



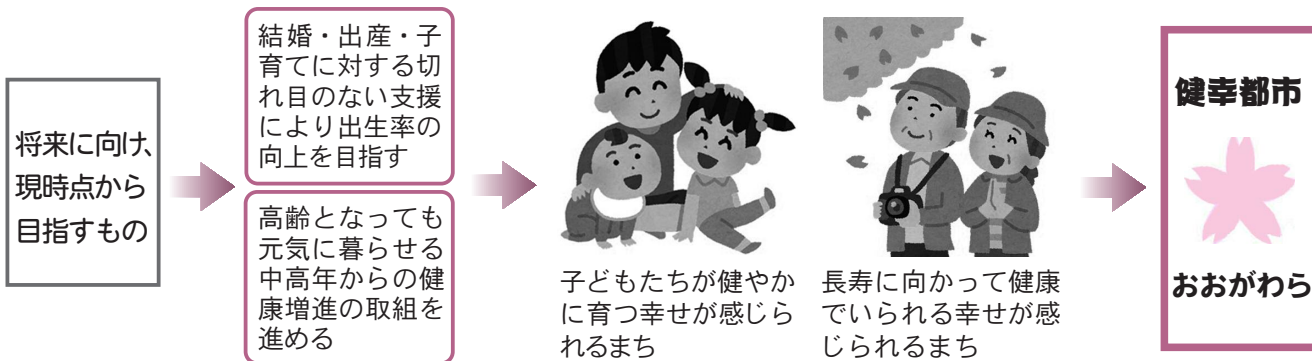
# 幸せが感じられるまちを目指して

先月から「健康都市おおがわら」の連載を始めましたが、町が「健康都市」を目指すことになった発端は、昨年度策定した「大河原町まち・ひと・しごと創生総合戦略」の計画を作る際に本町の現状や将来に向けた人口推計を調べたことにより、主に出生率の向上と健康寿命の延伸が重要なポイントになると認識したためです。先月に引き続き「健康」について説明します。

## 推計 30年後の本町の姿

	2015年	2045年	比率
①全体人口	23,530人	20,539人	12.7%減
②年少人口（15歳以下）	3,398人	2,242人	34.0%減
③生産年齢人口（16～64歳）	14,920人	10,882人	27.1%減
④高齢人口（65歳以上）	5,864人	7,415人	26.4%増
⑤高齢者を支える生産年齢人口の割合	2.30人	1.46人	36.5%減

左の表から分かることは、少子化が続き労働人口が減り続け、高齢者の医療や介護、年金を支えられなくなることです。この傾向を変えるために、人口減少及び少子高齢化への対策を現時点から進めるとして、出生率の向上と健康寿命の延伸に力を入れていきます。



## 健康寿命の延伸を進めたい2つの特徴を持つ大河原

### 1. 高齢者が増え続ける期間が長い

日本全体で64歳以下の人口は減少し続けています。一方、65歳以上の高齢人口は2040年頃まで増え続け、その後に全体で人口減少が加速していきます。本町の場合、高齢人口は2050年頃まで増え続ける推計で、全体の人口減少は遅く来ます。

(人口推計)	2015年	2020年	2025年	2030年	2035年	2040年	2045年	2050年	2055年
高齢人口(人)	5,864	6,477	6,870	6,917	6,994	7,298	7,415	7,435	7,270

他市町村より高齢者の人口が増え続ける中、健康でいられる期間が長ければ、家族や地域の中で生きがいを持って暮らせますし、人口減少の緩和となります。

**健康を気にかけないと** 健康寿命が短い→病気がちな期間が長く続く→平均寿命が短く人口減少が進む

**健康増進を意識すると** 健康寿命が長い→家庭や地域でいきいきと暮らせる→健康でいられる幸せが感じられる→平均寿命が延び人口減少が進まない

本町は、高齢者が増え続ける期間に健康寿命の延伸の施策が進展するかどうか、重要な分かれ目となります。

### 2. 一人暮らし高齢者が増える傾向にある

核家族化が進み、全国的に高齢者世帯、一人暮らし世帯が多くなっています。

本町は一人暮らし高齢者の割合が増えており、県内町村平均11.2%に対し16.7%と高く、この傾向は進むと見られ、一人で暮らす中での健康保持、増進に対する施策が必要と考えます。

高齢期の健康寿命の延伸、そのためには中高年からの健康増進の活動が必要、そのためには運動の機会や場を多くすること。まずは自分の時間で、自分のペースでできる「歩く」ことから始めましょうということで「健康寿命の延伸」を目指す重点として「歩きたくなるまち」事業を始めることとなりました。