資料4

介護予防施策の方向性について

令和7年1月

福祉局

第1回 介護予防推進プロジェクトチーム会議

令和６年 12 月２日（月）
午 後 3 時 ～ 午 後 5 時
大阪市役所第６委員会室

開会

あいさつ

議事

１　大阪市の介護予防等に関する現状と課題について

２　令和７年度　介護予防施策の方向性と取組み（案）について

３　その他

閉会

【配付資料】
議事１-資料１「大阪市の介護予防等に関する現状と課題」
議事２-資料２「令和７年度　介護予防施策の方向性と取組み（案)」

資料１

大阪市の介護予防等に関する現状と課題

– データからみえる本市高齢者のすがた –

令和6年12月

福祉局

目　次

１．高齢者人口・高齢化率　・・・・・3

２．高齢者の世帯状況　・・・・・4

３．要介護等認定者数・率　・・・・・5

４．年齢階級別 要介護等認定状況　・・・・・6

５．要介護度別 要介護等認定状況　・・・・・7

６．介護・介助が必要になった原因　・・・・・8

７．高齢者の意識・行動　・・・・・・9

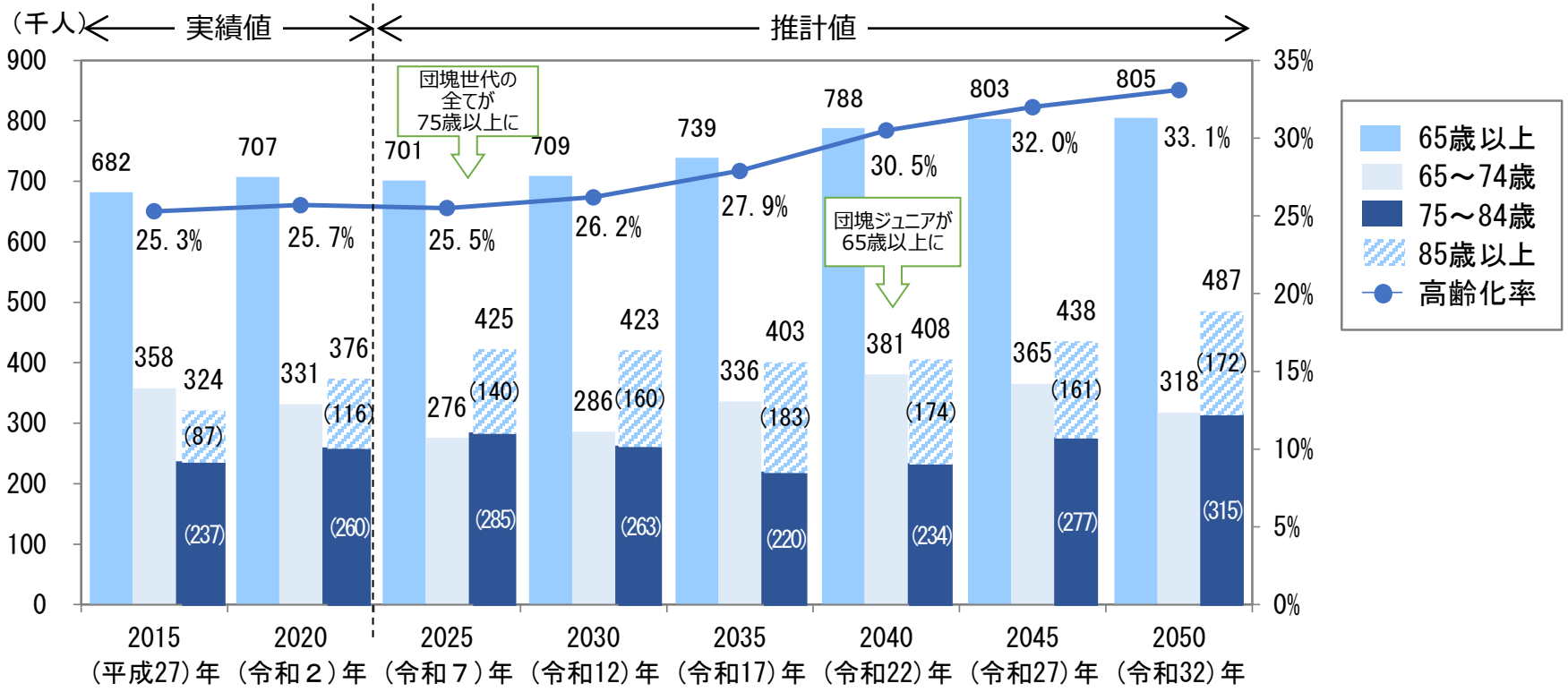
８．まとめ　・・・・・12

1．高齢者人口･高齢化率

高齢者人口は、2040（令和22）年まで大幅な増加が予測され、その後の伸びは鈍化するが、一方で高齢化率は、2030（令和12）年に26.2%であるものが、2040（令和22）年には30.5%へ、2050（令和32）年に33.1%と引き続き上昇していくことが見込まれている。

