資料2

第2回
御坊市介護保険事業計画
策定委員会
ワークショップ資料

令和8年10月21日（水）

御坊市健康長寿課

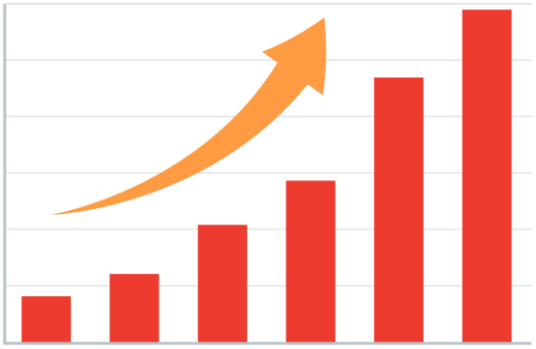
これからの御坊市と介護保険のあり方



2040年を見据えて
地域に、私たちにできることは？

介護を社会で支えるしくみが介護保険制度

介護保険が始まった背景



1. 高齢化の急速な進展
   - 介護を必要とする高齢者の増加
   - 介護期間の長期化
2. 核家族化と介護者の高齢化
3. 医療費の増大
   - 医療技術の進歩
   - 社会的入院



介護が必要になったとき、本人や家族だけで
抱え込まないために（介護の社会化）

自己決定（選択の自由）

介護保険の目的（介護保険法第１条）

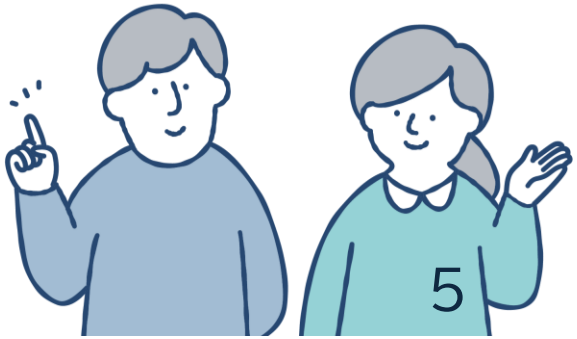
この法律は、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設け、その行う保険給付等に関して必要な事項を定め、もって国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。



国民の努力及び義務（介護保険法第4条）

国民は、自ら要介護状態となることを予防するため、加齢に伴って生ずる心身の変化を自覚して常に健康の保持増進に努めるとともに、要介護状態となった場合においても、進んでリハビリテーションその他の適切な保健医療サービス及び福祉サービスを利用することにより、その有する能力の維持向上に努めるものとする。

