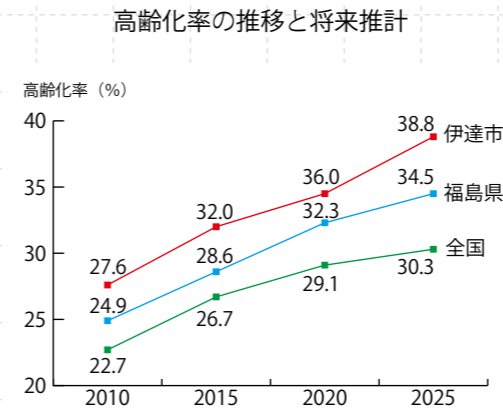


「3人に1人が高齢者」

高齢化社会における地域づくり

伊達市を取り巻く状況

伊達市の高齢化率は県平均や全国平均よりも高い水準で推移しており、団塊の世代が75歳になる2025年まで高齢化率が高くなると推測されます。高齢化率が高くなることに伴い、要介護認定率は上昇傾向になります。また、高齢者の1人世帯・2人世帯が上昇傾向にあります。



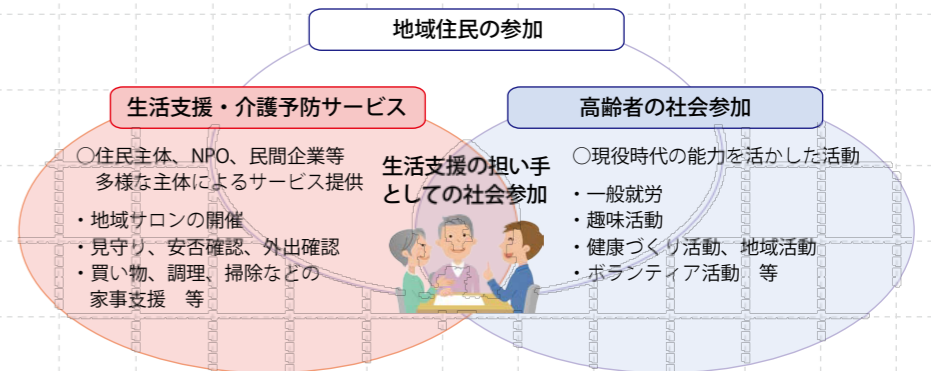
伊達市では、2015年からおよそ3人に1人が高齢者に



まずは外出を
介護予防のために
要介護になる多くの原因は、生活習慣病と骨折と認知症にあります。引きこもりは、これらの危険性が高まりますので、努めて外出するようにしましょう。

