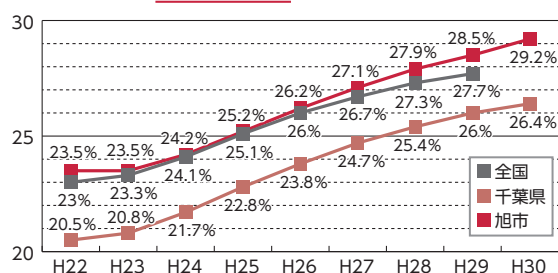


国県市の高齢化率の推移

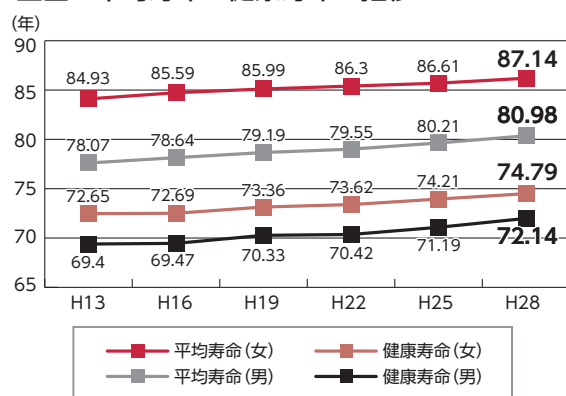
旭市 **29.2%** (平成30年4月1日現在)



〈基準日〉全国…10月1日 千葉県…4月1日 旭市…4月1日

〈出典〉全国…総務省「高齢社会白書」 千葉県…千葉県における高齢者人口の推移 旭市…市高齢者福祉課

全国の平均寿命と健康寿命の推移



人と人がつながる まちづくり

健康で楽しく暮らすためには、どのようにしたらいいのでしょうか。

日本はこれまで、便利な生活や機能的な生活を目指して著しい発展を遂げてきました。一方、便利な生活と引き換えに、人と人とのつながりに変化をもたらし、次第に近所付き合いや地域コミュニティのつながりが、薄くなってくるといった影響を及ぼしました。

そうした社会環境の変化は、高齢者から外に出る機会を奪い、家にこもることで体力的にも弱っていくといった、悪循環をもたらしています。

世界保健機関(WHO)憲章の前文の中で健康とは「病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、全てが満たされた状態」と定義されています。

支えられるばかりでなく、助け合い、年を取っても人の役に立ちたいと思うことが大切です。地域社会の一員として暮らし、地域との関わりを持つことが、高齢者の健康維持につながるのだと思います。

誰もが持つ、自分らしく健康に暮らしたいという願いは、人と人との関わり方を見直すことで、近づくことができるのではないのでしょうか。

特集

長生きをもつと素敵に変えるまちづくり

自分らしい人生をこのまちで

人生100年時代——。

単に寿命を延ばすのではなく、

健康寿命を延ばすといった考え方が広がっています。

いつまでも心と体を健康に保ち、生きがいを持ち、

自分らしく健やかに暮らしていくことが大切です。

旭市が目指すのは長生きをもつと素敵に変えるまちづくりです。



高齢社会を考える

超高齢社会を迎えた日本は、世界でも例を見ない速さで高齢化が進行しています。

国立社会保障・人口問題研究所の推計で、2035年には総人口に占める65以上の高齢者の割合が、33・4%になると予想されています。旭市でも平成30年4月1日現在の人口に占める高齢者の割合は29・2%と高く、今後も増加する見通しです。

少子高齢化が進むと、地域経済を支える労働力が不足し、社会保障に対する負担が増えるなど、社会においてさまざまな問題が発生し、拡大していくことが予想されます。

こうした問題に対応するためにも、
①市民の健康づくりの推進により社会保障費が削減されること。

②高齢者が多方面で活躍し、これまでの知識や経験を地域社会に還元することで、まちづくりの担い手になること。

などが期待されています。