高齢者の内訳をみると、2020（令和2）年以降は、前期高齢者数（65歳～74歳人口）を後期高齢者数（75歳以上人口）が上回っている。

【高齢者人口･高齢化率の推移】

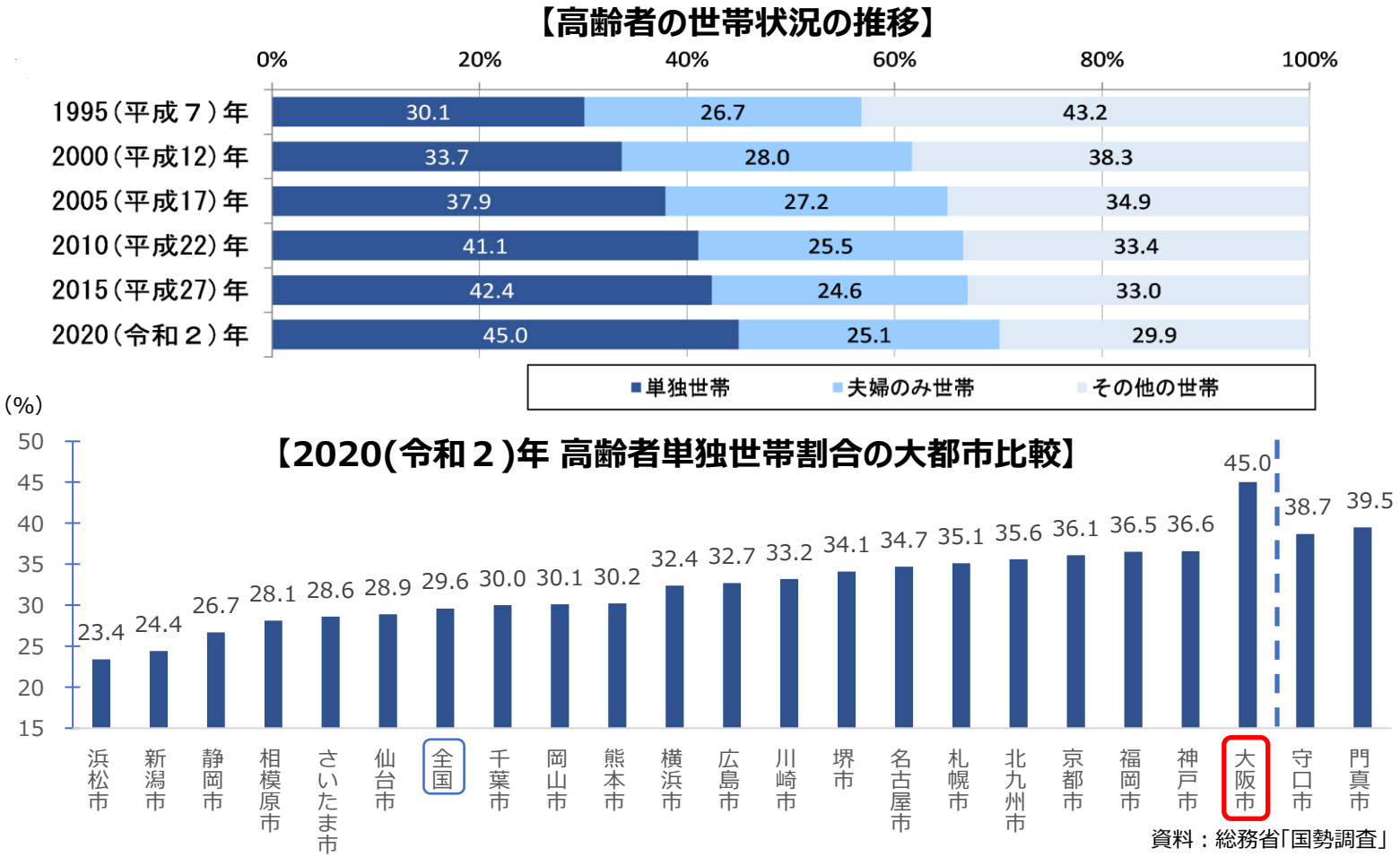


資料：平成27年、令和２年は総務省「国勢調査　参考表：国勢調査に関する不詳補完結果」
令和７年以降は国立社会保障･人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」（令和５年推計）を基に大阪市算出

いつまでもいきいきと元気に暮らす(健康寿命の延伸)ことができるよう、これまで以上に介護予防に取り組むことが重要

2．高齢者の世帯状況

単独世帯の割合が上昇を続けており、2020（令和２）年に45.0%となっている。
単独世帯の割合は全国平均に比べて非常に高く、大都市比較でも最も高くなっている。



資料：総務省「国勢調査」

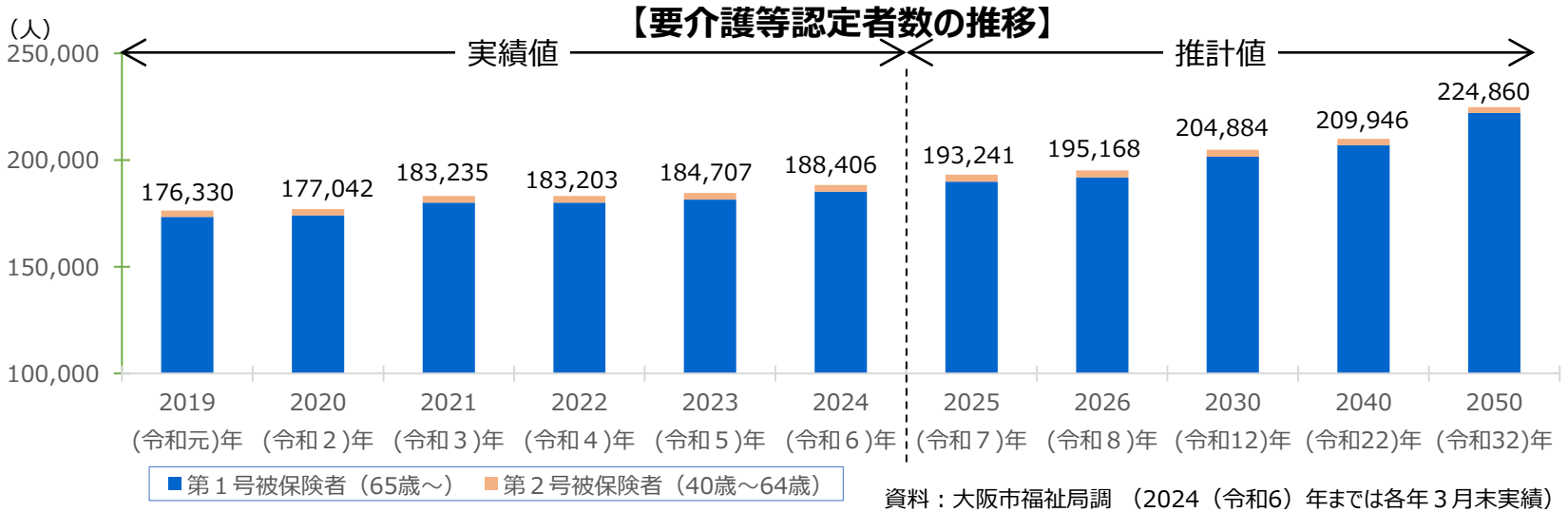
単独世帯は、比較的閉じこもり傾向が高く、要介護等状態に陥りやすいと考えられることから、単独世帯への重点的アプローチが必要

