

## 第5章 日常生活圏域別の具体施策の展開 ☆

### 1 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果の概要

- ・本市に住む65歳以上の高齢者（要介護1～5の認定者を除く）のうち6,000人を無作為抽出し、郵送法による調査（期間：令和2（2020）年2月1日（土）～令和2（2020）年2月29日（土））を行いました。（配布数6,000件のうち、有効回収数3,561件、有効回収率59.4%）

#### ■調査結果より

圏域	前期・後期高齢者の割合	ひとり暮らし高齢者の割合	介護の必要性	要支援認定者の割合
市平均	前期 54.8%、後期 45.2%	20.4%	12.6%	4.5%
浦添中学校区	前期 49.1%、後期 50.9%	13.4%	10.8%	4.8%
仲西中学校区	前期 52.5%、後期 47.5%	25.5%	13.6%	3.8%
神森中学校区	前期 53.5%、後期 46.5%	21.8%	14.7%	5.6%
港川中学校区	前期 56.2%、後期 43.8%	23.3%	13.1%	5.0%
浦西中学校区	前期 63.6%、後期 36.4%	18.5%	10.7%	3.4%

- ・評価項目別の分析では、心身機能（運動器、転倒リスク、閉じこもり、栄養、口腔、認知機能、認知症の可能性、うつ）、日常生活（手段的自立度）ごとの介護リスク等該当者（リスク者）を把握しました。
- ・心身機能の状況を日常生活圏域別にみると、特に仲西で該当率が高くなっています。具体的な項目でみると、「運動器」、「転倒」、「閉じこもり」での仲西の該当率が他の圏域に比べて最も高くなっています。また、「認知機能」と「認知症の可能性」の2項目においては、神森で該当率が最も高くなっています。

		運動器	転倒	閉じこもり	栄養	口腔	認知機能	認知症の可能性	うつ
全体 (n=3,561)	該当者(人)	506	941	601	32	672	1,156	56	1,411
	該当率(%)	14.2	26.4	16.9	0.9	18.3	32.5	1.6	39.6
浦添 (n=752)	該当者(人)	86	172	110	3	143	226	6	314
	該当率(%)	11.4	22.9	14.6	0.4	19.0	30.1	0.8	41.8
仲西 (n=690)	該当者(人)	123	198	126	8	121	231	14	285
	該当率(%)	17.8	28.7	18.3	1.2	17.5	33.5	2.0	41.3
神森 (n=720)	該当者(人)	117	198	124	3	133	244	16	277
	該当率(%)	16.3	27.5	17.2	0.4	18.5	33.9	2.2	38.5
港川 (n=724)	該当者(人)	99	190	131	7	143	231	11	286
	該当率(%)	13.7	26.2	18.1	1.0	19.8	31.9	1.5	39.5
浦西 (n=675)	該当者(人)	81	183	110	11	132	224	9	249
	該当率(%)	12.0	27.1	16.3	1.6	19.6	33.2	1.3	36.9

- ・日常生活（手段的自立度）において低下している方の割合をみると、神森（8.6%）、仲西（8.4%）、港川（8.0%）で本市平均（7.5%）を超えています。外出を控えているか尋ねたところ、「控えている（はい）」割合は、仲西（23.2%）と神森（23.1%）が高く、浦添（18.4%）で最も低くなっています。
- ・「健康・疾病」及び「介護」の分析では、高血圧などの主要な疾患有病率や介護の必要性等の分析を行いました。
- ・疾病について、各圏域とも「高血圧」の割合が4割強～5割弱と高くなっています。また、港川で「糖尿病」、「筋骨格」、「がん」の割合が他の圏域に比べて最も高く、仲西で「高血圧」と「心臓病」の割合が最も高くなっています。
- ・介護・介助が必要になった原因の1位をみると、仲西と港川で「骨折・転倒」、神森と浦西で「関節の病気」、浦添で「脳卒中」と「高齢による衰弱」となっています。

以上を踏まえ、圏域別に高齢者の実情を概観すると、以下のとおりとなっています。なお、介護保険サービスの充実や介護予防・日常生活支援総合事業等を進めていくためには、各圏域特性及び地域の実情に応じた取り組みを進める必要があります。

浦添地区は、属性として「1人暮らし高齢者の割合が比較的低い」、「介護の必要性が比較的低い」となっています。心身機能の状況を評価項目別にみると、8項目中6項目で本市平均を下回っているものの、『うつ』の該当率が4割強と他の圏域に比べて最も高くなっています。そのため、高齢者が生きがいを見出すきっかけの場づくりを引き続き推進して社会参加を促すとともに、地域の見守り活動等を通してリスク者を早期に発見し、適宜、相談窓口等へ繋ぐことが重要です。また、疾病について「脳卒中」の割合が他圏域に比べて最も高く、介護・介助が必要になった原因の第1位にもなっているため、引き続き健康づくりに係る取り組みを実施し、脳卒中のリスクコントロールにむけた意識づけを行う必要があります。

仲西地区は、属性として「1人暮らし高齢者の割合が比較的高い」、「介護の必要性が比較的高い」となっています。心身機能の状況を評価項目別にみると、8項目中7項目で該当率が本市平均より高い状況にあり、介護・介助が必要になった原因の第1位に「骨折・転倒」があげられ、これは外出を控えている原因の第1位である「足腰などの痛み」とも関係することから、運動機能の維持及び閉じこもりの防止等の取り組みを強化する必要があります。また、疾病について「高血圧」と「心臓病」の割合が他圏域に比べて高いため、生活習慣病の予防にむけた取り組み等の健康づくり事業との連携も求められます。さらに、それらについて1人暮らし高齢者にも対応した取り組みを検討する必要があります。

神森地区は、属性として「1人暮らし高齢者の割合が比較的高い」、「介護の必要性が比較的高い」となっています。心身機能の状況を評価項目別にみると、『認知機能』と『認知症の可能性』の2項目において、他の圏域に比べて該当率が最も高くなっています。認知症予防や認知症高齢者への対応は全国的な課題となっていることから、本市においても更なる取り組み強化が求められます。また、認知症の方を含む高齢者個人の能力に応じて自立した生活を目指す、地域包括ケアシステムの周知が求められています。

港川地区は、属性として「1人暮らし高齢者の割合が比較的高い」、「介護の必要性が比較的高い」となっています。心身機能については特に該当率が高い状況はみられませんが、疾病について6項目中3項目（「糖尿病」、「筋骨格」、「がん」）における割合が、他圏域に比べて最も高くなっています。また、介護・介助が必要になった原因の第1位に「骨折・転倒」があげられていることから、要介護状態への移行の抑制を図れるよう、早期から運動機能の維持・増進を目的とした取り組みの充実が求められています。

浦西地区は、属性として「1人暮らし高齢者の割合が比較的低い」、「介護の必要性が比較的低い」となっています。疾病について、「高血圧」及び「脳卒中」の割合が、5圏域の中で2番目に高く、介護・介助が必要になった原因の第2位が「脳卒中」となっています。また、他圏域に比べて前期高齢者の割合が高いことから、生活習慣病の予防にむけた各種取り組み等、健康づくり事業と連携するとともに、前期高齢者の参加促進を図る必要があります。

※なお、ここでは心身機能や疾病状況等について該当者の割合が高い圏域に着目して考察を行っていますが、各種取り組みや対策を実施するにはすべての圏域において必要性を検討することが求められます。

## 2 住民参加による施策の推進

施策の推進にあたっては、住民自らの積極的な取り組みが重要となります。したがって、日常生活圏域毎の施策は、「第3章 プランの具体的な取組（各論）」の施策を住民参加の視点で以下の通りに整理します。

