

酒々井町 生活支援コーディネーターたより 2号

酒々井町地域包括支援センター 令和1年7月

こんにちは。生活支援コーディネーターたよりです。

寒暖差がある毎日ですが、体調を崩していませんか？何をするにも自分の健康が第一です。

全国的に少子高齢化が進んでいますが、酒々井町も下表のとおりです。
今後、更に進んでいくと思われます。

	平成21年4月	平成31年4月	10年の変化
酒々井町総人口	21,447人	20,778人	669人 減少
高齢者人口(65歳)	4,384人	6,592人	2,208人 増加
高齢者人口(75歳)	1,532人	2,967人	1,435人 増加
高齢化率(65歳)	20.4%	31.7%	11.3% 増加
高齢化率(75歳)	7.1%	14.2%	7.1% 増加
介護保険の認定者	486人	822人(※2月)	336人 増加

高齢者が増えること自体は問題ではありません！！

平均寿命(男性：約80歳/女性：約86歳) 健康寿命(男性：約71歳/女性：約74歳)

★「健康寿命」：ヒトが心身ともに健康で自立して生活できる時間

解決策：平均寿命と健康寿命の差を縮めれば良い

週に1回程度は
外に出る機会を
作りましょう。

●元気に暮らすためには：「家に引きこもらない」ことが必要

地域の居場所

アイビ俳句会



アイビネオハイツの集会所で、月1回俳句の会を行なっています。

会員は随時募集中です。

アイビ住民の方もそうでない方も、俳句に興味のある方すべてが対象です。

◆ご興味のある方は酒々井町地域包括支援センターまでご連絡ください。

連絡先 : 043-481-6393

活動日誌



各地域の自治会に訪問させて頂き事業の説明と協力しあえることがないかを協議しています。