3．要介護等※認定者数・率

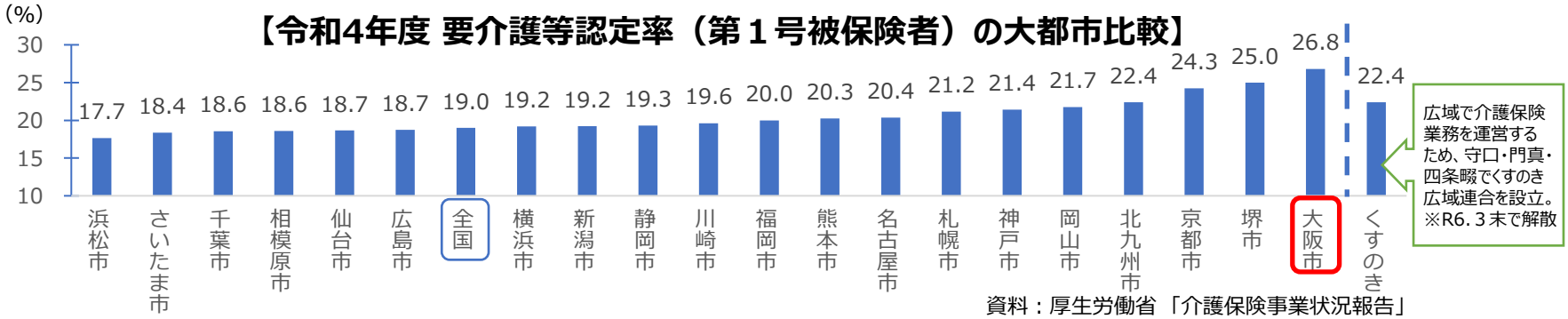
※ 要支援含む

要介護等認定者数は、近年は横ばいとなっているが、今後増加していくことが見込まれている。

第1号被保険者の要介護等認定率（第1号被保険者数に占める要介護等認定者数の割合）は、全国平均を大きく上回っており、大都市比較でも最も高くなっている。



資料：大阪市福祉局調　（2024（令和6）年までは各年３月末実績）



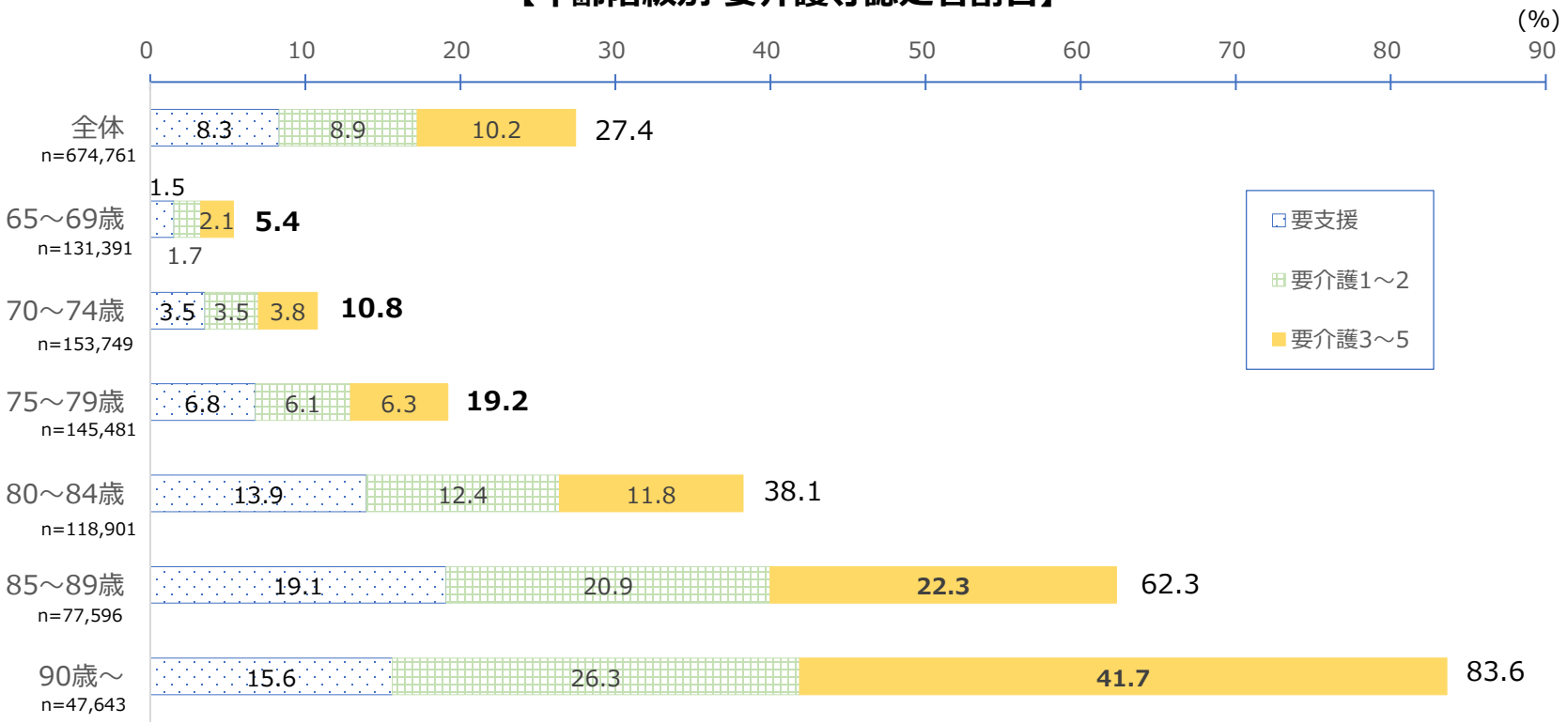
資料：厚生労働省「介護保険事業状況報告」

要介護等認定率の上昇抑制には、元気な高齢者の増加が必要であり、これまで以上に介護予防に取り組むことが重要

4．年齢階級別 要介護等認定状況

要介護等認定率については年齢とともに上がっている。認定率全体では27%だが、年齢階級別にみると、60歳代後半では5%、70歳代後半でも19%であり、80歳代前半で38%と半数に近づいていく。80歳代後半になると、認定率が半数を超えるとともに要介護度の高い人の割合が高くなっている。