国民は、共同連帯の理念に基づき、介護保険事業に要する費用を公平に負担するものとする。



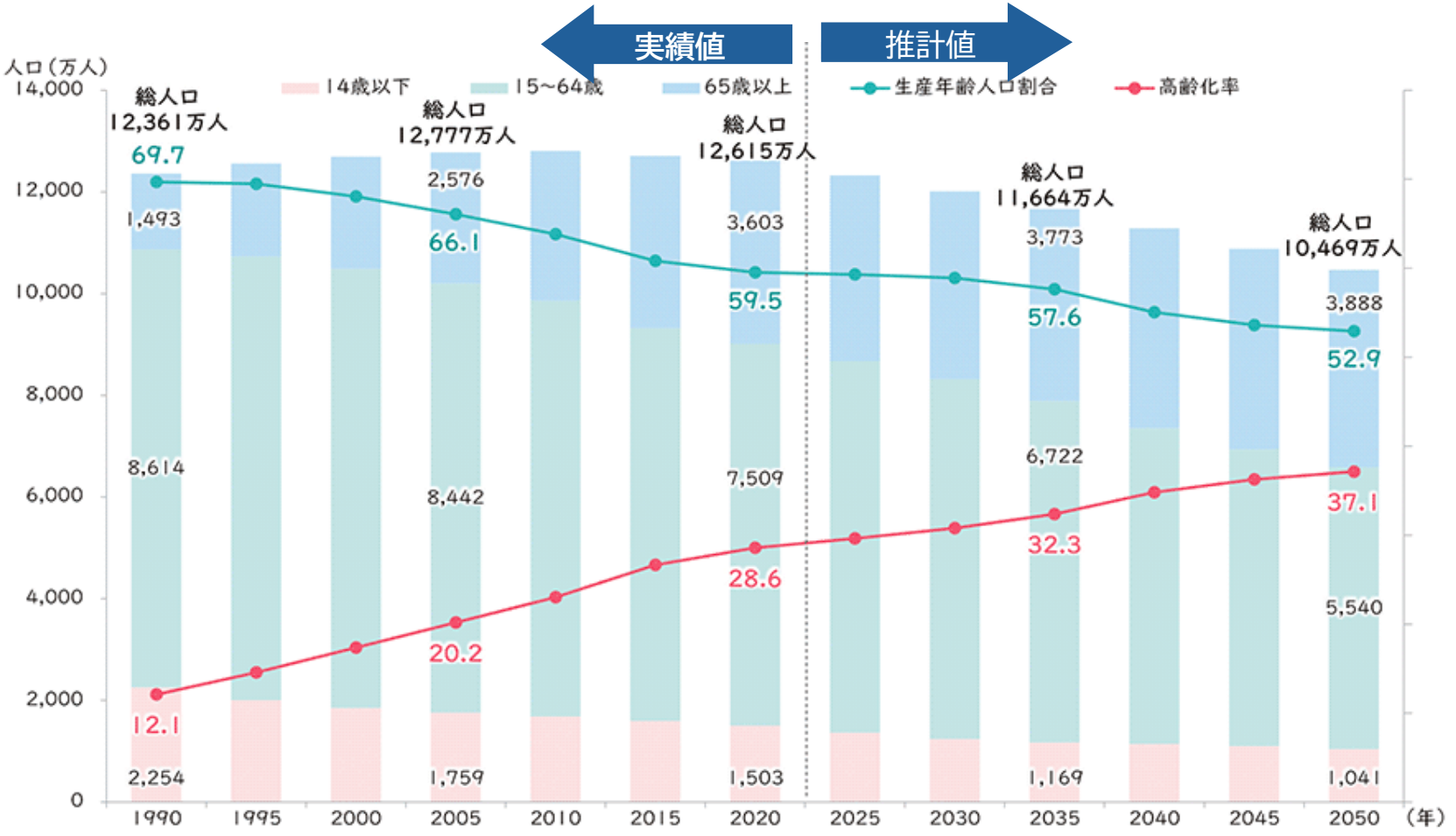
国及び地方公共団体の責務（介護保険法第5条）

国及び地方公共団体は、被保険者が、可能な限り、住み慣れた地域でその有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、保険給付に係る保健医療サービス及び福祉サービスに関する施策、要介護状態等となることの予防又は要介護状態等の軽減若しくは悪化の防止のための施策並びに地域における自立した日常生活の支援のための施策を、医療及び居住に関する施策との有機的な連携を図りつつ包括的に推進するよう努めなければならない。

国及び地方公共団体は、前項の規定により同項に掲げる施策を包括的に推進するに当たっては、障害者その他の者の福祉に関する施策との有機的な連携を図るよう努めるとともに、地域住民が相互に人格と個性を尊重し合いながら、参加し、共生する地域社会の実現に資するよう努めなければならない。

高齢化率の上昇と生産年齢人口の減少

- 2050年、高齢化率37.1%、2.7人に1人が高齢者



資料：2020年までの人口は総務省「国勢調査」（2015年までは年齢不詳をあん分した人口、2020年は不詳補完値）
2025年以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（令和5年推計）」（出生中位（死亡中位）推計）

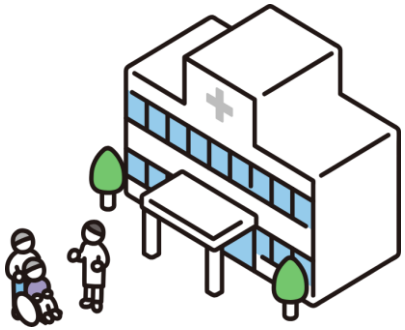
4つの助

- 人口減少社会、住み慣れた地域でよりよく暮らすために必要な自助と互助

自助	互助	共助	公助
• 基礎となるのは自助 • 自分で守る	• 「自助」を支える • 互いに守る	• 「互助」で難しい課題には共助 • みんなで守る	• 「自助」「互助」「共助」でも難しい課題には公助 • 行政による支援