### ■目標1 いつまでも自分らしくいきいきと暮らす

#### 1 市民の健康長寿にむけた健康づくりの推進

- ・「健康・食育うらそえ21」のライフステージごとに定められた項目別（栄養・食生活、身体活動・運動、休養・こころ、飲酒(アルコール)、喫煙、歯・口腔）の目標を達成するため、日頃の食生活や運動習慣、飲酒、喫煙等に気を配った生活を送りましょう。
- ・自らの健康状態を定期的に把握することは、疾病や生活習慣病、フレイル等を早期に発見・対応することができ、要介護状態への移行や疾病等の悪化を予防し、健やかで活力に満ちた生活を送ることにつながります。そのため、総合健診、長寿健診、歯周疾患検診等の各種健(検)診を定期的に受診し、健康状態の把握に努めましょう。また、有所見となった場合には、きちんと保健指導を受け、適切な医療機関を受診し、高血圧や糖尿病などの生活習慣病、疾病等の早期対応に努めましょう。
- ・「てだこウォーク」、「スポーツの日の体力測定会」等の運動やスポーツイベントに参加しましょう。市内の社会体育施設を利用して、スポーツ活動を楽しみましょう。

#### 2 介護予防と重度化防止の充実

- ・自分自身や家族の介護予防や介護、認知症について相談、支援が必要な場合には、地域包括支援センターや中学校区地域保健福祉センター等、身近な相談窓口にご相談しましょう。
- ・介護予防普及啓発事業（生きいき健康クラブ、体操教室（認知症予防運動プログラム「コグニサイズ」）、貯筋クラブ等）に参加し、フレイルや要介護状態にならないよう、心身機能の維持・改善に努めましょう。
- ・介護予防普及啓発事業終了後も地域の自主サークル等に積極的に参加し、継続的な活動を行いましょ。また、参加の際は家族や友人、近隣の方などと誘い合って参加しましょう。
- ・高齢者の閉じこもり防止のため、日頃から地域の高齢者等に声かけなどを行いましょ。
- ・地域での介護予防等の取り組みに対し、事業所や各種専門職は積極的に支援しましょ。
- ・既存の地域活動や身近な地域資源、自治会集会所を活用し、心身機能が低下しても気軽に利用できる通いの場の充実に努めましょ。

### 3 高齢者の活躍機会の充実

- ・老人クラブの地域活動や図書館ボランティア、歴史ガイド、ボランティア活動、地域活動にできるところから参加しましょう。
- ・「てだこ学園大学院」で地域のことなどを学んだり、中央公民館や高齢者3施設（老人福祉センター、地域福祉センター、かりゆしセンター）等で開催される各種講座に参加しましょう。
- ・社会福祉協議会が開催するボランティア養成講座に参加しましょう。
- ・これまでの経験や技術を生かして働いてみたいと考えている方は、浦添市ふるさとハローワークやシルバー人材センターの就業相談窓口を利用してみましょう。

## ■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

- ・医療及び介護に関する身近な相談窓口である浦添市在宅医療・介護連携支援センターうらっしのホームページに医療機関や介護事業所などの資源が紹介されているので、必要な時は活用してみましょう。
- ・誰もが人生の最終段階における医療や介護、暮らし方などに関して本人や家族が自己決定でき、終活に取り組めるよう、講演会などに参加してこれからの人生を考えてみましょう。

### 2 医療と介護の連携による認知症への対応

- ・認知症は誰もがなりうるものであり、多くの人にとって身近なものとなっています。早期の発見・早期対応が大切であることから、認知症に関する理解を深めましょう。
- ・認知症に関する相談窓口や予防を含め、進行状況にあわせて、いつ、どこで、どのような医療や介護サービスを受けられるのかをまとめた「認知症ケアパス」を活用してみましょう。

### 3 ニーズに応じた介護保険サービスの提供

- ・介護サービスの利用についてこまったら、また支援が必要な場合には、地域包括支援センターや市の窓口を利用しましょう。

## ■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

- ・地域の敬老行事や地域活動に参加し、世代間交流を深めましょう。
- ・地域の支え合い活動にできるところから参加してみましょう。
- ・「災害時要援護者避難支援制度」への理解を深め、避難時に支援が必要な高齢者等へは登録を促しましょう。

## 2 ニーズに応じた住まいの支援

- ・住宅の確保が困難な場合（経済的な問題、保証人がいない等）や在宅での生活を継続するための住宅改修など住まいに関する相談、支援が必要な場合には、地域包括支援センターや中学校区地域保健福祉センター等、身近な相談窓口にご相談しましょう。

## 3 安心安全な暮らしを支える取り組みの推進

- ・緊急時につけつけた救急隊や搬送先医療機関等が迅速かつ適切な処置ができるよう、救急医療情報キット配布事業を利用しましょう。
- ・認知症サポーター養成講座を受講し、認知症に対する理解を深めるとともに、認知症の人やその家族の応援者となりましょう。認知症の人が困っている様子が見えたら、「なにかお手伝いすることがありますか」と一声かけてみましょう。
- ・認知症になっても地域に住み続けられる、地域で見守るという機運を高めましょう。浦添市認知症高齢者等見守りSOSネットワーク協力機関・協力者として参加しましょう。
- ・介護をされている方同士の交流に参加してみましょう。市内の事業所については、職員等の仕事と介護が両立できるよう、働きやすい環境づくりに取り組みましょう。
- ・感染症の発生時にも、正しい知識を持って感染防止対策を行いながら声かけなどを行い、高齢者の孤立を防ぎましょう。

## 4 地域包括ケアシステムの基盤強化

- ・介護サービスの利用や困りごとについて、地域包括支援センター等の相談窓口を利用しましょう。
- ・高齢者、障がい児・者、児童・子育て・教育、生活困窮、健康づくりなどの相談窓口配置されている相談専門職員などは、困りごとのある高齢者や地域住民を把握したら、必要な支援へつなぐため相談窓口間の連携を強化しましょう。

(参考)

