登米市生活支援体制整備事業

広げよう!おたがいさま

~たすけ合い・ささえ合い・おらほの宝~



社会福祉法人 登米市社会福祉協議会

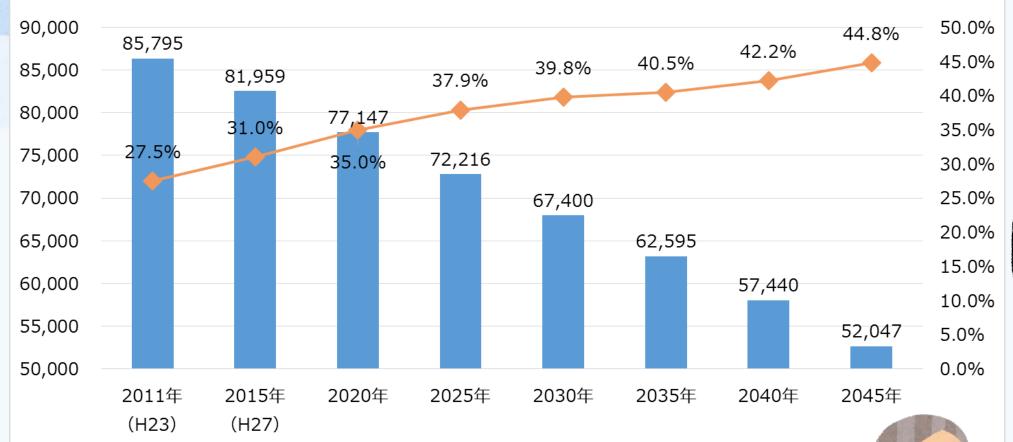
元気で住み良い 登米市にするための

- ①社会参加
- 2"おたがいさま"