御坊市の介護保険料は全国9位！



高齢者数



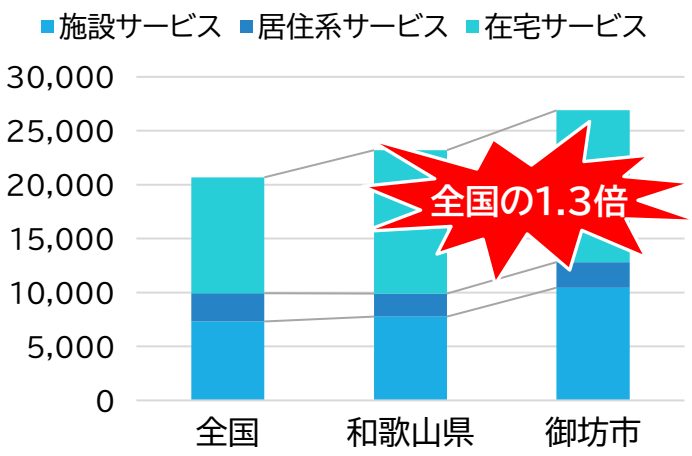
生産年齢人口数

保険料高額保険者

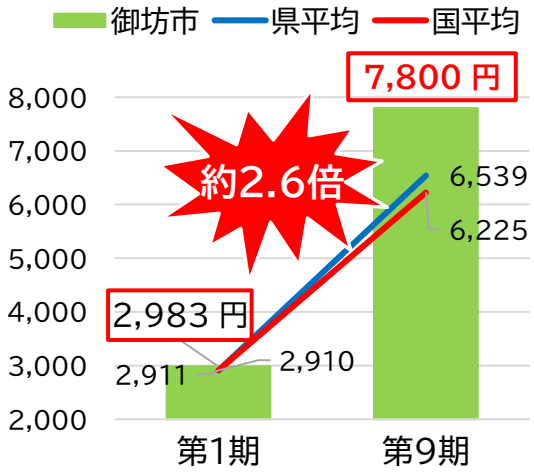
	都道府県	市町村	保険料
1	大阪府	大阪市	9,249
2	大阪府	守口市	8,970
3	大阪府	門真市	8,749
4	岩手県	西和賀町	8,100
5	青森県	七戸町	7,900
	東京都	檜原村	
	大阪府	松原市	
8	青森県	東北町	7,880
9	青森県	東通村	7,800
	秋田県	藤里町	
	千葉県	鋸南町	
	東京都	青ヶ島村	
	奈良県	天川村	
	和歌山県	御坊市	
	高知県	芸西村	
	全国平均		6,225

1.25倍以上

被保険者1人あたり給付月額(R5)



介護保険料





- 後期高齢者数が増加、生産年齢人口数は減少
- 被保険者1人あたり給付月額は全国平均の約1.3倍
- 制度開始から介護保険料は約2.6倍に　★和歌山県で最も高く、全国的にも高い

2040年、御坊市のこれから

- 2.3人に1人が高齢者
- 高齢者の1.8人に1人が75歳以上
- 6.6世帯に1世帯は高齢者の一人暮らし
- 未婚率の上昇から世帯として一人暮らしが増える
- 具合が悪いときは別居の子ども頼み

