

NPO法人 ナルク (NALC)埼玉西

さいさい
彩西

一第 251 号一

【発行】NPO(特定非営利活動)法人

ナルク(NALC)埼玉西

【事務局】〒359-1106

所沢市東狭山ヶ丘 1-45-17

田淵頼孝(代表)方

Tel 04-2926-9787

email tabutuchiyyoritaka@gmail.com

9 月 16 日(月・祝日)は、敬老の日です

長寿を祝い、高齢者の自立を求める運動展開

9 月 16 日は敬老の日です。多年にわたって社会に尽くした高齢者を敬愛し、長寿を祝う日とされています。

世界に類をみないスピードで超高齢社会を突っ走る日本社会。最新の高齢社会白書から、今日の高齢者の現況、高齢者の暮らし向き、健康や福祉の動向、生活環境、社会活動への参加などについての動きを紹介します。

日本の総人口は、令和 6 年 1 月 1 日現在、1 億 2488 万人で、昨年より 53 万人減り、15 年連続で人口減少が続いています。このうち 65 歳以上の高齢者は 3624 万人で、高齢化率は 29%です。男女別では男性 1573 万人、女性 2051 万人。65 歳以上のうち 65～74 歳層は 1687 万人、75 歳以上は 1936 万人です。昭和 25 年高齢者人口は 5%に満たなかったのですが、同 45 年に 7%を超え、高齢化社会へ突入、平成 6 年には、14%と高齢社会へ、その後も高齢化率は上昇、令和 4 年 29%と超高齢社会そのものとなっています。日本の総人口は令和 38 年には 1 億人を割り込むと想定されています。

暮らし向きに、心配ない、ゆとりはないがそれほど心配はないが 68.5%

高齢社会白書によりますと、経済的な暮らし向きに心配がない、ゆとりはないがそれほど心配はないという人は、65 歳以上で合わせて 68.5%とされています。家計にゆとりがなく多少心配だが 23.7%。家計が苦しく、非常に心配が 7.5%などです。

健康・福祉面でみますと、65 歳以上の体力テストの合計点は向上、健康寿命は延伸し、平均寿命と比べ伸びが大きく、75 歳以上で運動習慣のある人の割合は男性で 46.9%、女性で 37.8%。65 歳以上の人の要介護者数は増加、75 歳以上で割合が高く、令和 2 年度で要介護、要支援者数は、668.9 万人。生活環境面では、65 歳以上の 8 割強が持ち家に居住し、要介護者と同居男性は 72.4%、女性は 73.8%で 60 歳以上の「老々介護」が相当数存在していると白書は指摘しています。

健康と社会活動への参加状況では、社会活動に参加している人は、健康状態が良く、「生活に充実感ができた」「新しい友人を得た」「健康や体力に自信がついた」などの声が聞かれ、ナルク活動への社会参加の良さが実証されているといえましょう。

坂戸市高齢者福祉課委託事業として開催してきました「家族介護教室」の開催が今年も決まりました。4年連続の開催となりますが、今回はナルク会員に講師をお願いしての開催となります。以下、案内チラシを掲載してお知らせします。ナルク会員で参加希望の方は、地区リーダーまたは運営委員まで申出てください

坂戸市家族介護教室—坂戸市高齢者福祉課委託事業

認知症—対話方式でより理解を深めます。発症からケアまで

～認知症に関わるQ&A ベテランのケアマネが分かり易く説明

苦勞の介護に、笑顔、楽しみの折紙の世界を楽しみましょう

～折紙作家のベテランが楽しい折紙の世界へご招待します

●開催月日 令和6年10月26日(土)午後1時半～4時

●会 場 坂戸市文化会館 1階多目的室（坂戸市元町）

●参加料 無料 ●参加者定員 20人

第1部 認知症—対話方式で入門・初歩の基本から予防、認知症ケア。認知症質疑応答

午後1時30分～同2時40分 可児 和子さん担当

第2部 楽しい折り紙の世界へ 講話と折り紙実習

午後2時50分～同3時50分 関野清雪さん担当

講師からヒト言

高齢者福祉、障がい者福祉ケアマネ
37年のベテラン

可児 和子 様

内容 対話方式で認知症介護支援の知恵を学びます。認知症に罹患したのでは、どうした行動で気付くのか。軽度認知障害の姿、認知症罹患患者への上手な支援策、介護保険制度の上手な利用を学びます。

折紙作家

関野 清雪 様

内容 1枚の紙で、だれもが楽しめ、人と人とのつながりができ、喜ばれる折り紙の魅力と楽しみ方を学び、実際に折り紙を使って参加者には幾つかの折り紙作品づくりを体験して頂きます。
(折り紙は主催者側で準備します。)

主催 NPO法人ナルク埼玉西拠点東上地区・坂戸 担当 いいだ みちお