■日常生活圏域別人口等の推移

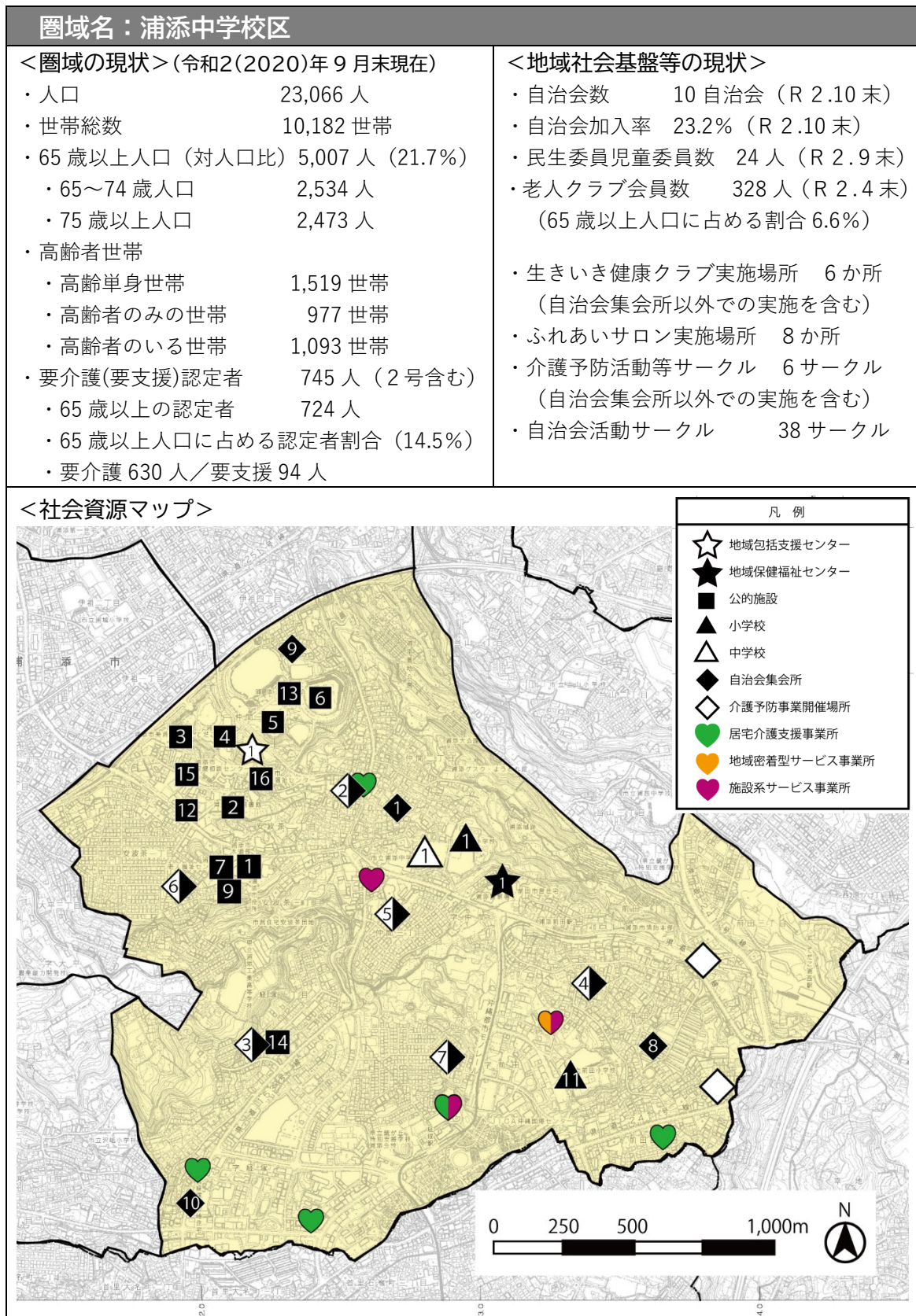
(単位：世帯、人、%)

	平成29年9月末				令和2年9月末			
	世帯数	人口	65歳以上人口	65歳以上人口比率	世帯数	人口	65歳以上人口	65歳以上人口比率
浦添中学校区	9,390	22,266	4,493	20.2%	10,182	23,066	5,007	21.7%
仲西中学校区	13,504	29,750	5,396	18.1%	13,941	29,739	5,884	19.8%
神森中学校区	10,136	24,010	4,416	18.4%	10,720	24,163	4,730	19.6%
港川中学校区	9,868	23,709	4,172	17.6%	10,498	24,117	4,686	19.4%
浦西中学校区	5,837	14,476	2,312	16.0%	6,143	14,400	2,686	18.7%
合計	48,735	114,211	20,789	18.2%	51,484	115,485	22,993	19.9%

資料：住民基本台帳

### 3 日常生活圏域別の具体施策

上記に位置づけた施策等について、日常生活圏域単位で展開していく施策を以下に整理します。



**圏域名：浦添中学校区**

<社会資源一覧>

☆地域包括支援センター

番号	名称	所在地
1	浦添市地域包括支援センターさっどん	仲間1-2-2 コーポ西原103号

★地域保健福祉センター

番号	名称	所在地
1	浦添中学校区 地域保健福祉センター	仲間2-47-5(うらそえぐすく児童センター2階)

▲小学校

番号	名称	所在地
1	浦添小学校	仲間2-47-1
11	前田小学校	前田333

△中学校

番号	名称	所在地
1	浦添中学校	仲間2-46-1

■公的施設

番号	名称	所在地
1	浦添市役所	安波茶1-1-1
2	浦添市立図書館	安波茶2-2-1
3	浦添市美術館	仲間1-9-2
4	浦添市てだこホール	仲間1-9-3
5	浦添市民体育館	仲間1-13-1
6	浦添市民球場	仲間1-13-1
7	浦添市中央公民館	安波茶1-1-2
9	浦添市老人福祉センター	安波茶1-1-2
12	浦添市福祉プラザ	仲間1-1-2
13	浦添市温水プール「まじゅんらんど」	仲間1-13-1
14	経塚ゆいまーるセンター	経塚1-17-1
15	浦添市保健相談センター	仲間1-8-1
16	浦添市社会福祉センター	仲間1-10-7

圏域名：浦添中学校区

◆自治会集会所 ※自治会集会所以外での実施あり 欄外に記載

番号	名称	所在地	生きいき健康クラブ実施	ふれあいサロン実施	ピラティス体操サークル実施	栄養サークル実施	いきいき百歳体操サークル実施
1	仲間自治会集会所	仲間2-35-2		○	○		
2	安波茶自治会集会所	安波茶2-7-1	○	○			
3	経塚自治会集会所	経塚1-17-1	○	○			○
4	前田自治会集会所	前田1-28-7	○	○			○
5	茶山自治会集会所	仲間3-4-1	○	○			
6	浦添ニュータウン自治会集会所	安波茶1-13-9	○	○			
7	浦添グリーンハイツ自治会集会所	前田862-219	○				
8	前田公務員宿舎自治会集会所	前田1-55-19-104号	-	-	-	-	-
9	浦添ハイツ自治会集会所	仲間1-17-8		○			
10	県営経塚団地自治会集会所	字経塚560		○			

※栄養サークル：中央公民館(らく楽料理サークル)

※いきいき百歳体操サークル：前田市営住宅集会所

圏域名：浦添中学校区

<地区の将来人口等>

(現状) (将来推計) (単位：人)

	H29 2017	R 2 2020	R 3 2021	R 4 2022	R 5 2023	R 7 2025
・人口	22,266	23,066	23,118	23,190	23,261	23,394
・65歳以上人口	4,493	5,007	5,107	5,228	5,353	5,597
・65～74歳人口	2,278	2,534	2,652	2,667	2,640	2,613
・75歳以上人口	2,215	2,473	2,455	2,561	2,713	2,984
・要介護(要支援)認定者	712	724	740	767	802	860

※将来推計は、令和2(2020)年9月現在の各地区の市全体に対する割合で算出 各年9月末

※要介護(要支援)認定者数は65歳以上(第1号被保険者)

<地区レベルの施策> (○住民参加による施策の推進 ※関係機関等による施策の推進)

**目標1 いつまでも自分らしくいきいきと暮らす**

- 総合健診等の各種健(検)診を定期的に受診し、自分の健康状態を把握しましょう。そして若い世代から年齢に応じた高血圧などの生活習慣病予防やフレイル予防に取り組み、健康の保持増進に努めましょう。
  - 「てだこウォーク」などの運動やスポーツのイベントに参加しましょう。
  - 介護予防普及啓発事業に、友人や地域の方と誘い合って参加しましょう。
  - 地域活動や身近な地域資源、自治会集会所を活用し、心身機能が低下しても気軽に利用できる通いの場の充実に努めましょう。
- ※関係機関の連携のもと、歩いて行くことができる身近な所での通いの場が実施できるよう働きかけます。
- 地域のボランティア活動に参加しましょう。
  - 中央公民館や老人福祉センター等を利用し、自主サークルの活動に取り組みましょう。
  - 自治会集会所や老人福祉センター等で開催される生涯学習講座等を受講しましょう。
  - 市民体育館やまじゅんらんど等社会体育施設を活用し、スポーツを楽しみましょう。
  - 地域の老人クラブ活動に参加しましょう。

**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**

- 認知症について、早期の発見・早期対応が大切であることから、認知症に関する理解を深めましょう。
- 相談、支援が必要な場合は、「地域包括支援センターさっとん」等の身近な相談窓口を利用しましょう。
- 人生の最終段階における医療や介護、暮らし方などに関して本人や家族が自己決定できるよう、人生について考えてみましょう。

