（養護者による高齢者虐待）



（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（2021年）」より）

# 成果・現状（短期・中期課題）

## ＜地域での見守りについて＞

- 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。
- 虐待は相談件数も虐待として認定される件数も減少している。  
※これは、単純に虐待が減っているのではなく、高齢者あんしんセンターなどでの包括的支援事業等で行っている様々な相談や活動により、虐待につながらないように支援を行っていることが大きな要因であると思われる。

# 全体のまとめ

## ＜長期課題の現状＞

	活動指標	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年
	高齢者人口	79,219人	81,248人	82,699人	83,923人	85,305人
転倒 高齢者の	一般負傷による救急搬送者数	1,018人	1,105人	1,141人	1,220人	1,120人
	高齢者人数との割合	1.29%	1.36%	1.38%	1.45%	1.31%
の窒息 高齢者	不慮の窒息による死亡者数 (65歳以上)	14人	27人	27人	23人	19人
	高齢者人数との割合	0.02%	0.04%	0.04%	0.03%	
虐待 認知症・	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	11人中 11人	19人中 17人	17人中 16人	12人中 11人	11人中 10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

# 全体のまとめ

## ＜コロナ禍での触れ合い活動＞

- 郡山市では、コロナ対策をしっかりと行ったうえで「いきいきデイクラブ」や各種サロンなどの他者や実体験活動と触れ合う活動をしています。
- 本市における後期高齢者（75歳以上）の要介護認定率が約33%であることに対し、「いきいきデイクラブ」利用者の平均年齢は80歳を超えていますが、介護サービスへの移行を理由に利用を止める利用者は10%未満であり、高い介護予防効果が見られます。

# これからの活動方針

○周知活動や意識調査による目標達成方法の模索

○町内会参加世帯の増加や高齢者の地域活動・働き  
の場の創設などの、コミュニティへの参加を促す活動

○コロナ禍により変化する情勢への対応。

※環境の変化などによる自殺予防対策委員会と連携  
した活動

※他の委員会との連携により、より多角的に高齢者の  
安全を確保する活動

# これからの活動

## ○行政・地域住民が協働し、多方面で連携した ケアの実践



住民支えあい見守りマップ作り  
(見守りが必要な方や見守る方の位置  
を把握するための地図作り)

地域の情報共有  
(それぞれの地域での見守り必要  
な方や注意案件等の情報)



# これからの活動

## ○他の委員会と連携した活動

(下の写真は交通安全対策委員会との連携)



交通安全の啓発  
(いきいき百歳体操会場にて)

靴につける反射材の配布  
(いきいき百歳体操会場にて)



ご清聴  
ありがとうございました。