【年齢階級別 要介護等認定者割合】



（注）全体の認定者数には40～64歳を含まない　　資料：大阪市福祉局調（2024(令和6)年３月末）

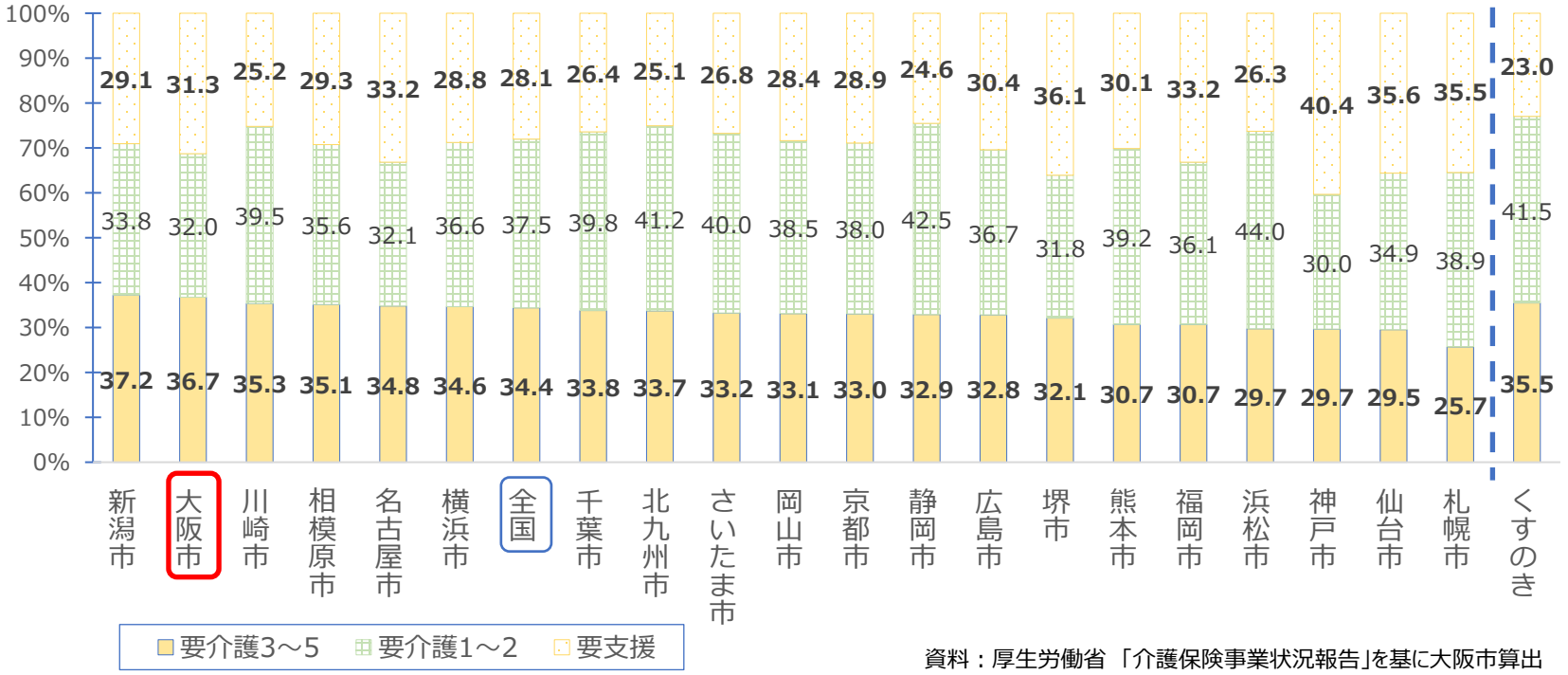
要介護等認定率が低い60歳代や70歳代の人への強力なアプローチが必要

5．要介護度別 要介護等認定状況

要介護度別の要介護等認定割合をみると、要介護３～５の人の割合が全国平均に比べて高く、大都市比較で2番目に高くなっている。

また、要支援の人の割合も、全国平均に比べて高く、大都市比較でも高い方となっている。

【令和4年度 要介護等認定割合（第１号被保険者）の大都市比較】



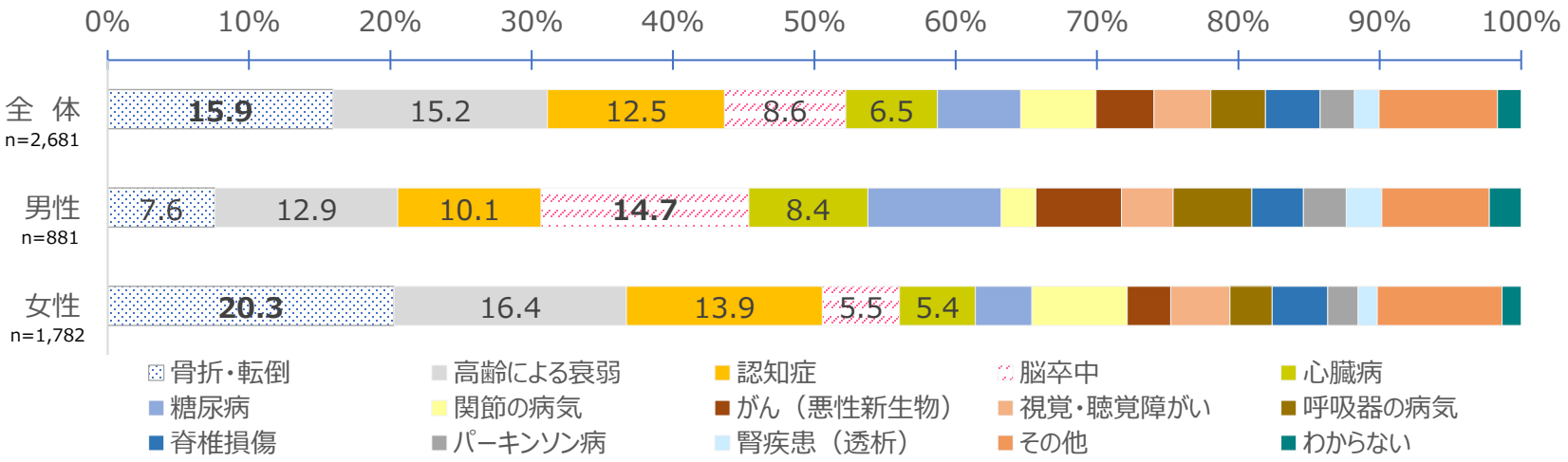
資料：厚生労働省 「介護保険事業状況報告」を基に大阪市算出

要介護等認定者の状態改善・重度化防止を図るため、介護事業者が行う介護予防の取組みの活用が重要

6．介護・介助が必要になった原因

全体では、1位「骨折・転倒」、2位「高齢による衰弱」、3位「認知症」となっている。
性別で見ると、男性は、1位「脳卒中」、2位「高齢による衰弱」、 3位「認知症」となっており、女性は全体と同様の順位となっている。

