

か よ う

通う

つ ど う

集う

わ ら う

笑う



朝比奈おたっしや教室



にこここサロン



比木おたっしや教室



ふれあいサロンさざんか

日本は今、「4人に1人が高齢者（65歳以上）」という社会を迎え、高齢者のひとり暮らしや夫婦のみの世帯も年々増加しています。御前崎市も、総人口の減少と高齢者人口（65歳以上）の増加に伴い高齢化率が上昇しています。2025年頃には、団塊の世代がおおむね75歳を迎え、より一層の介護ニーズの増大が予想されます。市では高齢者が生きがいを持って暮らせる環境をつくるため、介護予防事業に積極的に取り組んでいます。

ずっと笑顔でいて欲しい

生活の中に生きがいを

「いつまでも笑顔で楽しく暮らしたい」誰もがそう願っています。

高齢者がいつまでも元気で生きがいを持って生活を送ることができるようにと、地域のボランティアが介護予防事業に積極的に取り組んでいます。

各地区の公民館などで実施される教室やサロンでは、地域のボランティアの活躍でいつも笑顔と笑い声があふれています。「今日も楽しかったよ」、「また来週ね」と、参加を楽しみにする声が聞かれます。あなたもみんなと一

緒に笑顔があふれる毎日を過ごしませんか。

介護保険制度について

少子高齢化に伴い、介護の問題が私たちの老後の最大の不安要因となってきました。

介護保険は、今まで本人や家族が抱えてきた介護の不安や負担を、社会全体で支え合うための制度です。

介護する人、される人が安心して暮らせるよう、また、制度を支える人の負担が重くならないよう、皆さんと御前崎市、サービス提供機関などが一体となって介護予防や適切な介護サービスの利用に取組む必要があります。

高齢化社会のキーワード「健康寿命」

「健康寿命」とは、介護の必要がなく自立して元気に過ごせる期間のことです。

高齢者人口の増加により認知症や寝たきり状態の人が増えています。このため、「平均寿命」を伸ばすことよりも、「いつまでも元気に長生きする」ことが重要であると考えられています。

静岡県女性の健康寿命は75・32歳で全国1位、男性は71・68歳で全国2位となっています。この結果をもとに、静岡県が独自集計を行ったところ、男女トータルの健康寿命は73・53歳となり静岡県が全国1位となりました。

健康寿命順位

- 男性
 - 1位: 愛知県
 - 2位: 静岡県
 - 3位: 千葉県
- 女性
 - 1位: 静岡県
 - 2位: 群馬県
 - 3位: 愛知県