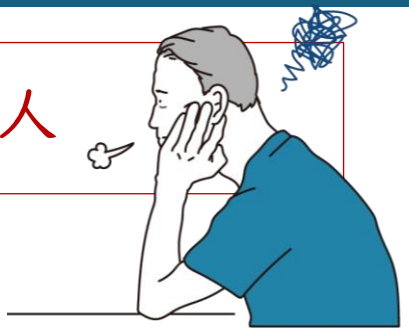


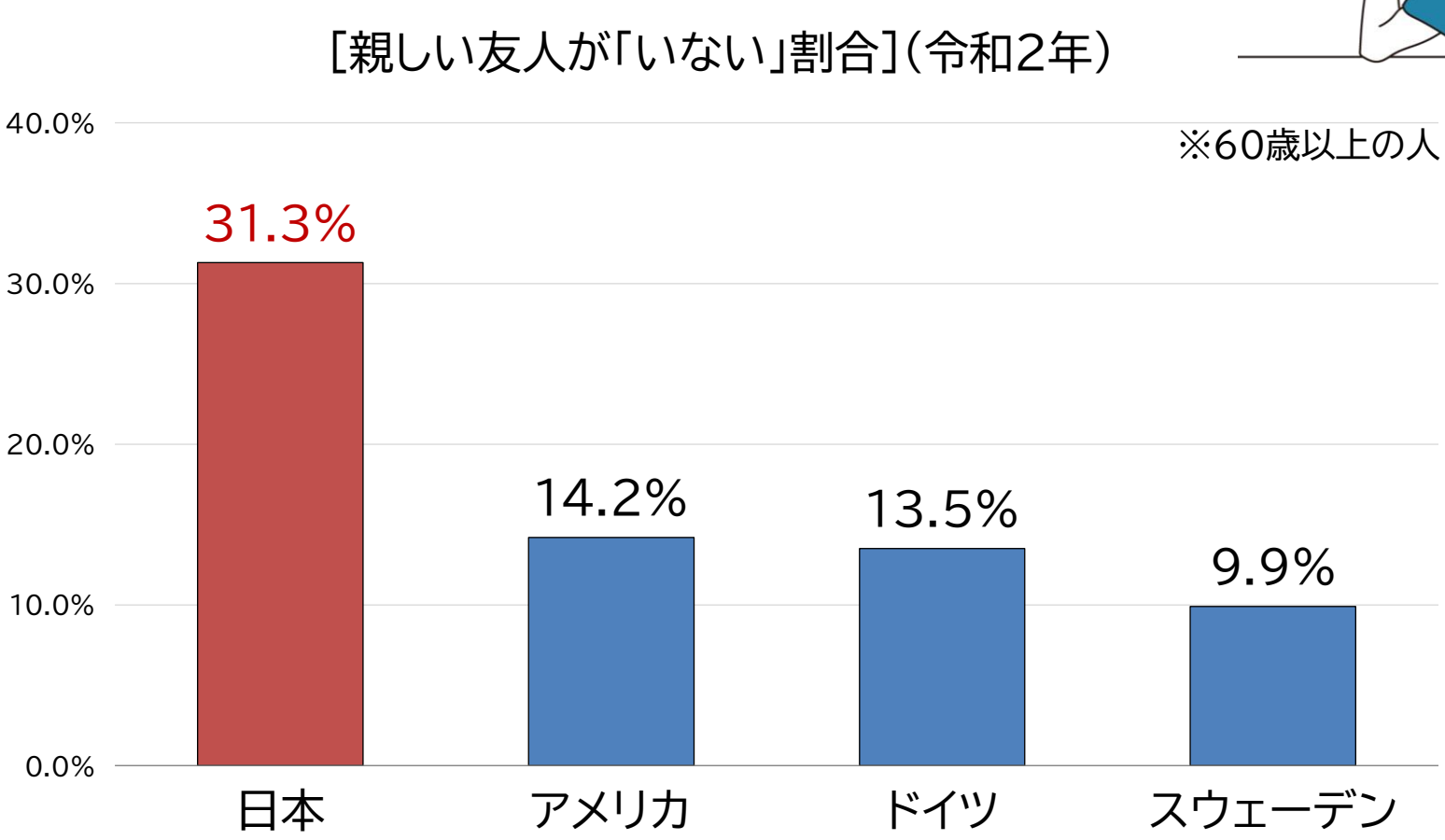
ここで暮らし続けるには、
「ちょっとお願い」が言える関係（つながり）が必要

海外比較

3人に1人は家族以外に親しい友人がいない

- 家族以外の親しい友人が「いない」日本は3人に1人





(資料)厚生労働省「令和3年版高齢社会白書」

2040年の介護保険制度はどう変わる？

1

介護を必要とする人



増える

2

介護にかかる負担



増える

3

支える人・お金



足りなくなる

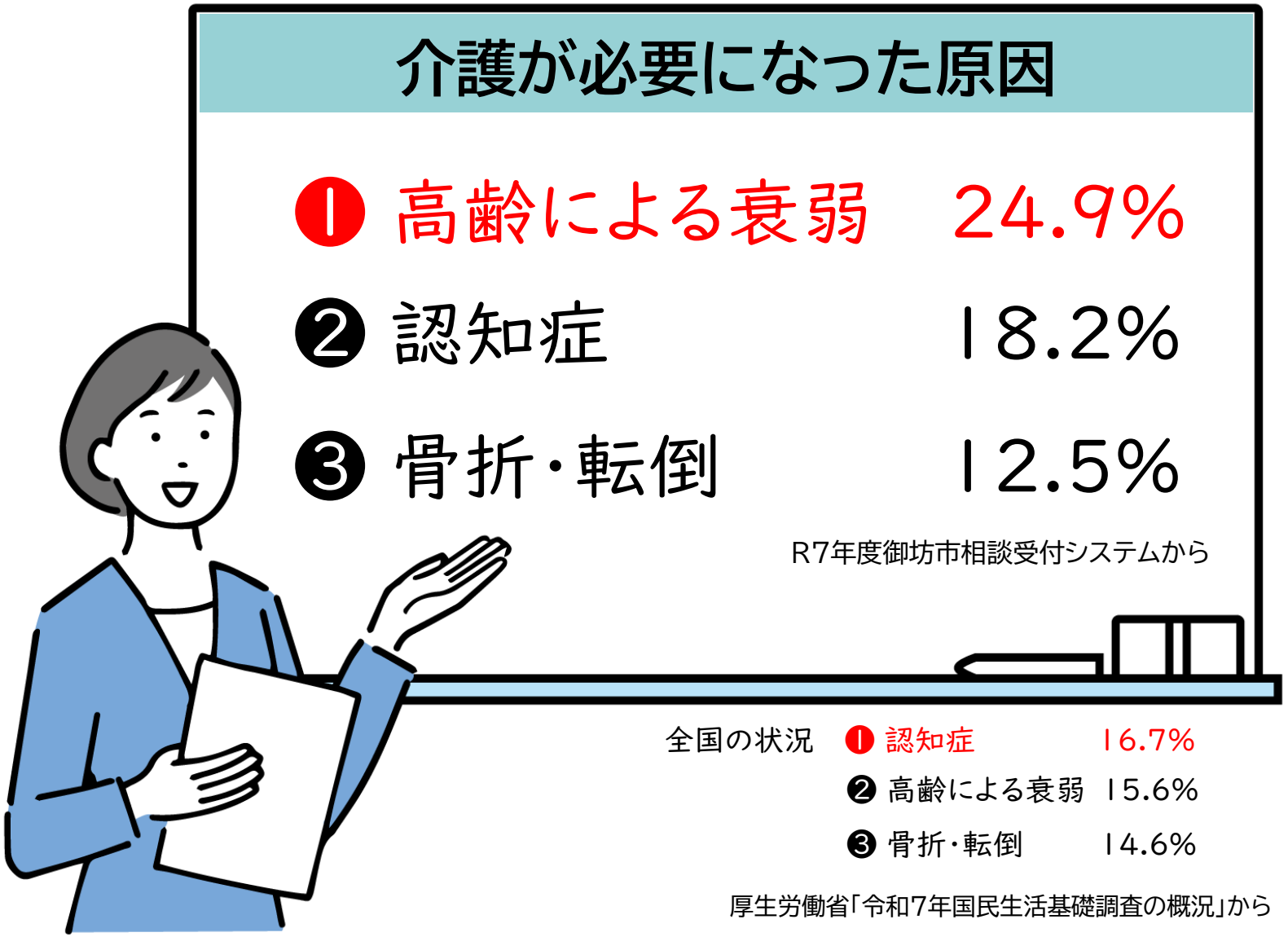
支えてほしい人 ↑

