

2019年6月24日

逗子市

元気な高齢者を増やそうプロジェクト
みんなが元気になるオンリーワンなまち

●健康増進と介護予防で元気な高齢者を増やそう

住み慣れた地域でいつまでも健康で暮らすためには、元気に年齢を重ねることが大切です。市では、市民の皆さんが、若いうちから、健康や食事、運動、口腔ケア、社会参加などに取り組むことによる健康寿命の延伸をめざします。

●生活習慣病を予防し要介護となる原因を減らそう

高齢期は、高血圧や糖尿病が原因で、脳血管疾患や心疾患、腎不全などにつながり、生活機能が低下し、要介護状態となる方が多くいらっしゃいます。そこで、早いうちから原因である生活習慣病にアプローチし、積極的に予防することで、介護が必要となるリスク減らします。

●未病センターや介護予防事業の活用を

市民の方の身近な窓口として、市役所と逗子アリーナに「未病センター」を設置し、健康増進のため、健康や食事に関する相談や測定、講座を実施しています。また、生活機能が低下しないように、運動や口腔ケア、社会参加を目的とした介護予防のための教室を実施し、積極的な活用をすすめています。

●庁内や関係機関と積極的な連携を図ります

健康増進や介護予防は、医療や福祉に限ったテーマでなく、様々な組織や関係機関と連携していく必要があります。社会福祉協議会や商工会、体育協会、老人クラブ連合などと積極的な連携を図ります。

【付属資料】

資料：元気な高齢者を増やそうプロジェクト～みんなが元気になるオンリーワンなまち

本件に関するお問い合わせ先：

福祉部高齢介護課 伊藤

国保健康課 西海

電話：046-873-1111