【介護・介助が必要になった原因（性別）】



（注）割合は無回答を除いて算出し、複数回答を百分率で表している。 資料：大阪市「令和4年度大阪市高齢者実態調査（介護保険サービス利用者調査）」

上位の原因にかかるリスク要因としては、フレイルやロコモ※が挙げられる。

※フレイル：加齢とともに心身の活力（例えば筋力や認知機能等）が低下し、健康と要介護状態の間となった“虚弱”状態
予防としては「運動」「社会参加」「栄養」があげられる
ロコモ（＝ロコモティブシンドローム：運動器症候群）：骨・筋肉・関節などの運動器が衰え、移動機能（「立つ」「歩く」等）が低下した状態
予防としては「運動」「栄養」があげられる

介護・介助が必要になった原因やそのリスク要因（特にフレイルやロコモ）にフォーカスした取組みが重要

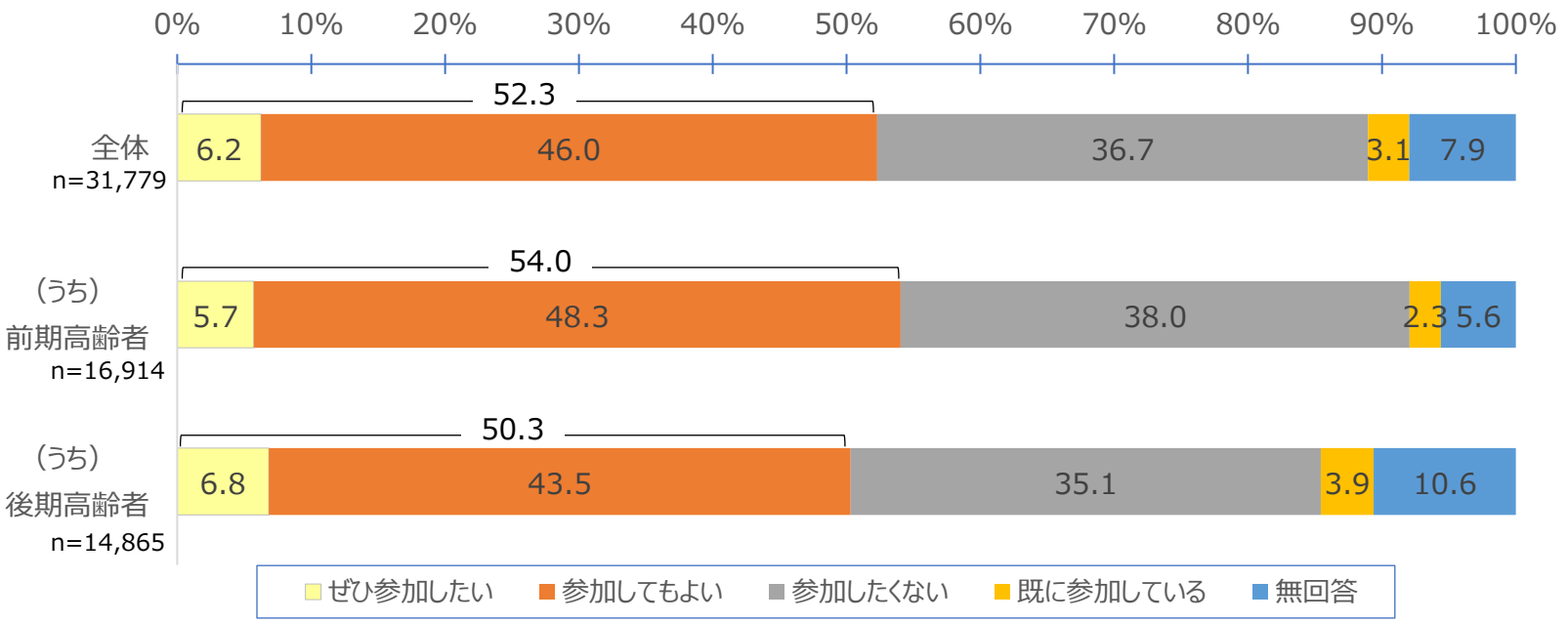
7．高齢者の意識・行動①

「地域の会やグループ等への参加意向」

地域の会やグループ等への参加者としての参加意向は、「参加してもよい」が最も多く、「ぜひ参加したい」とあわせると、（現在参加していないものの）参加意向がある人は５割となっている。