積極的な外出から地域活動へ

高齢者ご自身が、積極的に外に出て、そして地域活動に参加してみましよう。長年培ってきた知識や経験を活かして、身近な地域づくりに関わってみてはいかがでしょうか。



新たな地域づくりに向けた取り組み

介護予防・日常生活支援サービス協議体

協議体は、市内各種団体の長、介護事業者、NPOなど、さまざまな組織の情報交換の場・連携強化の場として開催されます。

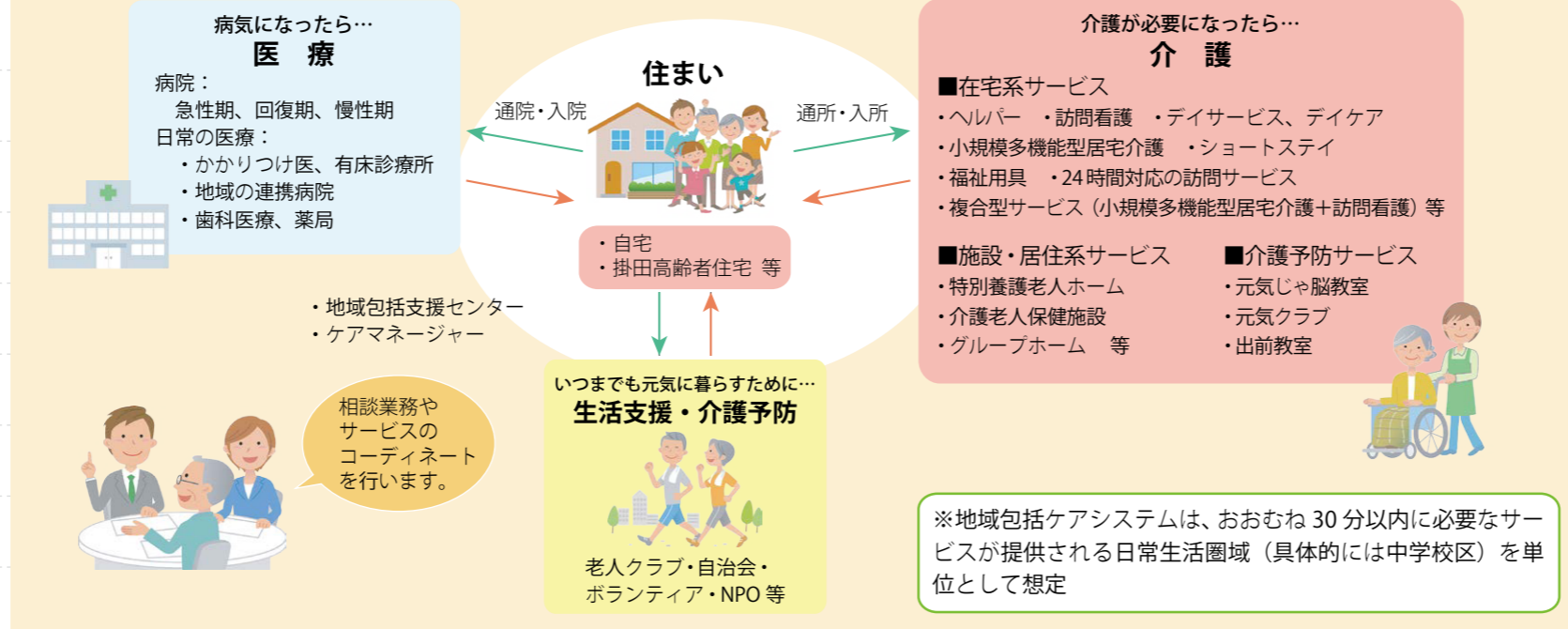
今後、介護事業所の連携の強化と、地域の皆さんとの話し合い、課題や問題を検討する場として活動していきます。

生活支援コーディネーター

市社会福祉協議会の生活支援コーディネーターは、協議体・勉強会を運営します。また、関係組織や団体の課題を探し出し、共有を図ります。

今後は、高齢者の地域の問題や課題を教えてください。サロンやその他の活動されている皆さまの話し合いの場にコーディネーターがうかがってお話を聞かせていただきます。

地域包括ケアシステムの姿



共に助けあう地域づくり

高齢者も、役割や生きがいを見つかることで生活が豊かになります。そして、体や頭を動かすことにより、病気の予防、介護予防につながります。

できることを積極的にを行い、共に助けあう地域づくりに参加しましょう。



☎ 5755-1125

☎ 5755-1299

5月の休日当番医

[診療時間：9時～17時]

※当番医が変更になる場合や、当番日に診療していない科もありますので、事前に問い合わせの上受診してください。

当番日	休日当番医
3日(水)	せきね医院 (内科・外科) 月館町月館字町36 ☎ 572-2333
4日(木)	大山クリニック (内科・消化器内科) 伊達市北後13-1 ☎ 583-2136
5日(金)	北福島医療センター (内科・外科ほか) 伊達市箱崎字東23-1 ☎ 551-0551
7日(日)	掛田中央内科 (内科・消化器内科ほか) 霊山町掛田字西裏49-1 ☎ 586-1315
14日(日)	小野寺整形外科医院 (整形外科・リハビリテーション科) 保原町上保原字寺前2-7 ☎ 575-2001
21日(日)	上保原内科 (内科) 保原町上保原字大木田8-1 ☎ 575-3800
28日(日)	神岡クリニック (内科・外科・整形外科ほか) 霊山町掛田字中町11-1 ☎ 586-1318
夜間急病診療所(福島市)	
福島市森合町10-1 ☎ 525-7672 診療科/内科・外科・小児科 診療時間/19時～翌朝8時 (小児科は23時) 受付/18時30分～翌朝7時30分	
福島県子ども救急電話相談	
夜間の子どもの急な病気・けがの相談に、医師や看護師が応じます。 相談時間：19時～翌朝8時(年中無休) ☎ 521-3790 (短縮ダイヤル # 8000)	

■ばくばく栄養相談会

離乳食のことなどご相談ください。

[日時] 5月9日(水) 10時～11時受付

[場所] 伊達市子育て世代包括支援センター「にこにこ」(保原保健センター隣)

☎ 健康推進課地域母子係 ☎ 576-3510

■伊達ふれあいセンター KIDS広場

毎週(水) 9時～16時、毎週(木) 9時～12時

ただし、祝日はお休みです。