



中村やすひろ通信

今年一年が皆様にとって恵多き一年となりますよう心よりお祈り申し上げます。本年も、杉並区政・区議会に対しまして、ご指導ご鞭撻を何卒よろしくお願い申し上げます。

平成30年1月 中村 廣弘

「人生100年時代」安心の幸齢社会を！

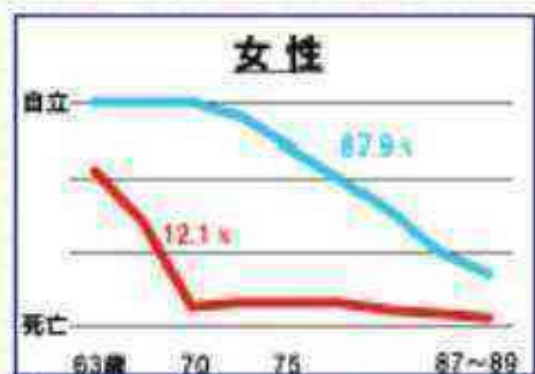
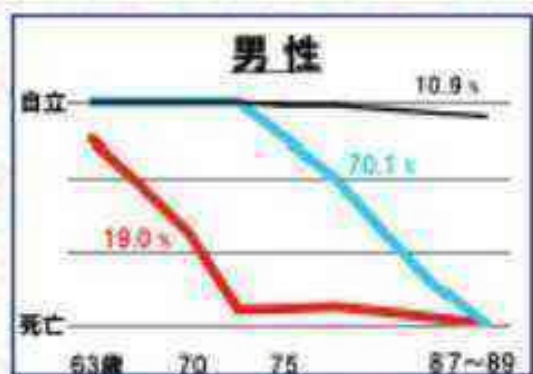
議会報告

地域包括ケアシステム・在宅医療の推進・健康長寿

昨年、日本でもベストセラーになった「LIFE SHIFT」によれば、2007年生まれの日本人の半数は107歳まで生きられると予測されています。超高齢社会時代を迎え、医療・介護・生活支援が住み慣れた地域で受けられる、安心の体制の整備が急がれます。

昨年、区議会第2回と第4回定例会において、地域包括ケアシステム等について一般質問を行いました。現在建設中の「ウェルファーム杉並」(※裏面記事参照)を中心とした地域福祉を推進するとともに、データ分析に基づく現状分析と将来推計による在宅医療や介護の推進等について質問をいたしました。

その一方で、健康長寿のための健康施策の充実も大切です。誰人も避けられない老化現象は、画一的ではなく個人差が大きいとされています。下のグラフは、東京大学の秋山弘子特任教授の20年にわたる調査から、高齢者の日常生活の自立度の低下をパターン化したものです。



縦軸が自立度、横軸が年齢です。赤い線、男性の19%、女性の12%が、60歳を過ぎたころに急速に自立度が低下し、重い要介護の状態になります。この集団には、進行の早いがんなども含まれ、メタボリック・シンドロームを背景とした脳、心臓、血管にかかわる疾病が関係している可能性が高いとされています。また、青い線、男性の70%、女性の88%が75歳頃を境に、ロコモティブ・シンドロームや、加齢による筋肉の減少や認知症などにより徐々に自立度が低下していくというものです。こうした傾向性を理解した上で、効果的な疾病予防と虚弱予防に注力する必要があることを訴えました。

※裏面に区が本年度より開始している「フレイル予防」の取り組みについて記載しています。