年齢別でみると、参加意向がある人の割合は、前期高齢者が後期高齢者よりも若干高くなっている。

【地域の会・グループ等への参加意向】（要介護等認定を受けていない高齢者）



資料：大阪市「令和4年度大阪市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」

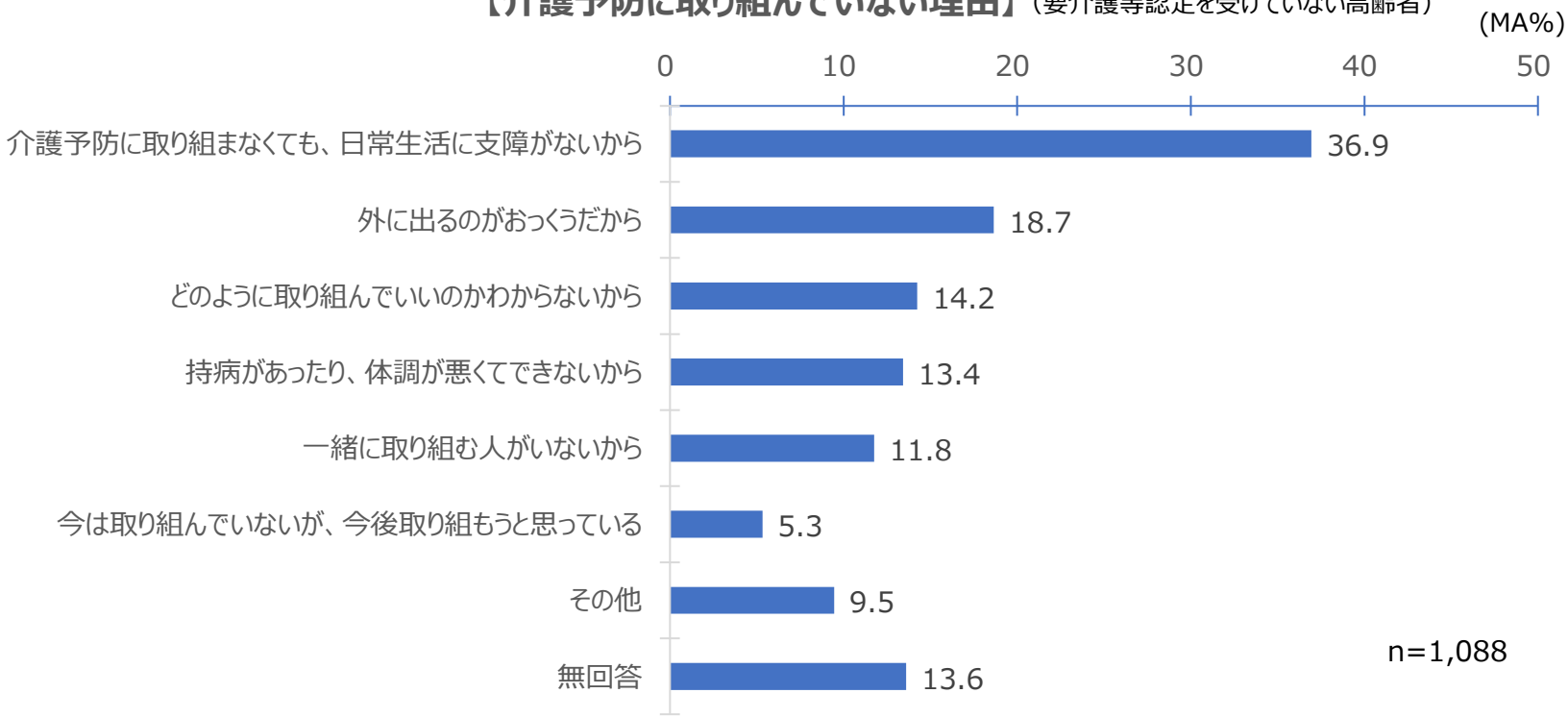
「参加してもよい」との意向がある人に参加してもらえるようにすることが重要

7．高齢者の意識・行動②

「介護予防に取り組んでいない理由」

介護予防に取り組んでいないと回答した人に、その理由をたずねると、「介護予防に取り組まなくても、日常生活に支障がないから」が最も多く、次いで「外に出るのがおっくうだから」、「どのように取り組んでいいのかわからないから」となっている。

