

ほづみーと～meet(会う)～・オンライン

開催結果報告

- 1 開催日時 令和7年12月18日(木)
午後7時から8時まで
- 2 開催場所 オンライン
- 3 参加者 市長、長寿あんしん課長、
介護サービス課長、市民そうだん課長
- 4 テーマ 「人生100年時代～長寿社会の未来を
みんなで考えよう～」



5 主な対話の内容

【市長】

本日は、参加者がいなかったが、テーマが「人生100年時代、長寿社会の未来をみんなで考えよう」という非常に大事なテーマとなっている。そのため、太田市役所の課長3名との対話を、視聴している皆様に観ていただきたいと思う。今の日本は、高齢化社会、超高齢化社会と言われているが、統計的にはどうか。

【市民そうだん課長】

令和6年10月1日時点で65歳以上人口の総人口に占める割合は、29.3%。(内閣府「令和7年度高齢社会白書」より)今から45年後には、4人に1人が75歳以上となると推計されている。

【市長】

人口減少少子高齢社会と言われており、人口が減る中で、結局は労働人口が減ることが大きな問題。介護分野においても、高齢者が増え、高齢者を支える人たちの確保が大きな問題となる。太田市で介護サービスを受けている方は、どのくらいいるのか。

【介護サービス課長】

令和6年度末で、介護保険サービスを受けている人が約8,800人。このうち、在宅サービスを受けている人が約6,100人。施設サービスを受けている人が約1,500人。地域密着型サービスを受けている人が約1,100人。

【市長】

「地域密着型サービス」とはどういうものか。

【介護サービス課長】

地域密着型とは、介護状態となった高齢者が、住み慣れた地域で可能な限り生活を続けられるよう支援する介護保険サービスのこと。太田市内にある事業所を太田市に住所を有する方のみ利用できる「在宅サービス」と「施設サービス」のこと。

【市長】

介護給付にかかるコストについて、いろいろとご意見があるが、国や県とのますますの連携が必要になると思う。ただ、いざ介護を受けたいというふうになったときに、どうしたら良いかということ、知らない方も多いと思うが、その点はどうか。

【介護サービス課長】

地域包括支援センターを利用いただきたい。

高齢者が住み慣れた地域で、その人らしい生活を送るために、介護の必要な状況にならないような予防対策、また、その人の状態に応じた。介護医療福祉などのサービスが受けられるように、保健師、社会福祉士、主任ケアマネージャー等がチームとして、総合的に支援する。

市内9ヶ所に地域包括支援センターを設置している。

介護サービス課のホームページ等に、施設の一覧や詳しい内容を掲載している。また、「太田市くらしの便利帳」の「福祉・介護」のページにも施設情報を掲載しているので、ぜひご覧いただきたい。

【市長】

今は、若い人と同居をしない高齢者が多い。1人暮らしの方が増えてきていることなどを考えると、人口は減っているが、世帯数が増えるというような状況が、どこの都市にも見られてると思う。

長寿あんしん課の「お茶の間カフェ」など、1人暮らしの方が積極的に表にでられるような機会は、非常に重要だと思う。

それと同時に、高齢者で働いている方もいるので、技術やこれまでのスキルを活かした社会作りは、これからも重要な施策になると思う。

【長寿あんしん課長】

元気なお年寄りが増えれば、労働力としても期待できる。それには、高齢者のニーズに合わせた働き方や、活躍の場を提供することが大切。これまでシニア同士の交流の場であった老人クラブは、加入率の低下が続いている。

そこで、シニア同士の新たなコミュニケーションのシニア e スポーツのニーズが高まっている。e スポーツは、運動のスポーツではないので、体に障害があるなどの事情があっても気軽に始めることができる。中でも、レースゲームや太鼓でリズムを競うゲーム、パズルゲームなどは操作が簡単で単純なので、始めるにも非常にハードルが低いジャンルとなっている。

【市長】

ゲームは、必ずしも若い人だけのものではなく、デイサービスなどでも、e スポーツゲームを取り入れてるところもある。シニアの世代にも、これから楽しめる1つのツールではないか。

【長寿あんしん課長】

e スポーツは、シニアだけではなく子どもや孫の世代と一緒に楽しむことができ、世代間の交流ができる。以前開催したシニア e スポーツの講座の参加者からも、帰ったら孫とやってみたいとか、一緒にできるようになったとか、楽しみが増えたなど、非常に前向きな感想をいただくことができた。

【市長】

プログラミング学校の子供達とコラボしながら、太田市を盛り上げてもらうのもよいと思う。また、e スポーツは、認知症予防効果も期待されている。

【長寿あんしん課長】

対戦相手の動きを予測するなど、脳の活性化や、認知機能の向上も期待されている。練習相手や対戦の場を作ることで、社会との繋がりができ、孤立を防ぎ、いきがい推進につながると言われている。

【市長】

ゲームだけでなく、こうしてインターネットがこの社会を大きくプラスに変えている。移動しなくても、このような機会を通して市民の皆さんとネットで繋がることができ、コミュニケーションができる良い時代である。

【市民そうだん課長】

高齢化問題は、課題が多いというイメージがあるが、良い面もあることが分かった。健康上問題なく生活が送れるよう、「健康寿命」を伸ばすことが、大切なのではないか。それには、規則正しい生活を送ること。自分の歯で美味しく食事を取れるように食後の歯磨きと口腔ケアを行うこと。そして、適度な運動を行うこと。最後に、時間帯ごとに活動することなどが挙げられる。

【市長】

私も水分をしっかり摂ったり、階段を上るなど日常生活で身近なことに気を付けている。運動なども大事だと思うが、やはり人との繋がりが大切。地域の行事などに出かけ、人との交流を持つことが、健康を維持する上で大事だと思う。

【市民そうだん課長】

ここからは、インターネット調べのデータを紹介したい。「60歳以上のシニア800人に聞いたあなたの人生で最も後悔していることは何ですか。」という内容で、なかなか面白いアンケート結果を公開している。第3位は「大学の選択」、第2位は「結婚相手について」。

そして、第1位は「もっと勉強すればよかった」であった。

【市長】

第3位の「大学の選択」とも繋がっている。

【市民そうだん課長】

「学ぶ」ということであるが、太田市では、各行政センターや生涯学習課などによる「高齢者学級」など高齢者が学べる場所がある。まだまだ、いろいろなことを学びたい皆さんにぜひご利用いただきたい。

【長寿あんしん課長】

100歳以上の高齢者が今日現在241名いらっしゃる。最高齢の方は108歳。長寿あんしん課では、住み慣れた地域で高齢者の皆さんが安心して暮らせるよう、様々な事業を行っている。これからも、高齢者に寄り添った事業の推進に努めていきたい。

【市長】

何歳になってもいろんなことがチャレンジできる社会作りが大事だと思っている。高齢になっても新しいことにチャレンジして、満足できる人生を皆さんに送っていただきたいと思う。