支える人 ↓



ギャップをどうやってうめるか

御坊市の介護のきっかけは高齢による衰弱



全国の状況
- ❶ 認知症 16.7%
- ❷ 高齢による衰弱 15.6%
- ❸ 骨折・転倒 14.6%

厚生労働省「令和7年国民生活基礎調査の概況」から

「サービス利用」が招く落とし穴

良かれと思って公的サービスで代行

家事援助や過度な身体介護を提供

動く機会が減る・主体性がなくなる

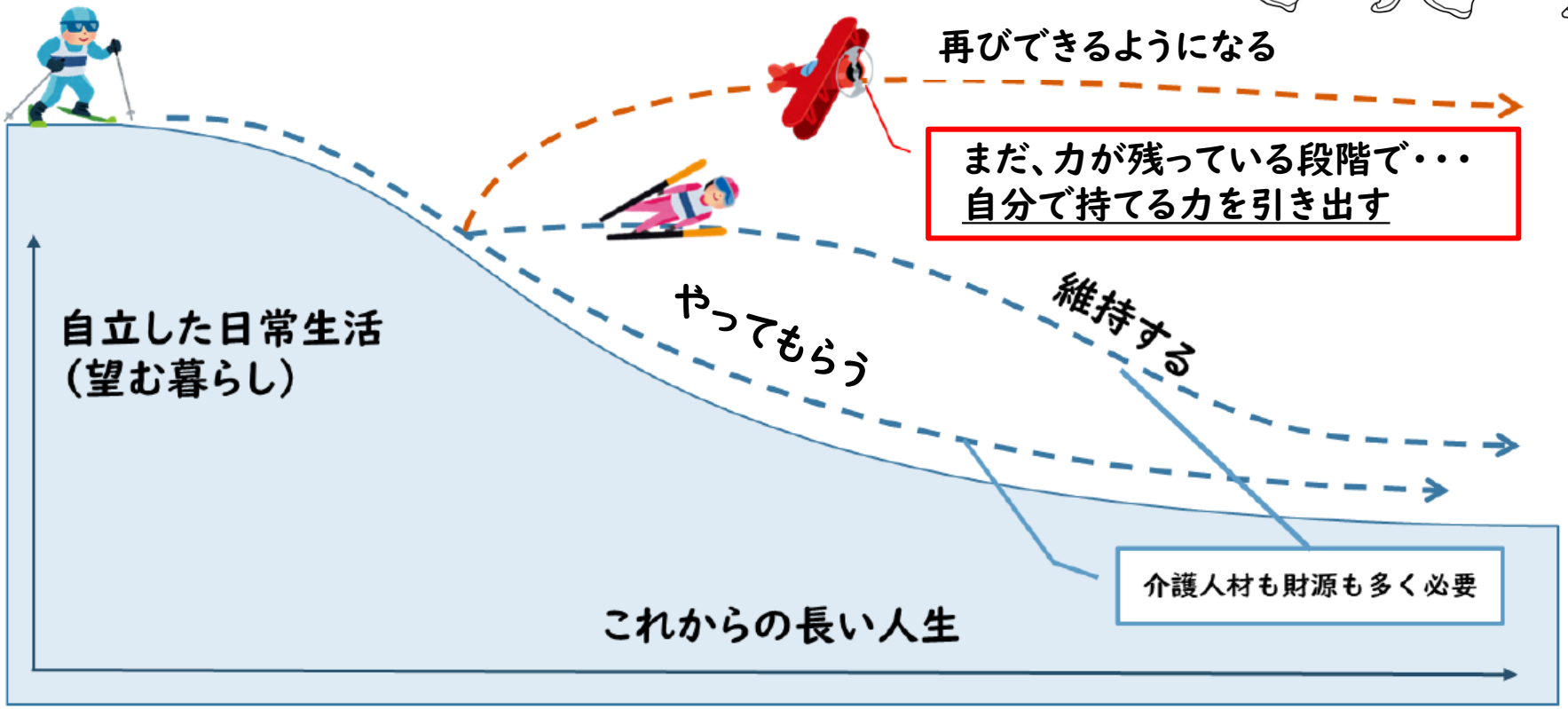
本人の今ある「力」を奪う

廃用症候群・依存の進行



「自分の力を引き出す」支援へ





出典：八王子市（一部改）

介護保険制度の理念

意思決定支援の尊重



- 自分で決めることを支える重要性