**目標3 安心安全な住まいと支え合いのある地域**

- 地域の敬老行事や地域活動に参加し、世代間交流を深めましょう。
- 災害等に備えて、自治会や自主防災組織等が開催する避難訓練に参加するとともに、日頃から地域であいさつや声かけを行いましょ。
- 「災害時要援護者避難支援制度」への理解を深め、避難時に支援が必要な高齢者等へは登録を促しましょう。

<圏域内の地域密着型サービス>

- 小規模多機能型居宅介護 1か所(介護予防小規模多機能型居宅介護)
- 認知症対応型共同生活介護 2か所(介護予防認知症対応型共同生活介護)

圏域名：仲西中学校区

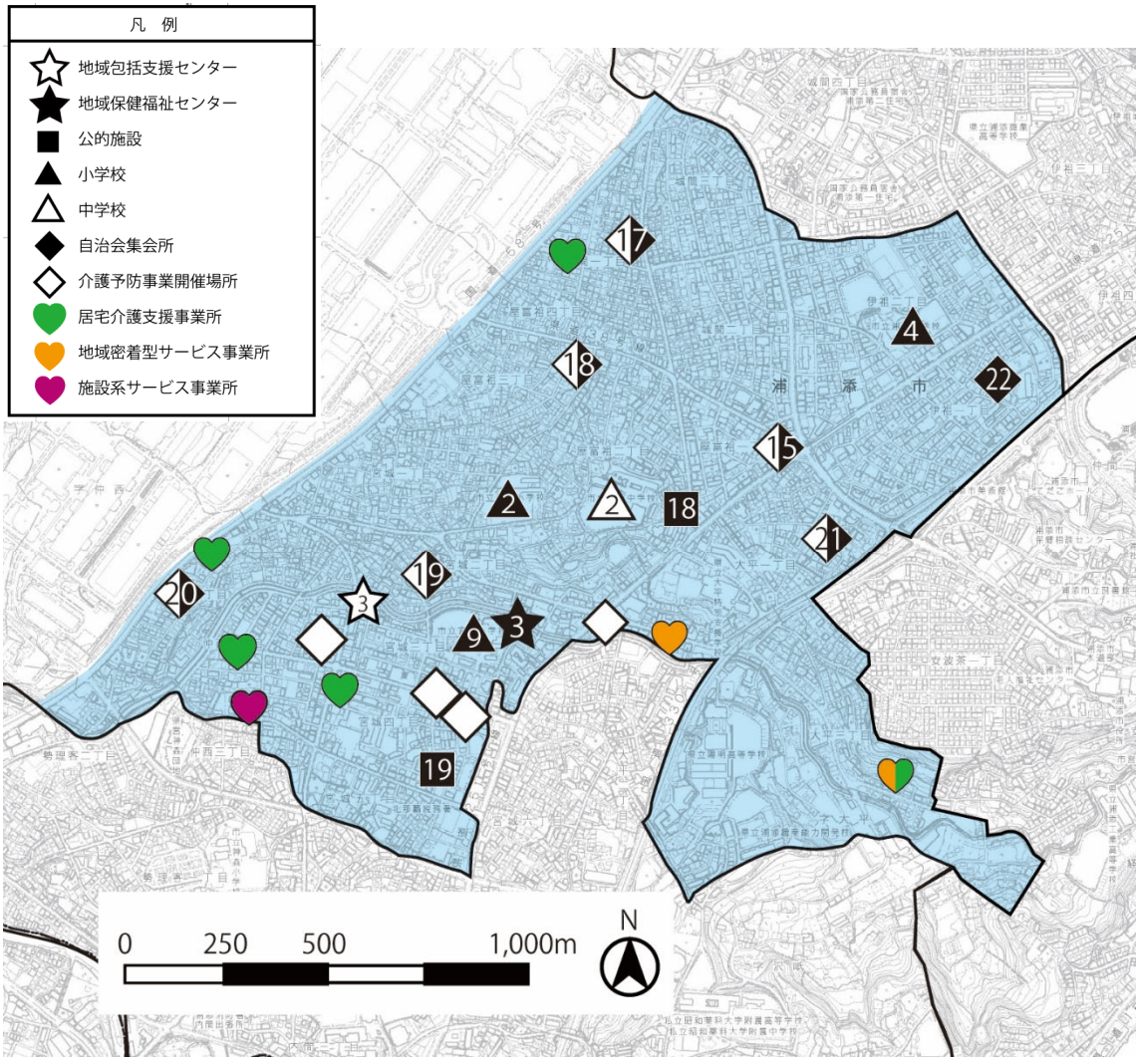
<圏域の現状> (令和2(2020)年9月末現在)

- ・人口 29,739 人
- ・世帯総数 13,941 世帯
- ・65歳以上人口(対人口比) 5,884 人 (19.8%)
  - ・65～74歳人口 3,132 人
  - ・75歳以上人口 2,752 人
- ・高齢者世帯
  - ・高齢単身世帯 2,071 世帯
  - ・高齢者のみの世帯 992 世帯
  - ・高齢者のいる世帯 1,342 世帯
- ・要介護(要支援)認定者 1,023 人 (2号含む)
  - ・65歳以上の認定者 997 人
  - ・65歳以上人口に占める認定者割合 (16.9%)
  - ・要介護 826 人/要支援 171 人

<地域社会基盤等の現状>

- ・自治会数 6 自治会 (R 2.10 末)
- ・自治会加入率 14.9% (R 2.10 末)
- ・民生委員児童委員数 20 人 (R 2.9 末)
- ・老人クラブ会員数 267 人 (R 2.4 末)  
(65歳以上人口に占める割合 4.5%)
- ・生きいき健康クラブ実施場所 5 か所  
(自治会集会所以外での実施を含む)
- ・ふれあいサロン実施場所 5 か所
- ・介護予防活動等サークル 1 サークル  
(自治会集会所以外での実施を含む)
- ・自治会活動サークル 30 サークル

<社会資源マップ>



**圏域名：仲西中学校区**

<社会資源一覧>

☆地域包括支援センター

番号	名称	所在地
3	浦添市地域包括支援センターライフサポート	宮城3-13-12

★地域保健福祉センター

番号	名称	所在地
3	仲西中学校区 地域保健福祉センター	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)

▲小学校

番号	名称	所在地
2	仲西小学校	屋富祖2-32-1
4	浦城小学校	伊祖2-13-1
9	宮城小学校	宮城3-7-3

△中学校

番号	名称	所在地
2	仲西中学校	屋富祖2-13-1

◆自治会集会所

番号	名称	所在地	生きいき健康クラブ実施	ふれあいサロン実施	ピラティス体操サークル実施	栄養サークル実施	いきいき百歳体操サークル実施
17	城間自治会集会所	城間1-9-1	○				
18	屋富祖自治会集会所	屋富祖3-1-1	○	○			○
19	宮城自治会集会所	宮城2-22-3	○	○			
20	仲西自治会集会所	仲西1-3-11	○	○			
21	大平自治会集会所	大平1-15-5	○	○			
22	浅野浦自治会集会所	伊祖1-25-2		○			

圏域名：仲西中学校区

<地区の将来人口等>	(現状)		(将来推計)			(単位：人)
	H29 2017	R 2 2020	R 3 2021	R 4 2022	R 5 2023	R 7 2025
・人口	29,750	29,739	29,806	29,898	29,991	30,161
・65歳以上人口	5,396	5,884	6,010	6,145	6,283	6,550
・65～74歳人口	2,713	3,132	3,278	3,296	3,263	3,230
・75歳以上人口	2,683	2,752	2,732	2,849	3,020	3,320
・要介護(要支援)認定者	830	997	1,019	1,059	1,104	1,184

