



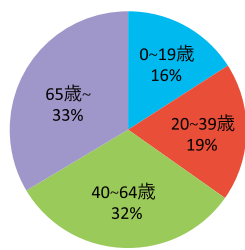
# 元気にいきいきと暮らすために

## ～自分で延ばせる健康寿命～

日本は世界でも有数の長寿国です。医療制度の充実、食文化や生活様式が要因とされていますが、健康に過ごすためには自分の体をよく知ることが大切です。日常生活に制限なく健康に生活できる期間「健康寿命」を延ばし、元気にいきいきと暮らすために、65歳以上のすべての人が利用できる新しい制度『介護予防・日常生活支援総合事業』が始まります。

### 進む高齢化と介護保険制度

下関市の高齢化率は、全国平均を大きく上回っており、平成28年中に人口の3分の1(33.3%)を超えました。また、高齢化のピークを迎える2025年には、36.6%になると予想しています。急速に進む高齢化に対応するため、平成12年に始まった介護保険制度は幾度もの改正を行っており、高齢者の生活を支えるためになくはならない制度になっています。



人口の割合(下関市)  
269,198人 (H29.1)

### 自宅で暮らし続けることの難しさ

要介護度の高い高齢者が自宅で暮らすには、介護サービスの利用や家族の支援などが不可欠ですが、頻繁なケアや見守りの必要性などから施設への入所を決める例も増えています。下関市でも、要介護度の上昇とともに施設介護サービスの受給率が高くなり、要介護4で約35%、要介護5で約43%の方が利用されています。

### 住み慣れた場所で暮らし続けるために

住み慣れた場所で暮らし続けるために、まず健康でいることが重要です。下関市では平成29年4月から、「介護予防・日常生活支援総合事業」を始め、介護が必要な状態にならないために利用できるサービスを提供し、予防の面から住み慣れた場所での生活を支援していくことになりました。

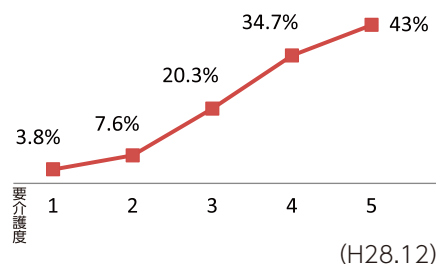
この事業を活用して、寿命と健康寿命の差を縮め、元気にいきいきと、住み慣れた自宅で家族・ご近所・友人たちと末永く暮らしましょう。

寿命と健康寿命の差(歳)

	男性	女性
全国	9.01	12.40
山口県	8.31	11.29
下関市	8.15	10.78

※差がないほど理想的 (H25)

### 施設介護サービス受給率



平成29年4月から

# 「介護予防・日常生活支援総合事業」

が始まります！

一人ひとりの目標や状態に合わせた介護予防のサービスが利用できます。

- 1 今までの介護予防給付のサービスと比べ、利用の方法が変わります。(基本チェックリスト)
- 2 要介護認定等を受けなくても、訪問型・通所型サービスを利用できるようになるほか、選択の幅も広がります。
- 3 利用できる内容、回数、時間、利用料などが変わります。

## 利用までの流れ

