

高齢者の皆さんがいつまでも健康で元気に暮らすために ～高山市の介護保険の状況について～

❖高山市の高齢者数と介護認定の状況

高山市の高齢者数(65歳以上の方)は年々増加し、今年4月の高齢者数は28,380人、高齢化率(65歳以上の高齢者が総人口に占める割合)は32.7%でした。

また、高齢者の増加に伴い、要介護(要支援)認定者数も年々増えています(図1参照)。初めて介護保険の申請をした方の主な原因疾患をみると、認知症が18.9%と最も多く、次いで、ひざや股関節の痛みや変形、筋力の低下などの筋・骨格系の疾患が13.8%(図2参照)となっています。

❖高山市の健康寿命

健康に生活できる期間を「健康寿命」と言い、平成28年度の健康寿命は男性は78.7歳、女性は83.04歳でした(図3参照)。この健康寿命は、介護保険の要介護度の2～5を不健康(要介護)な状態とし、それ以外を健康(自立)な状態として県が算出した値で、健康寿命に影響を与える原因疾患は、脳血管疾患や認知症が上位を占めています(図4参照)。

誰もが年齢を重ねると心身の機能が衰えますが、健康寿命に影響する疾患は、発症予防や重症化予防が可能です。予防に取り組むことは、健康に生活できる「健康寿命」を伸ばすことにつながります。いつまでも元気で生きがいのある生活を送るために、介護予防に積極的に取り組みましょう。

図3 高山市の平均寿命と健康寿命(H28年度) (令和元年 岐阜県飛騨保健所作成)

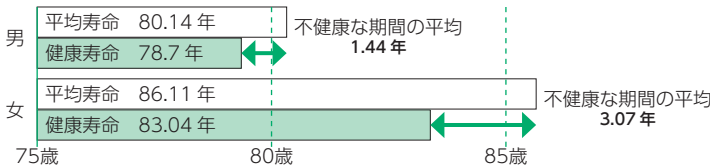


図1 要介護(要支援)認定者数

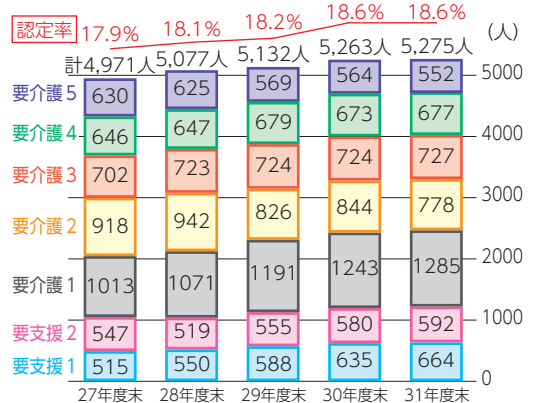


図2 介護保険新規申請者の主な原因疾患

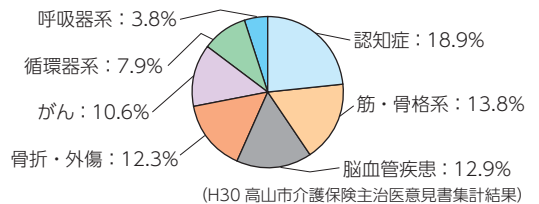


図4 健康寿命に影響している疾患

図2のうち要介護2～要介護5の原因疾患別集計

	男性	%	女性	%
1位	脳血管疾患	24.4%	転倒・骨折	21.7%
2位	がん	17.9%	脳血管疾患	15.4%
3位	認知症	12.2%	認知症	14.7%

(H30 高山市介護保険新規申請者の主な原因疾患集計)

介護者のためのほっとする談話室

ご家族等の介護で悩んでいることなどについて相談できます。

- 日時** 6月20日(土) 10:00～15:00
- 場所** まちスポ飛騨高山(天満町1、フレスポ飛騨高山内)
- 申込** 不要 **費用** 無料
- 問合せ** NPO法人まちづくりスポット ☎62-8550



福祉に関する相談

福祉サービス総合相談支援センターや地域包括支援センターでは、介護や福祉に関するさまざまなご相談をお受けします。

- 日時** 平日 8:30～17:15
- 場所** 市役所(花岡町2)
- 問合せ** 福祉サービス総合相談センター ☎35-3002
地域包括支援センター ☎35-2940

認知症に関する相談窓口

「家族が認知症かもしれないので受診させたい」「認知症の家族の対応で困っている」など認知症に関する相談をお受けします。

- 問合せ** 地域包括支援センター ☎35-2940

あたまの健康チェック

対象 (下記の①から③の全てを満たす方)

- ①市内在住の65～79歳の方
- ②認知症の診断や治療を受けていない方
- ③介護保険の要支援・要介護に該当していない方

日時 6月11日(木) 8:50～12:00(一人30分程度)

場所 市役所3階会議室 **定員** 10人 **申込** 前日までに TEL

※認知症の診断や検査をするものではありません。

※定員を超える場合は初めての方を優先させていただきます。

※各支所での実施を希望される場合はご相談ください。

問合せ 地域包括支援センター ☎35-2940



認知症予防教室

対象 65歳以上で認知症の診断や治療を受けていない方

場 所	昭和福祉センター (昭和田2)	山王福祉センター (森下町1)	内 容
1回目	6月18日(木) 13:30～15:00	7月3日(金) 10:00～11:30	認知症予防についての話と脳トレーニング
2回目	6月25日(木) 13:30～15:00	7月10日(金) 10:00～11:30	認知症予防の食事についての話と脳トレーニング
定 員	10人	8人	申込:前日までに電話
申 込	社会福祉協議会 ☎35-0294	福祉サービス公社 ☎36-2940	

※脳トレーニングでは認知症予防に効果があると言われていたあたまと体を同時に使う「コグニサイズ」も行います。

今月の認知症カフェは都合によりお休みします

問合せ 認知症カフェ実行委員会 ☎62-9482