の支え合い



登米市の総人口と高齢化率の推移と推計

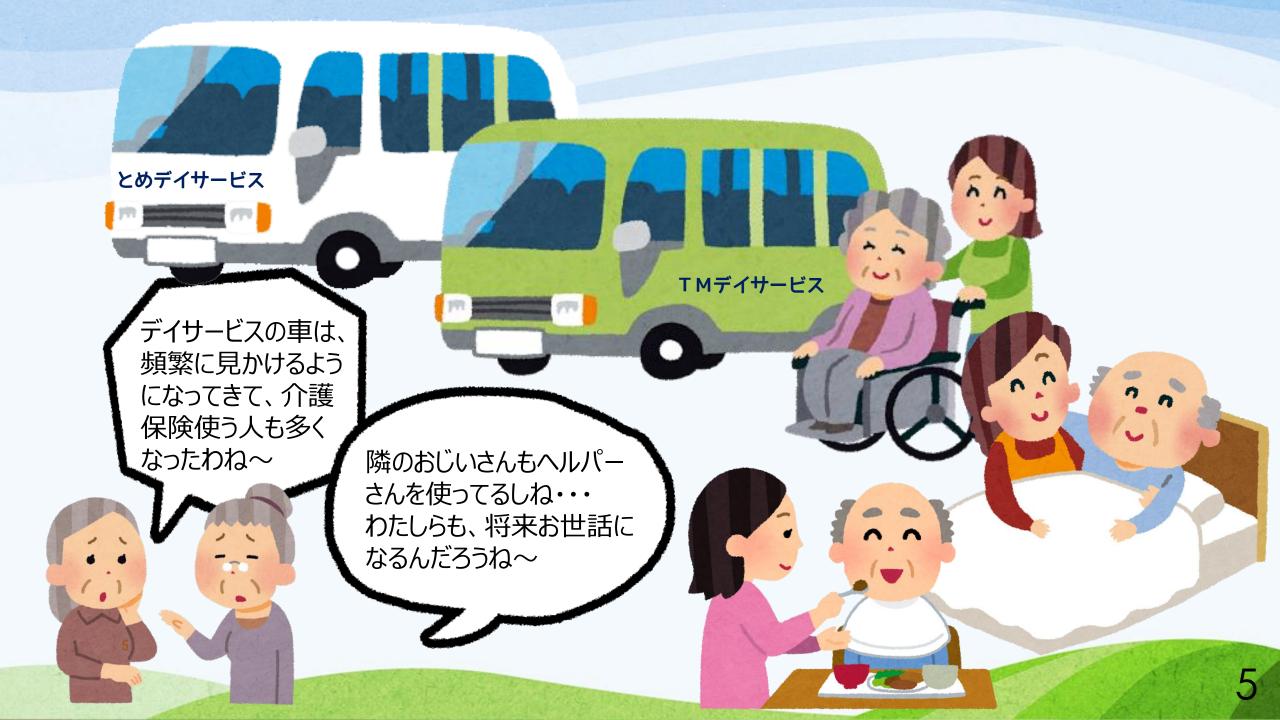


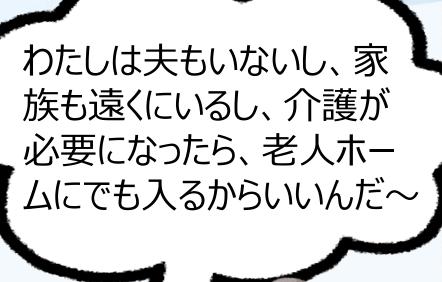
総人口 ——高齢化率

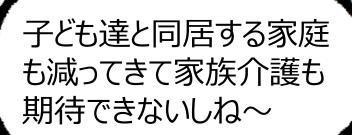
H30.4月末 人 口/80,404人 世帯数/27,304世帯 高齢化率/32.7%

3 人に 1 人が高齢 者だもんね〜 子どもの声も聞こえ ないはずよ。

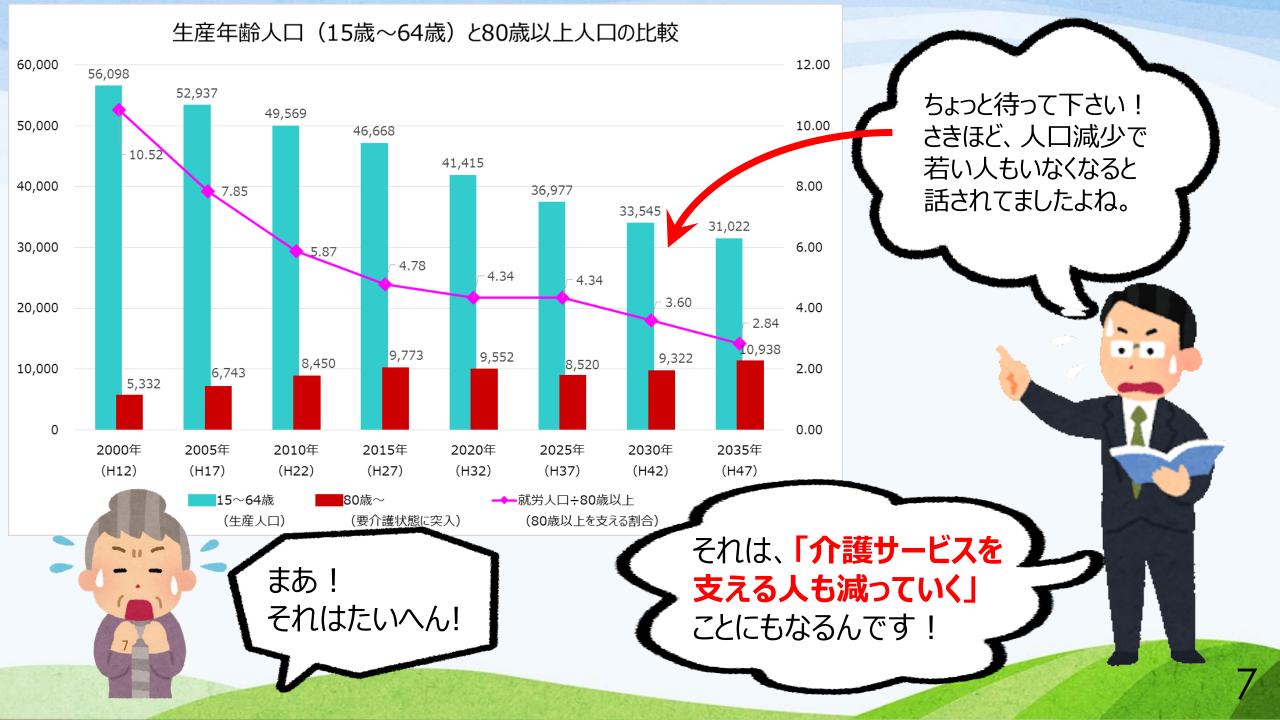
『少子高齢化』がこの登米市でも進んでるんだよね~ 高齢化率はどんどん高くなっているのに、人口は減っているのね。 これって、若い人たちも減ってるってことよね。











