



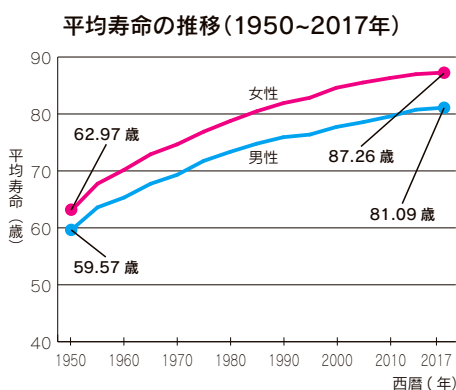
ようこそ！ 市長室へ

65



人生100年時代にむけて・・・

「人間50年、下天のうちをくらぶれば夢幻の如くなり・・・。」この「敦盛」の一節を舞い、桶狭間の戦いに臨んだ織田信長公からすると、現代人の寿命の長さは驚異的でしょう。2018年の日本の男女の平均寿命は84歳となり、これは世界第1位です。1950年の平均寿命は男性60歳、女性63歳で、約70年間でなんと20年以上も平均寿命が延びたこととなります。ある研究では、2007年に日本で生まれた子どもの半数が107歳より長く生きると推計されており、人生100年時代が到来すると言われています。こうした長寿社会をどう生きるのが、重要なテーマとなってきました。



出典：完全生命表、簡易生命表(厚生労働省)

大切なことはまず第一に、なんといっても健康です。「歩こう可児302」や1日3度のバランスの良い食事、健康診断の受診、そ加などで健康づくりを実践していただきたいと思えます。

第二には孤立化を防ぐこと。市内には、「高齢者サロン」、「認知症カフェ」、「サロン可児川」など、さまざまな集まりがあります。また、マノやキッズクラブなどで、ボランティアとして子育てに参加する方もいらつしゃいます。地域団体やボランティアの皆さんが連携して、見守り支え合う活動が、積極的に行われていることは、本当にありがたいことです。また、高齢者自身が積極的に社会参加をすることで、心身共に健康維持が図られます。さらに現在、今年度から新たに開始する、高齢者を孤立させない仕組み「(仮称)可児あんきクラブ」の準備をしています。これは、高齢者のみの世帯が増加する中で、詐欺被害や孤独死、生きがいの低下を防ぎ、高齢者の皆さんが住みなれた地域の中で、安気に暮らしていただくことを願って始めるものであり、民生児童委員の皆様と共に進めていきます。

第三に、支援を必要とする高齢者の皆さんへの支援の仕組みづくりです。地域ボランティアや民間企業、団体による生活支援の



おしゃべりサロン(広見地区で行われている高齢者サロン)

取り組み、在宅医療や在宅介護の体制確立、介護・医療などの関係者の連携による、日常生活圏ごとの地域包括ケアシステムの構築などです。いざとなった時にも、安心できる仕組みづくりが不可欠です。

今後ますます進む長寿社会。社会の仕組みづくりも重要ですが、何よりも、一人ひとりの「長寿を迎える」ための心構え、準備が必要になってきていると思えます。

可児市長 岡田 誠