【介護予防に取り組んでいない理由】（要介護等認定を受けていない高齢者）



資料：大阪市「令和4年度大阪市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」

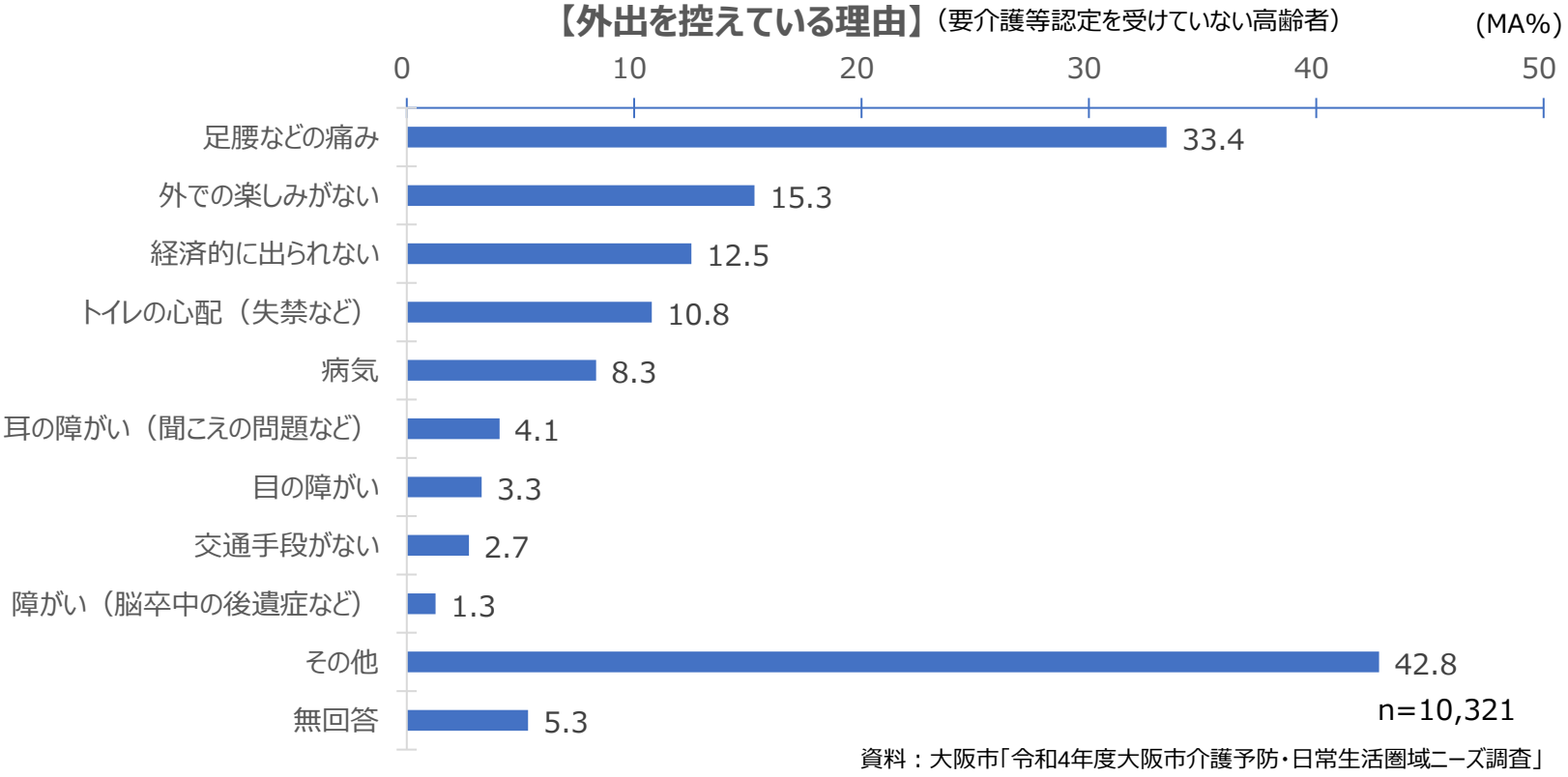
特段の理由なく介護予防活動に取り組んでいない人への仕掛けが必要

7．高齢者の意識・行動③

「外出を控えている理由」

外出を控えていると回答した人に、その理由をたずねると、「足腰などの痛み」が最も多く、次いで「外での楽しみがない」、「経済的に出られない」となっている。

その他では、新型コロナウイルス感染症に関する内容が多く、“感染対策のため”などが挙がっている。



資料：大阪市「令和4年度大阪市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」

外出を控えている理由を踏まえ、その理由を解消し、介護予防活動を推進する取組みが必要

8．まとめ

1．高齢者人口･高齢化率

将来的に大幅な高齢者人口増加（特に後期高齢者数）、高齢化率も上昇の見込み

→ いつまでもいきいきと元気に暮らす（健康寿命の延伸）ことができるよう、これまで以上に介護予防の取組みが重要

2．高齢者の世帯状況

単独世帯の割合が上昇を続けており、大都市比較で最も高い

→ 単独世帯は閉じこもり傾向が高く、要介護等状態に陥りやすいため、単独世帯への重点的アプローチが必要

3．要介護等認定者数･率

今後要介護等認定者数は増加の見込み、要介護等認定率は大都市比較で最も高い

→ 要介護等認定率の上昇抑制には、元気な高齢者の増加が必要であり、これまで以上に介護予防の取組みが重要

4．年齢階級別 要介護等認定状況

60歳代後半では5%、70歳代後半でも19%であり、80歳代前半で38%と半数に近づいていく

→ 要介護等認定率が低い60歳代や70歳代の人への強力なアプローチが必要

5．要介護度別 要介護等認定状況

要介護３～５の割合が高く、要支援の割合も高い

→ 要介護等認定者の状態改善･重度化防止には、介護事業者が行う介護予防の取組みの活用が重要

6．介護･介助が必要になった原因

1位「骨折･転倒」、2位「高齢による衰弱」、3位「認知症」

→ 介護･介助が必要になった原因やそのリスク要因（特にフレイルやロコモ）にフォーカスした取組みが重要

7．高齢者の意識･行動

地域の会やグループ等への参加意向がある人が５割

→ 介護予防に取り組んでいない理由等を踏まえ、参加意向のある人が参加しやすい取組みが必要

資料２

令和７年度 介護予防施策の方向性と取組み(案)

令和6年12月

福祉局

目　次

１．現在の介護予防に資する主な取組み　・・・・・3

２．現在の介護予防の取組みの課題と方向性　・・・・・4

３．介護予防の更なる推進事業 主なターゲット層　・・・・・5

４．介護予防の更なる推進事業 事業イメージ　・・・・・6

1．現在の介護予防に資する主な取組み

内容	フレイル・ロコモ対策		生活習慣病対策
	骨折・転倒	認知症、高齢による衰弱	脳卒中など
知識の普及啓発等	・保健師等による健康講座、健康相談、リーフレット作成　等 ・介護予防のリーダーを育成する講座		・大阪府健活アプリ「アスマイル」 ・認知症アプリ・ナビ
運動	・百歳体操等を行う住民主体の通いの場 ・老人福祉センターでの体操・運動等講座		・市営スポーツ施設の割引
栄養	・食生活習慣改善指導		
社会参加・外出	・専門家等による介護予防教室（なにわ元気塾） ・高齢者eスポーツ体験講座 ・介護予防ポイント事業（ボランティア活動の支援） ・シルバー人材センターを活用した就労 ・老人クラブ活動への参加		・敬老優待乗車証の交付 ・高齢者入浴利用料の割引 ・市立文化施設等の優待 ・ふれあい喫茶 ・ふれあい食事サービス
健(検)診等	・骨粗しょう症検診	・特定健診・後期高齢者医療健診 ・歯周病検診 ・オーラルフレイル普及啓発	・特定保健指導 ・後期高齢者医療歯科健診
その他		・フレイルリスクが高い高齢者の家庭訪問	・糖尿病性腎症重症化予防

これまでから介護予防について積極的に取り組んでいる（国の指標である「住民主体の通いの場への月１回以上の参加率」は全国平均の約２倍）ものの、要介護等認定率は全国平均を大きく上回っており、大都市比較でも最も高くなっている