自立支援



- 今ある力と本人の可能性を考える

みんなで支える公的保険制度

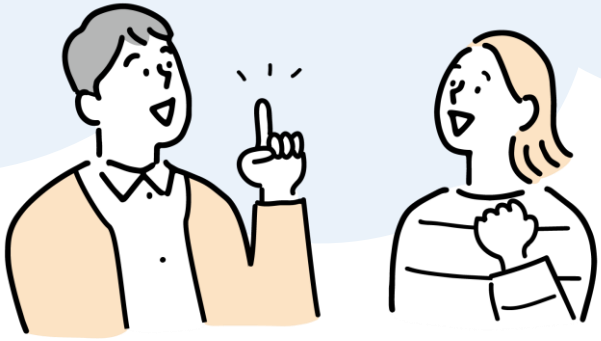


- 介護給付の適正化

話してみましょう

「少し元気がなくなってきた方」が
地域で元気に暮らし続けるために
どうすればいい？　なにがあればいい？

- 自由に意見を出し合ってみてください。
- 『正解』はありません。
- 「身近なご近所さん」を思い浮かべるような気持ちでワイワイ話してみましょう！



話してみましょう　これからどうする？

ワーク

デイサービスとか
行きたくない

Aさん
76歳　男性
一人暮らし



定年退職後、
農業をしていた

健診は受けた
ことがない

