

介護予防と生活支援の語らん場

上山小校区語らん場を開催しましたので、報告します！

日時: 令和6年3月7日(木) 13:30~15:00
会場: 社会福祉会館 多目的ホール
参加人数: 36名

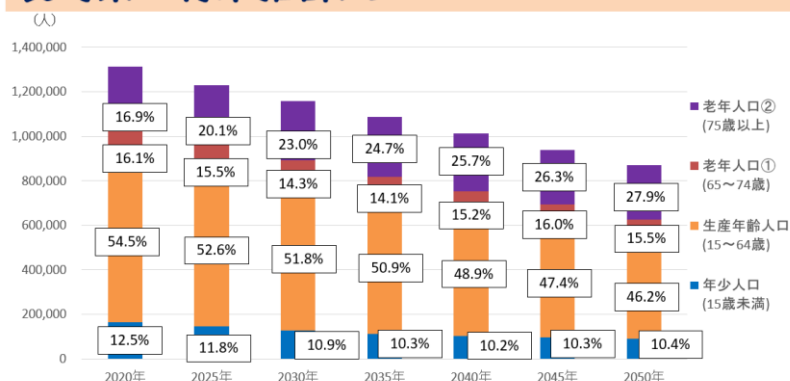
〈作成〉
中央部
地域包括支援センター
生活支援コーディネーター
岩田 明子

〈導入〉 2050年将来推計人口を見てみましょう！

語らん場の冒頭でいつも「なぜ、語らん場をしているのか」2025年問題を中心に話をしていますが、今回は2025年の将来推計人口(長崎県・諫早市)のデータを見ながら、気づきを共有しました。(ここでは長崎県の資料のみ載せています)

長崎県の将来推計人口

国立社会保障・人口問題研究所
「日本の地域別将来推計人口(令和5年推計)」より



年	2020年	2025年	2030年	2035年	2040年	2045年	2050年
高齢化率 (全国)	28.6%	29.6%	30.8%	32.3%	34.8%	36.3%	37.1%
高齢化率 (長崎県)	33.0%	35.6%	37.3%	38.8%	40.9%	42.3%	43.4%

(2020年)
65歳以上1人を15~64歳1.7人で支える

(2050年)
65歳以上1人を15~64歳1.1人で支える

★ポイント★

- 人口減少は今後も進行していく
- 後期高齢者(75歳以上)割合増加
- 生産年齢人口(15~64歳)割合低下



〈参加者の皆さんの気づき〉

元気でおらねばね。若い人にお世話にならんちゃよかごとせんばですね。

自分のことのようにならんといかんけども、やっぱり他人事ですね。フレイルに入っているからもう抜け出せんかな…

〈活動報告①〉原口町 「かたらんば原口今年度の取り組み」

毎月メンバーで集まり、高齢者の見守り訪問を中心に活動を継続中です。
R5年11月3日間公民館で展示会を開催。
かたらんば原口のこれまでの歩みについてパネルを展示したり、町で活動している団体との横のつながりを作る場を設けました。



〈活動報告②〉西郷町・立石町 「若返り体操サークル虹の会立ち上げ」

西郷町・立石町2町一緒に、R5年10月～若返り体操サークルとしての活動を始めたばかりだが、皆さんが来てくださったれば親睦の機会にもなっています。
これからも長続きするように頑張ります。



〈グループワーク〉

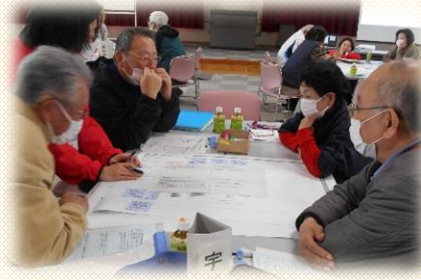
町の現状を共有し、高齢者の介護予防のための地域像を考える

町ごとに今できていることを再度見直し、今後目指す地域像に近づくにはどうしたらよいか話し合いました。



〈アンケートより〉

- 今までの取り組みを再度振り返り、継続する難しさ、大切さを改めて見直すことができた。
- 今後の介護予防の方向づけができた。
- 自治会、老人会、民生委員で一度話し合いをしたい。



今回は、自分事として考えてもらえるように導入の部分で今後の人口の推移のデータを見ていただきました。参加者の皆さん感じ方はそれぞれでしたが、今後も様々な視点から伝え方を工夫していきたいと思えます！

「語らん場」についてもっと知りたい!」「町単位での話し合いをしたい!」等々生活支援コーディネーターまでご相談ください!!