



郡上市健康福祉推進計画

こんな推進活動をしています

健康福祉面に関する条件は次の3つです。

①生活満足度が高いこと

②病気や介護を理由に転出する人が少ないこと

③住み慣れた地域で最期を迎えることができる

認知症を支える

ともに生活する

- ▶認知症になった人を、家族のみならず地域で支える取り組み
- ▶支える知識・態度・技術を小児期からはぐくめるよう支援する取り組み



認知症フォーラムin明宝 ※令和元年度など

認知症を防ぐ

発症を遅らせる・備える

- ▶認知症の危険因子、予防因子への取り組み
- ▶小児期から将来にわたって望ましい生活習慣となるよう支援する取り組み



公民館活動の多世代での「しめ縄づくり」(大和) ※令和2年度など

郡上市健康福祉推進計画とは、「持続可能なミニユーニティ」つまり「安心して暮らし続けるまち」になる条件を健康福祉的側面から指標に定めたものです。

健康福祉面に関する条件は次の3つです。

①生活満足度が高いこと

②病気や介護を理由に転出する人が少ないこと

③住み慣れた地域で最期を迎えることができる

こと

健康福祉推進計画では、優先的に取り組む課題を「認知症」とし、「認知症を防ぎ支えること」の推進をしています。認知

認知症を防ぎ支える取り組みに地域住民の主体的な活動からつなげていくことを目指して、昨年度明宝地域にて市民フォーラムを開催しました。認知症を身近に感じてもらうために自分の経験や知りたいことの意見交換や、自分の地域でできることなどを話し合いました。その中で明宝地域は小さな集落が多く、地区的つながりが

明宝地域での取り組み

情報交換をすることで、お互いの活動の理解を深めています。令和元年度より、2地域をモデル地域として、「認知症を防ぐ」活動の情報交換等を行いました。また、個々の活動の理解を深めています。

つなげる活動

強いため集まりの場がたくさんあるという前向きな意見が多くありました。その反面、その活動が「認知症を防ぎ支えること」につながっていることは認識していなかつたという意見も出されました。

大和地域での取り組み

大和地域では各公民館活動をお互いに紹介し、公民館活動に、子どもから高齢者まで参加することで地域の支え合いができる「認知症を防ぎ支える活動」となっていることを学びました。

希薄になりがちな世代間のコミュニケーションを公民館活動で行なうことで、お互いの顔の見える関係になり、近所での声掛け活動へつながり、結果として家族だけではなく地域で支え合う取り組みへとつながります。

つながる活動

地域で様々な活動が行われており、どの活動も認知症を防ぎ支えることにつながっています。どんな所が「認知症を防ぎ支える」ことにつながっているのか郡上市健康福祉推進協議会委員さんへインタビューしました。



中高生も地区の人と一緒に区民運動会を企画運営しています。※令和元年度など

◆原加代子委員
(郡上市社会教育委員代表)
どんな活動をしていますか。

※郡上市健康福祉推進協議会委員とは、健康福祉推進計画の推進方法について協議するためには、集まつた、各種団体や市民の代表です。



多世代が集まって楽しめる活動を計画しています。
※令和元年度など

支援隊のみなさんからは「公民館という大きな組織の場で自分が企画したことができる。」「地域に貢献できることに喜びを感じる。」などの声が聞かれ、その活動は、毎年受け継がれています。

Q2. その活動は、どんな所が「認知症を防ぎ支える」ことにつながっていると思いますか。

一つである、公民館活動の応援をしています。

Q2. その活動は、どんな所が「認知症を防ぎ支える」ことにつながっていると思いますか。

た。自粛会として、人と人がつながる活動を応援してお
り、地区的集会場を貸し出して
います。昨年は新型コロナによ
るサロン休止期間中に、再開に
向けた感染予防対策のルールを
作つたりしました。

やお寺の行事に加え、美化運動や防災訓練などの自治会活動に子どもから高齢者まで多く参加する地域だと思います。

Q1. (郡上市自治会連合会代表)
どんな活動をしていますか

A group of elderly people are seated around a long wooden table in a community center, eating a meal together. They are wearing masks and using chopsticks. The room has shelves in the background.

かのみずわじまサロン。感染症対策を徹底して活動しています。※令和2年度など

年を取ると外出が億劫になります。特に男性は家に閉じこもりがちに感じます。まずは身近なサロンに出かけてみませんか？このサロンには子育て世代の人も参加しており、赤ちゃんの 笑顔が癒してくれます。

つて雑談や情報交換する機会の良さを感じています。

こんな風に人と話をして何かにつながり、広がることが認知症に備えることにもなるのではないか。そしていつもの顔ぶれが見えないので心配するといった関係性は、認知症になつても住み慣れた地域で安心して暮らし続けることに役立つているように思います。

で、家で持て余していた物の電
利用先について話がまとまりま
した。昔に比べて、お互いの密
への行き来や、集まることが少
なくなつたので、地域の人が密

まとめ



郡上市健康福祉推進計画についての動画

身近な地域で人と人をつなぐ
様々な活動が行われています。
認知症を防ぎ支えるためには、
そういった「つなぐ活動」が本
切だと言われています。みなさ
んが日々行っている活動や集ま
りが、実は認知症を防ぎ支える
ことにつながっていることをざ
ひ意識していただき、一緒に「み
んなで創り、みんなではぐくお
む、安心して暮らしあけられる
まち郡上」を目指しましょう。

に生きるための支えと、認知症に備える予防が必要となります。そのために、健康福祉推進計画は「認知症を防ぎ支える」活動を、行政だけではなく、地域そして住民が一緒になつて考え方を取り組んでいくことを目指しています。

現在、郡上市の認知症の人数は約2200人と推計されており、今後もその人数は増えていくことが予想されます。郡上市が安心して暮らし続けられるまちになるためには、認知症と