生活に困っている
ことはない

大きな病気なし

近所まで歩くの
がしんどい

最近はテレビを見て
すごすことが多い

車での移動や
外出が減った

介護認定は早めが
いいとか聞いたし

出かけて人と交流
してくれれば･･･



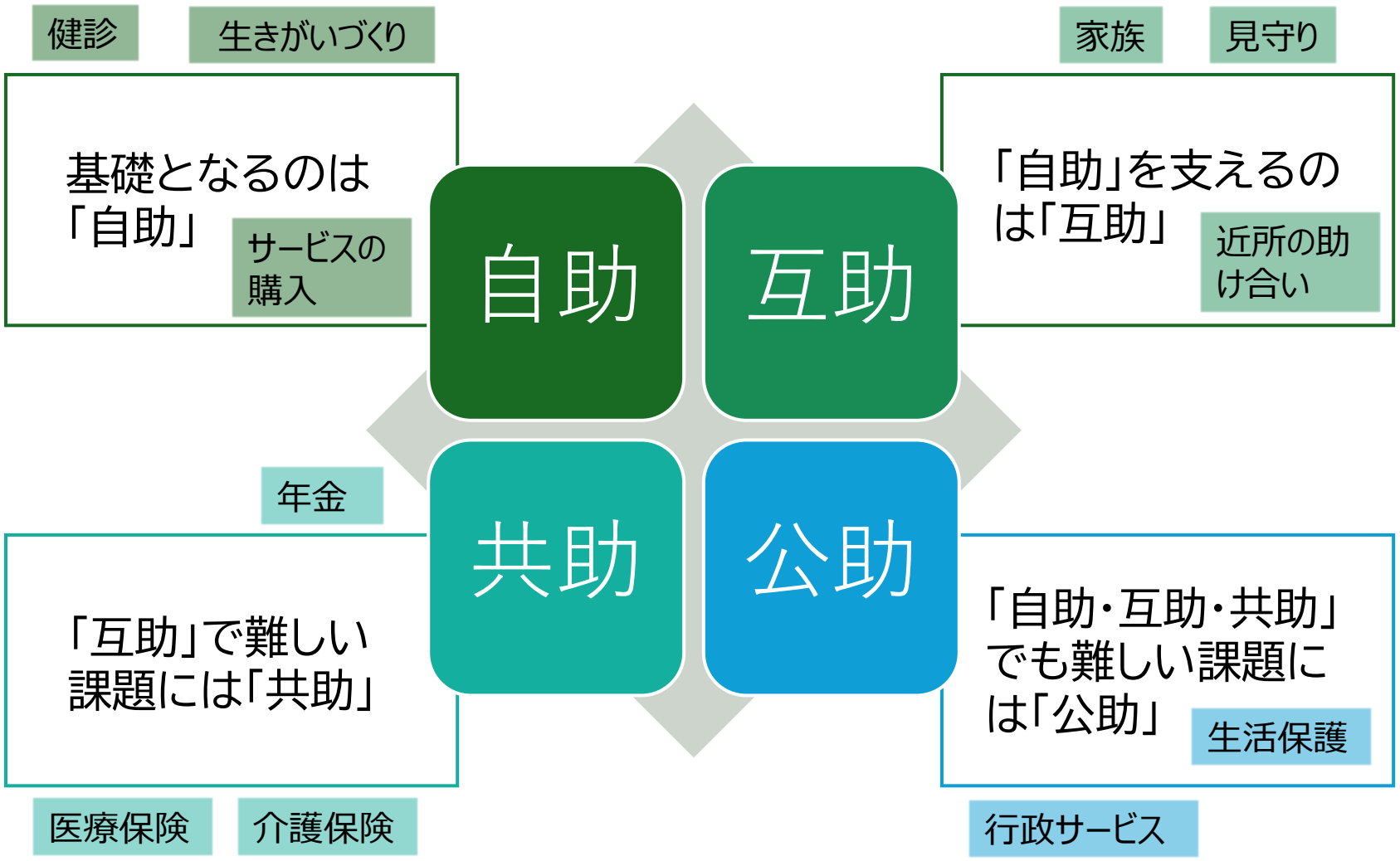
（子）

地域で暮らし続けるために

自分で　**地域で**

何ができる？

4つの助


健診
生きがいづくり
基礎となるのは「自助」
サービスの購入
自助
家族
見守り
「自助」を支えるのは「互助」
近所の助け合い
互助
年金
「互助」で難しい課題には「共助」
共助
医療保険
介護保険
公助
「自助・互助・共助」でも難しい課題には「公助」
生活保護
行政サービス