※将来推計は、令和2(2020)年9月現在の各地区の市全体に対する割合で算出 各年9月末  
 ※要介護(要支援)認定者数は65歳以上(第1号被保険者)

<地区レベルの施策> (○住民参加による施策の推進 ※関係機関等による施策の推進)

**目標1 いつまでも自分らしくいきいきと暮らす**

- 総合健診等の各種健(検)診を定期的に受診し、自分の健康状態を把握しましょう。そして若い世代から年齢に応じた高血圧などの生活習慣病予防やフレイル予防に取り組み、健康の保持増進に努めましょう。
- 「てだこウォーク」などの運動やスポーツのイベントに参加しましょう。
- 介護予防普及啓発事業に、友人や地域の方と誘い合って参加しましょう。
- ※介護予防に関わる専門機関等は地域の介護予防に関するニーズを把握し、運動器の機能の維持向上と転倒予防、口腔ケア、閉じこもりや認知症予防についても取り組みます。
- 既存の地域活動や身近な地域資源、自治会集会所を活用し、心身機能が低下しても気軽に利用できる通いの場の充実に努めましょう。
- ※関係機関の連携のもと、歩いていける身近な所での通いの場が実施できるよう働きかけます。
- 地域のボランティア活動に参加しましょう。
- 自治会集会所等を利用し、自主サークルの活動に取り組みましょう
- 自治会集会所等で開催される生涯学習講座等を受講しましょう。
- 小中学校の体育館や社会体育施設等を活用し、スポーツを楽しみましょう。
- 地域の老人クラブ活動に参加しましょう。

**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**

- 認知症について、早期の発見・早期対応が大切であることから、認知症に関する理解を深めましょう。
- 相談、支援が必要な場合は、「地域包括支援センターライフサポート」等の身近な相談窓口を利用しましょう。
- 人生の最終段階における医療や介護、暮らし方などに関して本人や家族が自己決定できるよう、人生について考えてみましょう。

**目標3 安心安全な住まいと支え合いのある地域**

- 地域の見守り等の福祉活動に参加してみましょう。ゴミ出し等ちょっとしたお手伝いができる体制を地域で検討してみましょう。
- 地域の敬老行事や地域活動に参加し、世代間交流を深めましょう。
- 災害等に備えて、自治会や自主防災組織等が開催する避難訓練に参加するとともに、日頃から地域であいさつや声かけを行いましょ。
- 「災害時要援護者避難支援制度」への理解を深め、避難時に支援が必要な高齢者等へは登録を促しましょう。

<圏域内の地域密着型サービス>

- ・小規模多機能型居宅介護 1 場所 (介護予防小規模多機能型居宅介護)
- ・認知症対応型通所介護 1 場所 (介護予防認知症対応型通所介護)

## 圏域名：神森中学校区

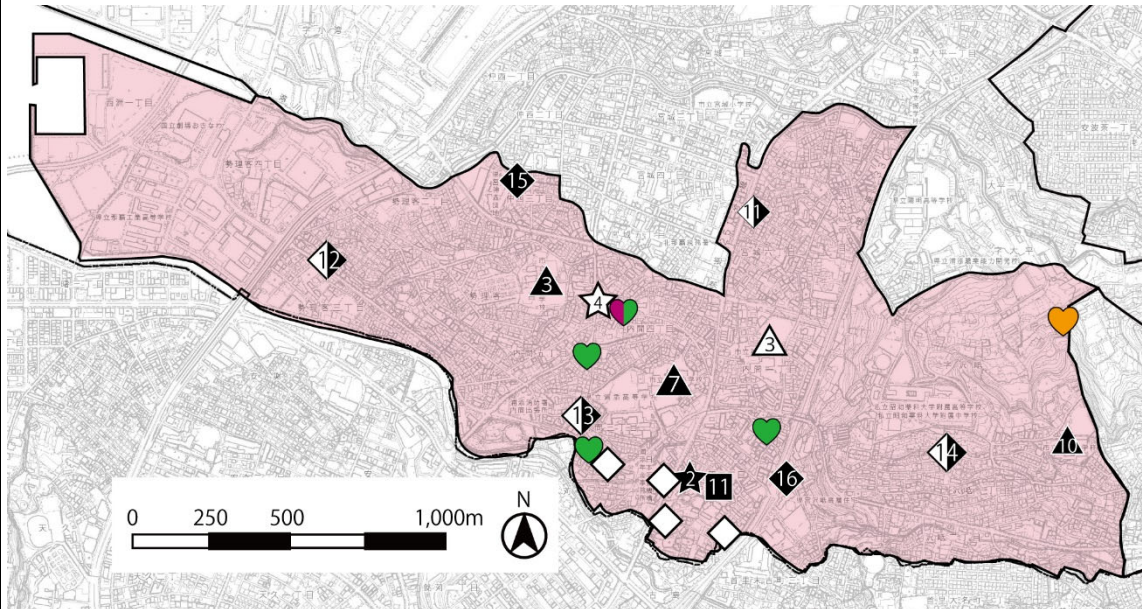
### <圏域の現状> (令和2(2020)年9月末現在)

- ・人口 24,163 人
- ・世帯総数 10,720 世帯
- ・65歳以上人口(対人口比) 4,730 人(19.6%)
  - ・65～74歳人口 2,397 人
  - ・75歳以上人口 2,333 人
- ・高齢者世帯
  - ・高齢単身世帯 1,457 世帯
  - ・高齢者のみの世帯 839 世帯
  - ・高齢者のいる世帯 1,156 世帯
- ・要介護(要支援)認定者 693 人(2号含む)
  - ・65歳以上の認定者 668 人
  - ・65歳以上人口に占める認定者割合(14.1%)
    - ・要介護 562 人 / 要支援 106 人

### <地域社会基盤等の現状>

- ・自治会数 6 自治会 (R 2.10 末)
- ・自治会加入率 19.6% (R 2.10 末)
- ・民生委員児童委員数 27 人 (R 2.9 末)
- ・老人クラブ会員数 198 人 (R 2.4 末)  
(65歳以上人口に占める割合 4.2%)
- ・生きいき健康クラブ実施場所 5 か所  
(自治会集会所以外での実施を含む)
- ・ふれあいサロン実施場所 4 か所
- ・介護予防活動等サークル 1 サークル  
(自治会集会所以外での実施を含む)
- ・自治会活動サークル 27 サークル

### <社会資源マップ>



凡 例	
☆	地域包括支援センター
★	地域保健福祉センター
■	公的施設
▲	小学校
△	中学校
◆	自治会集会所
◇	介護予防事業開催場所
♥	居宅介護支援事業所
♡	地域密着型サービス事業所
♥	施設系サービス事業所

**圏域名：神森中学校区**

＜社会資源一覧＞

☆地域包括支援センター

番号	名称	所在地
4	浦添市地域包括支援センター ていだ	内間4-23-21

★地域保健福祉センター

番号	名称	所在地
2	神森中学校区 地域保健福祉センター	内間2-18-2-101号(浦添市地域福祉センター内)

▲小学校

番号	名称	所在地
3	神森小学校	勢理客1-4-1
7	内間小学校	内間4-3-1
10	沢岬小学校	沢岬998

△中学校

番号	名称	所在地
3	神森中学校	内間1-6-1

■公的施設

番号	名称	所在地
11	浦添市地域福祉センター	内間2-18-2-101号

◆自治会集会所 ※自治会集会所以外での実施あり 欄外に記載

番号	名称	所在地	生きいき健康クラブ実施	ふれあいサロン実施	ピラティス体操サークル実施	いきいき百歳体操サークル実施
11	小湾自治会集会所	宮城6-13-1	○			
12	勢理客自治会集会所	勢理客2-19-20	○	○		
13	内間自治会集会所	内間3-15-1	○		○	
14	沢岬自治会集会所	沢岬1-31-1	○	○		
15	神森自治会集会所	仲西3-11-1 1号棟1階		○		
16	県営沢岬高層住宅自治会集会所	沢岬2-18-1		○		