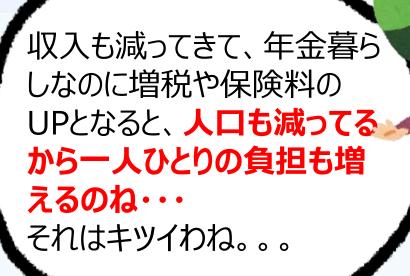


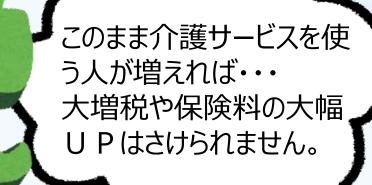
登米市の介護保険料 基準額:71,856円(月/5,988

※収入や加入している医療保険の種類によって算出方法が異なる。

3年に1回改定。(現行:H27~29)来年改定。

8









2025年(H37)に向けた介護人材需給推計

(厚生労働省)

介護職員約253万人必要 ⇒ 供給見込み約215万人

37.7万人不足

都道府県で最も不足 ⇒

宮城県(充足率:69%)

2017年(H27)充足率:84.4%

2020年(H32)充足率:76.9%

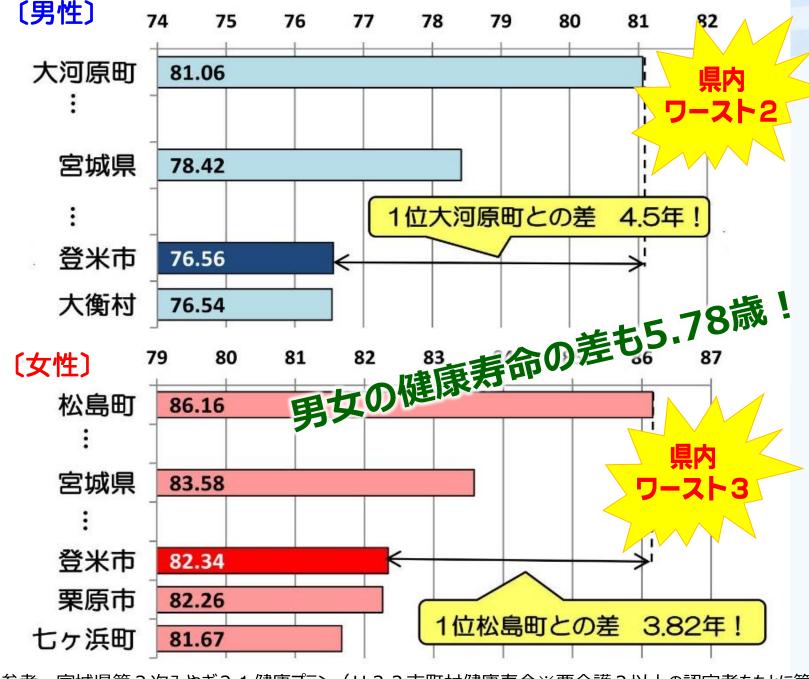
2025年(H37)充足率:69.0%

人材不足も否めません! 厚生労働省では、2025 年に向けた介護人材需 給推計を出していますが、 宮城県が一番不足して いるんです!!





ひとつは、自分自身が介護の お世話にならないよう、介護 予防に努めることです!つまり、 『健康寿命の増進』です。



健康寿命とは、認知症や寝たきりにならないで元気で暮らすことができる期間の長さを言います。

健康寿命を長くすることで、要介護状態になることの抑制や、介護 給付費の減少にもつながります。 外出・交流を行い社会参加を促進



健康長寿3つの秘訣

体为維持

十分な栄養

健康長寿には左図の3つの柱があり、その中でも『社会参加』が重要で、社会性の低下が体や心の活発さを失い、栄養摂取を低調にし、体を弱くするのです。

つまり…

社会参加が減る=虚弱化の進行 と言えます!!