2．現在の介護予防の取組みの課題と方向性

現在実施している事業における課題

- これまでの介護予防の啓発は、講座や教室など、自ら学びたい意欲がある者に向けての開催が多く、**自発的に情報取得する意欲が少ない方へのアプローチが不十分**であった。
- 調査では、地域活動等への参加意向がある人は多いものの、実際に参加している人は非常に少なく、介護予防に取り組んでいない理由等を踏まえ、**参加したくなる、参加しやすくなるための環境づくり**が求められる。
- 取組みにあたっては、**介護事業者をはじめとする民間事業者等の力も活用**しながら進めていく必要がある。
- **世帯類型（特に単独世帯）や年齢階級、介護が必要になった原因により着目し**、事業構築する必要がある。

「これまで介護予防にあまり関心がなかった人」や「特段の理由なく介護予防活動に取り組んでいない人」等 への仕掛けを検討し、**簡易性、関心度、インパクトやタイミング**などに着目した、**重点的な取組みを実施**することにより、**課題の解決をめざす**

令和７年度から３年間　介護予防の更なる推進事業※を実施

※親しみやすい名称を検討中

3．介護予防の更なる推進事業　主なターゲット層

65歳以上人口（第１号被保険者）：674,761人

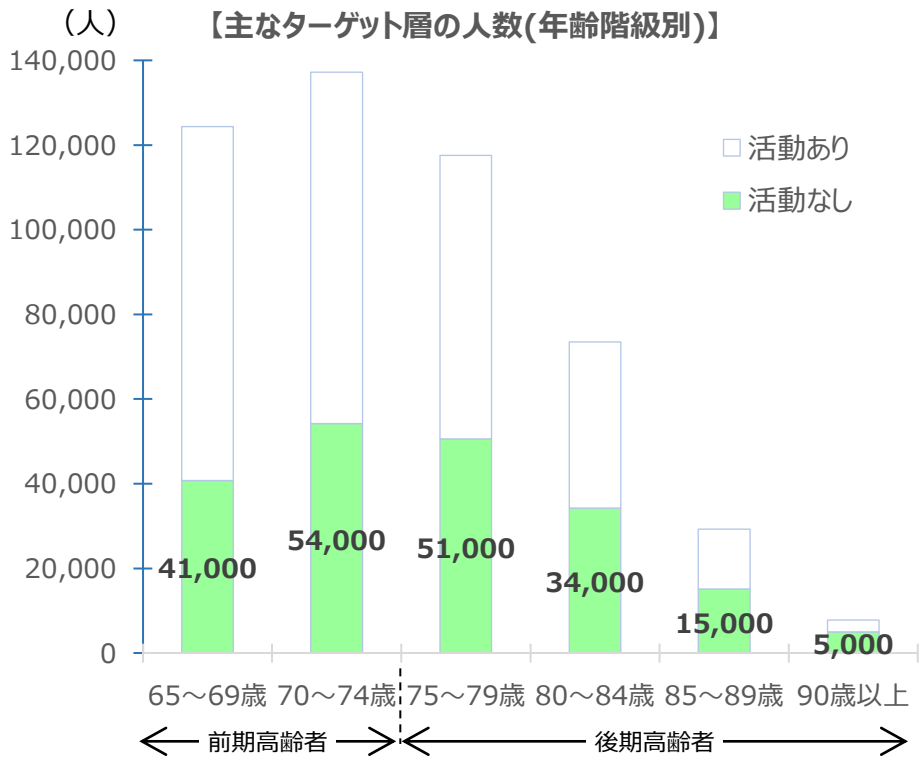
（令和６年3月末時点）

うち、要介護等認定を受けていない：489,589人（100%）

- 介護予防活動あり ※（推計）：約 290,000人（59%）
- **介護予防活動なし**（推計）：**約 200,000人**（41%）

- 要介護等認定を受けていない約49万人のうち、日常的な介護予防活動に取り組んでいない人が約20万人。
- この約20万人を主なターゲット層としつつ、要介護等認定を受けている人等にかかる取組みも検討する。

※ **介護予防活動ありの者の活動内容（地域の会等）**
ボランティア活動グループ、スポーツ関係グループ、趣味活動グループ、学習・教養サークル、体操・運動の通いの場、その他通いの場等、老人クラブ、町内会・自治会、収入のある就労



介護予防に取り組んでいない理由

＜1位＞
介護予防に取り組まなくても日常生活に支障がない

＜2位＞
外に出るのがおっくう

＜３位＞
取組み方がわからない

(令和４年度大阪市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査より)

４つの柱における主なターゲット層

意識変容への仕組み

（１）介護予防を「知る」
：
65歳以上の市民：約67万人

参加しやすい環境づくり

（２）介護予防を「始めてみる」
（３）介護予防を「楽しむ」
：
65歳以上で要介護等認定を受けていない市民のうち、介護予防活動を行っていない人：約20万人

（４）介護予防を「広げる」
：
65歳以上で要介護等認定を受けている市民：約19万人

４．介護予防の更なる推進事業　事業イメージ

（１）介護予防を「知る」
知らないと、始まらない

◆「介護予防のキホン」を知る
- ガイドブック等による啓発

◆「場」を知る
- 通いの場マップ等による見える化

◆「自身の身体の状態」を知る
- フレイルチェック、聞こえチェック等の充実
- 骨折予防の啓発、健康状態把握の推進

（２）介護予防を「始めてみる」
いつでも、今からでも

◆「ひとりで気軽」に始めてみる
- アスマイルを活用したウォーキングの促進

◆「みんなで一緒」に始めてみる
- トレーニング教室メニューの充実(調理・貯筋)

◆「始めるきっかけ」をつくる
- 聞こえのサポート
- 介護予防活動へのお誘い（勧奨）

（３）介護予防を「楽しむ」
今日どこ行こ、明日何しよ

◆「多様なメニュー」を楽しむ
- アスマイルを活用したイベント等への参加
- 後期高齢者向けフレイルリスク改善のためのトレーニング
- 介護予防ポイントを活用した社会参加の促進
- 就労的活動の支援
- 民間企業が有する資源等の調査

（４）介護予防を「広げる」
民間の頑張りを応援、広げていこう

◆ 利用者の選択に役立つ介護事業者の様々な取組みの紹介
◆ 介護予防の取組みをより進めていくための事業者へのインセンティブの検討

介護予防事業への参加率の上昇

要介護等認定率の上昇抑制

健 康 寿 命 の 延 伸