※生きいき健康クラブ：浦添市地域福祉センター

※ピラティス体操サークル：浦添市地域福祉センター（ピラティス体操うちま）

圏域名：神森中学校区

<地区の将来人口等>	(現状)		(将来推計)			(単位：人)
	H29 2017	R 2 2020	R 3 2021	R 4 2022	R 5 2023	R 7 2025
・人口	24,010	24,163	24,218	24,293	24,367	24,506
・65歳以上人口	4,416	4,730	4,824	4,938	5,057	5,287
・65～74歳人口	2,189	2,397	2,508	2,522	2,497	2,472
・75歳以上人口	2,227	2,333	2,316	2,416	2,560	2,815
・要介護(要支援)認定者	622	668	683	709	740	794

※将来推計は、令和2(2020)年9月現在の各地区の市全体に対する割合で算出 各年9月末

※要介護(要支援)認定者数は65歳以上(第1号被保険者)

<地区レベルの施策> (○住民参加による施策の推進 ※関係機関等による施策の推進)

**目標1 いつまでも自分らしくいきいきと暮らす**

- 総合健診等の各種健(検)診を定期的に受診し、自分の健康状態を把握しましょう。そして若い世代から年齢に応じた高血圧などの生活習慣病予防やフレイル予防に取り組み、健康の保持増進に努めましょう。
- 「てだこウォーク」などの運動やスポーツのイベントに参加しましょう。
- 介護予防普及啓発事業に友人や地域の方と誘い合って参加しましょう。
- ※関係機関の連携のもと、地域の介護予防に関するニーズを把握し、認知症予防について取り組みます。
- 既存の地域活動や身近な地域資源、自治会集会所を活用し、心身機能が低下しても気軽に利用できる通いの場の充実に努めましょう。
- ※関係機関の連携のもと、歩いて行くことができる身近な所での通いの場が実施できるよう働きかけます。
- 地域のボランティア活動に参加しましょう。
- 中学校区地域保健福祉センターや自治会集会所等を利用し、自主サークルの活動に取り組みましょう。
- 自治会集会所等で開催される生涯学習講座等を受講しましょう。
- 小中学校の体育館や社会体育施設等を活用し、スポーツを楽しみましょう。
- 地域の老人クラブ活動に参加しましょう。

**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**

- 認知症について、早期の発見・早期対応が大切であることから、認知症に関する理解を深めましょう。
- 相談、支援が必要な場合には、「地域包括支援センターてだ」等の身近な相談窓口を利用しましょう。
- 人生の最終段階における医療や介護、暮らし方などに関して本人や家族が自己決定できるよう、人生について考えてみましょう。

**目標3 安心安全な住まいと支え合いのある地域**

- 地域の見守り等の福祉活動に参加してみましょう。
- ゴミ出し等ちょっとしたお手伝いができる体制を地域で検討してみましょう。
- 災害時に備えて、自治会や自主防災組織等が開催する避難訓練に参加するとともに、日頃から地域であいさつや声かけを行いましょ。
- 「災害時要援護者避難支援制度」への理解を深め、避難時に支援が必要な高齢者等へは登録を促しましょう。
- 住み慣れた地域で暮らし続けていくために、身近な地域にある介護保険サービスや医療サービス等を利用しましょう。

<圏域内の地域密着型サービス>

小規模多機能型居宅介護 1か所(介護予防小規模多機能型居宅介護)

認知症対応型共同生活介護 1か所(介護予防認知症対応型共同生活介護)

圏域名：港川中学校区

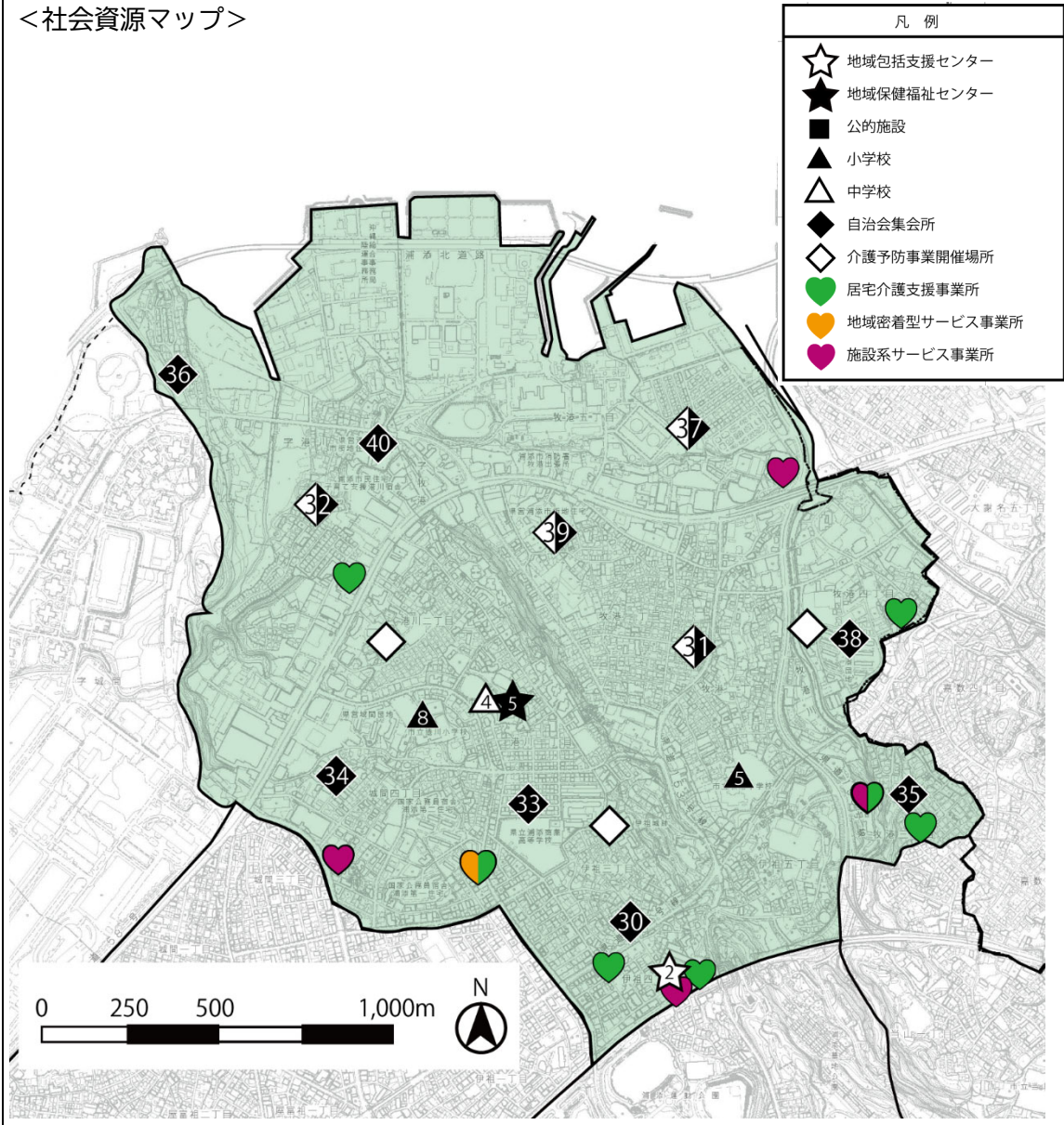
<圏域の現状> (令和2(2020)年9月末現在)