参考:東京大学高齢社会総合研究機構



基礎体力を維持する運動

栄養バランスの良い食事

これまでは、要介護予備群を中心に介護予防体操などで健康を維持してきましたが、



今後は、全ての高齢者が様々な活動を通して効果的な介護予防を実践していく必要があります。「体操は苦手だけどカラオケやグラウンドゴル

フは大好き」な人は好きな活動を続けることで結果的に効果

的な介護予防につながります。



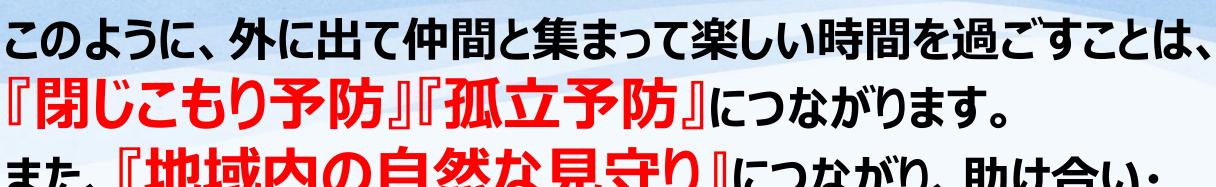
カラオケなどの趣味活動グラウンドゴルフなどの運動



ウォーキングや散歩



ミニデイなどのお茶っこ飲み



また、『地域内の自然な見守り』につながり、助け合い・支え合い活動の基盤になります。



ふたつめは、高齢になっても住み 慣れた自宅で自立した生活を送 れるよう、

『支え合いの 地域づくりを行う』ことです。 地域での高齢者の暮らしは、介護サービスだけで支えられているわけではなく、また介護サービスを利用しないで暮らしている高

齢者の方が圧倒的に多いのです。 また、ひとり暮らし高齢者も増えています。

登米市の単身	(国勢調査より)		
H12	H17	H22	H27
1,378人	1,850人	2,244人	2,433人

高齢者の生活時間調査では、ひとり暮らし高齢者は、「一人でいた時間が11時間18分」と、一日の大半を占めていることが分かった。

出展:「平成28年社会生活基本調査結果」(総務省)

行政制度・サービスへの期待(依存)も高まりますが、人口減少により税収も減ってきます。

『自分だったら将来支え合いの〇〇があると助かる』 を今のうちから考え、行動することが重要なのです!

ちなみに・・・同じ市内でも状況は様々です。

	高齢化率				
	舟場(中田)	55.8%	萩洗(迫)	6.0%	
	世帯数				
上	北本郷(南方)	405世帯	下り松(登米)	12世帯	下
位	人口				位
	北本郷(南方)	1097人	本町二丁目(津山)	46人	
	平均世帯人員				
	第八(石越)	4.35人	金沢山(登米)	1.5人	

登米市内でもこんなに地域性が違います。(データ: H29.1月末)

助け合い・支え合いは公的サービスでは無理!

地域の実情に応じた形で行いましょう!



例えばこんな支え合い・・・

Q. 今後在宅で利用したいと感じるサービス·取り組みは? (H29.3月登米市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査報告書より)



外出支援(通院・買い物・サロン等)

見守り・声掛け訪問

緊急通報システム

※緊急通報システム = 在宅のひとり暮らし高齢者や、身体障害者などに対し、急病などの緊急事態に対処する ため緊急通報装置の設置をしています。緊急時の連絡先を3件まで登録できます。利用料は無料。 申請は登米市各総合支所市民課窓口

他にもこんな支え合い・・・



家事支援



調理支援



買い物代行



犬の散歩代行



お茶っこ飲み 話し相手



支え合い・見守りは

生活支援

3階買い物や病院等への送迎 ごみ出しなど



見守り

2階 気になる方への訪問 見守り会議の開催 など



"誰かとつながること"

を意識的に!!

つながりづくり

あいさつ

サロン・カフェ など



広げよう

地域の支え合いサイクル



で活作されてないと思うかない、



まずは話し合い。

ずっと住み続けられる地域にはどんな活動が必要か? みんなで一緒に考えます。

気づき 活動

活動の中で、様々な課題への気づきにつながります。問題解決に向けた次の展開がみえてきます。

活動することで、新たなつながりや活動者の生きがい創出、地域の活性化につながります。