- ・人口 24,117 人
- ・世帯総数 10,498 世帯
- ・65歳以上人口(対人口比) 4,686人(19.4%)
  - ・65～74歳人口 2,525人
  - ・75歳以上人口 2,161人
- ・高齢者世帯
  - ・高齢単身世帯 1,437世帯
  - ・高齢者のみの世帯 834世帯
  - ・高齢者のいる世帯 1,181世帯
- ・要介護(要支援)認定者 672人(2号含む)
  - ・65歳以上の認定者 653人
  - ・65歳以上人口に占める認定者割合(13.9%)
    - ・要介護515人/要支援138人

<地域社会基盤等の現状>

- ・自治会数 11自治会(R2.10末)
- ・自治会加入率 20.7%(R2.10末)
- ・民生委員児童委員数 23人(R2.9末)
- ・老人クラブ会員数 279人(R2.4末)  
(65歳以上人口に占める割合6.0%)
- ・生きいき健康クラブ実施場所 6か所  
(自治会集会所以外での実施を含む)
- ・ふれあいサロン実施場所 4か所
- ・介護予防活動等サークル 5サークル  
(自治会集会所以外での実施を含む)
- ・自治会活動サークル 31サークル

<社会資源マップ>



**圏域名：港川中学校区**

<社会資源一覧>

☆地域包括支援センター

番号	名称	所在地
2	浦添市地域包括支援センターみなとん	伊祖4-16-1 アルカディアビル1階

★地域保健福祉センター

番号	名称	所在地
5	港川中学校区 地域保健福祉センター	港川1-1-1(港川中学校内2階)

▲小学校

番号	名称	所在地
5	牧港小学校	牧港2-14-1
8	港川小学校	城間4-37-1

△中学校

番号	名称	所在地
4	港川中学校	港川1-1-1

◆自治会集会所 ※自治会集会所以外での実施あり 欄外に記載

番号	名称	所在地	生きいき健康クラブ 実施	ふれあい サロン実施	ピラティス 体操サークル 実施	いきいき百歳 体操サークル 実施
30	伊祖自治会集会所	伊祖3-35-6				
31	牧港自治会集会所	牧港1-4-6	○			
32	港川自治会集会所	港川326	○	○		○
33	緑ヶ丘自治会集会所	港川1-6-8		○		
34	浦城自治会集会所	城間4-9-8			○	○
35	牧港ハイツ自治会集会所	牧港3-17-13		○		
36	港川崎原自治会集会所	字港川577-4		○		
37	上野自治会集会所	牧港5-19-2	○			
38	マチナトタウン自治会 集会所	牧港4-1-15				
39	浦添市街地住宅自治会 集会所	牧港1-59-1	○			
40	県営港川団地自治会 集会所	港川(字)458-1	○			○

※生きいき健康クラブ：ユアサハイム

※いきいき百歳体操：ユアサハイム

圏域名：港川中学校区

<地区の将来人口等>	(現状)		(将来推計)			(単位：人)
	H29 2017	R 2 2020	R 3 2021	R 4 2022	R 5 2023	R 7 2025
・人口	23,709	24,117	24,172	24,246	24,321	24,460
・65歳以上人口	4,172	4,686	4,787	4,894	5,002	5,211
・65～74歳人口	2,213	2,525	2,642	2,657	2,631	2,604
・75歳以上人口	1,959	2,161	2,145	2,237	2,371	2,607
・要介護(要支援)認定者	518	653	667	694	723	776

※将来推計は、平成29(2017)年現在の各地区の市全体に対する割合で算出 各年9月末

※要介護(要支援)認定者数は65歳以上(第1号被保険者)

<地区レベルの施策> (○住民参加による施策の推進 ※関係機関等による施策の推進)

**目標1 いつまでも自分らしくいきいきと暮らす**

- 総合健診等の各種健(検)診を定期的に受診し、自分の健康状態を把握しましょう。そして若い世代から年齢に応じた糖尿病などの生活習慣病予防やフレイル予防に取り組み、健康の保持増進に努めましょう。
  - 「てだこウォーク」などの運動やスポーツのイベントに参加しましょう。
  - 介護予防普及啓発事業に友人や地域の方と誘い合って参加しましょう。
  - 既存の地域活動や身近な地域資源、自治会集会所を活用し、心身機能が低下しても気軽に利用できる通いの場の充実に努めましょう。
- ※関係機関の連携のもと、歩いていける身近な所での通いの場が実施できるよう働きかけます。また、集合住宅などの管理組合と連携し、集いの場などへの参加を促進します。
- 地域のボランティア活動に参加しましょう。
  - 中学校区地域保健福祉センターや自治会集会所等を利用し、自主サークルの活動に取り組みましょう。
  - 自治会集会所等で開催される生涯学習講座等を受講しましょう。
  - 小中学校の体育館や社会体育施設等を活用し、スポーツを楽しみましょう。
  - 地域の老人クラブ活動に参加しましょう。

**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**

- 認知症について、早期の発見・早期対応が大切であることから、認知症に関する理解を深めましょう。
- 相談、支援が必要な場合には、「地域包括支援センターみなとん」等の身近な相談窓口を利用しましょう。
- 人生の最終段階における医療や介護、暮らし方などに関して本人や家族が自己決定できるよう、人生について考えてみましょう。

**目標3 安心安全な住まいと支え合いのある地域**

- 地域の見守り等の福祉活動に参加してみましょう。
- 災害時に備えて、自治会や自主防災組織等が開催する避難訓練に参加するとともに、日頃から地域であいさつや声かけを行いましょ。
- 「災害時要援護者避難支援制度」への理解を深め、避難時に支援が必要な高齢者等へは登録を促しましょう。

<圏域内の地域密着型サービス>

- 小規模多機能型居宅介護 1か所(介護予防小規模多機能型居宅介護)
- 地域密着型特定施設入居者生活介護(1か所)

圏域名：浦西中学校区

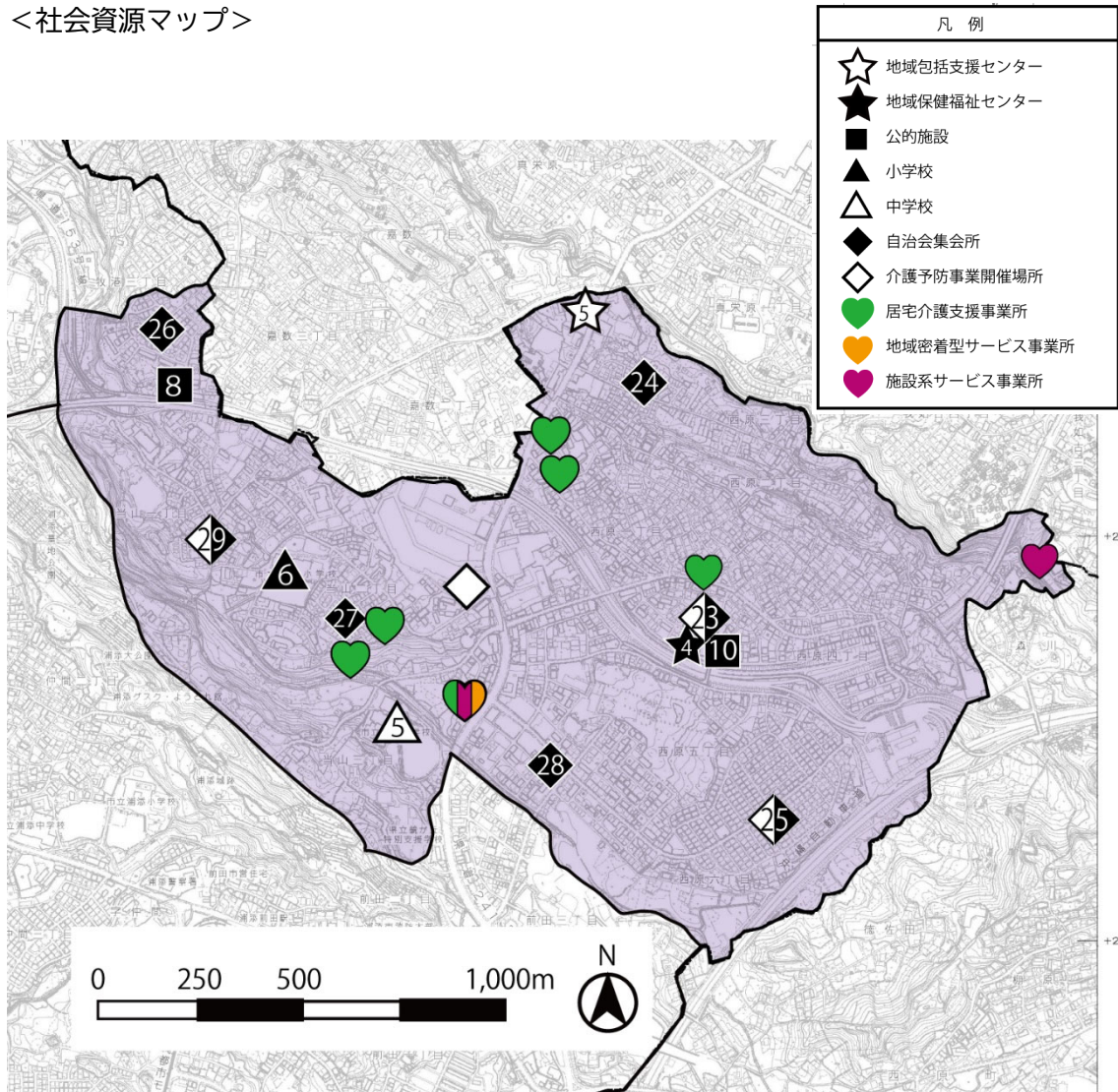
<圏域の現状> (令和2(2020)年9月末現在)

- ・人口 14,400 人
- ・世帯総数 6,143 世帯
- ・65 歳以上人口 (対人口比) 2,686 人 (18.7%)
  - ・65～74 歳人口 1,646 人
  - ・75 歳以上人口 1,040 人
- ・高齢者世帯
  - ・高齢単身世帯 666 世帯
  - ・高齢者のみの世帯 510 世帯
  - ・高齢者のいる世帯 695 世帯
- ・要介護(要支援)認定者 336 人 (2号含む)
  - ・65 歳以上の認定者 329 人
  - ・65 歳以上人口に占める認定者割合 (12.2%)
    - ・要介護 284 人 / 要支援 45 人

<地域社会基盤等の現状>

- ・自治会数 8 自治会 (R 2.10 末)
- ・自治会加入率 25.7% (R 2.10 末)
- ・民生委員児童委員数 13 人 (R 2.9 末)
- ・老人クラブ会員数 347 人 (R 2.4 末)  
(65 歳以上人口に占める割合 12.9%)
- ・生きいき健康クラブ実施場所 3 か所  
(自治会集会所以外での実施を含む)
- ・ふれあいサロン実施場所 3 か所
- ・介護予防活動等サークル 3 サークル  
(自治会集会所以外での実施を含む)
- ・自治会活動サークル 20 サークル

<社会資源マップ>



圏域名：浦西中学校区

<社会資源一覧>

☆地域包括支援センター

番号	名称	所在地
5	浦添市地域包括支援センター ゆいまある	西原2-3-7 1階

★地域保健福祉センター

番号	名称	所在地
4	浦西中学校区 地域保健福祉センター	西原4-11-8(浦添市かりゆしセンター2階)

▲小学校

番号	名称	所在地
6	当山小学校	当山2-34-1

△中学校

番号	名称	所在地
5	浦西中学校	当山3-1-1

■公的施設

番号	名称	所在地
8	浦添市中央公民館分館	牧港3-40-6
10	浦添市かりゆしセンター	西原4-11-8

◆自治会集会所 ※自治会集会所以外での実施あり 欄外に記載

番号	名称	所在地	生きいき健康クラブ実施	ふれあいサロン実施	ピラティス体操サークル実施	いきいき百歳体操サークル実施
23	西原一区・西原二区自治会集会所	西原4-11-8	○	○		
24	広栄自治会集会所	西原3-8-2		○		
25	浦西自治会集会所	西原6-22-1	○		○	
26	安川自治会集会所	牧港3-30-8				○
27	当山ハイツ自治会集会所	当山2-19-15		○		
28	陽迎橋自治会集会所	西原5-12-6-103				
29	当山自治会集会所	当山2-37-6	○			

※ピラティス体操サークル：浦添市かりゆしセンター（ピラティスひまわり）

圏域名：浦西中学校区

<地区の将来人口等>	(現状)		(将来推計)			(単位：人)
	H29 2017	R 2 2020	R 3 2021	R 4 2022	R 5 2023	R 7 2025
・人口	14,476	14,400	14,433	14,477	14,522	14,604
・65歳以上人口	2,312	2,686	2,755	2,809	2,856	2,953
・65～74歳人口	1,387	1,646	1,723	1,732	1,715	1,698
・75歳以上人口	925	1,040	1,032	1,077	1,141	1,255
・要介護(要支援)認定者	306	329	336	350	364	391

※将来推計は、令和2（2020）年9月現在の各地区の市全体に対する割合で算出 各年9月末  
 ※要介護（要支援）認定者数は65歳以上（第1号被保険者）

<地区レベルの施策>（○住民参加による施策の推進 ※関係機関等による施策の推進）

**目標1 いつまでも自分らしくいきいきと暮らす**

- 総合健診等の各種健(検)診を定期的に受診し、自分の健康状態を把握しましょう。そして若い世代から年齢に応じた高血圧などの生活習慣病予防やフレイル予防に取り組み、健康の保持増進に努めましょう。
- 「てだこウォーク」などの運動やスポーツのイベントに参加しましょう。
- 介護予防普及啓発事業に、友人や地域の方と誘い合って参加しましょう。
- 既存の地域活動や身近な地域資源、自治会集会所を活用し、心身機能が低下しても気軽に利用できる通いの場の充実に努めましょう。
- ※関係機関の連携のもと、歩いていける身近な所での通いの場が実施できるよう働きかけます。
- 地域のボランティア活動に参加しましょう。
- かりゆしセンターや自治会集会所等を利用し、自主サークルの活動に取り組みましょう。
- かりゆしセンター等で開催される生涯学習講座等を受講しましょう。
- 小中学校の体育館や社会体育施設等を活用し、スポーツを楽しみましょう。

**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**

- 認知症について、早期の発見・早期対応が大切であることから、認知症に関する理解を深めましょう。
- 相談、支援が必要な場合には、「地域包括支援センターゆいまある」等の身近な相談窓口を利用しましょう。
- 人生の最終段階における医療や介護、暮らし方などに関して本人や家族が自己決定できるよう、人生について考えてみましょう。

**目標3 安心安全な住まいと支え合いのある地域**

- 地域の見守り等の福祉活動に参加してみましょう。
- ゴミ出し等ちょっとしたお手伝いができる体制を地域で検討してみましょう。
- 災害時に備えて、自治会や自主防災組織等が開催する避難訓練に参加するとともに、日頃から地域であいさつや声かけを行いましょう。
- 「災害時要援護者避難支援制度」への理解を深め、避難時に支援が必要な高齢者等へは登録を促しましょう。

<圏域内の地域密着型サービス>

- 認知症対応型通所介護 1か所（介護予防認知症対応型通所介護）
- 認知症対応型共同生活介護 1か所（介護予防認知症対応型共同生活介護）