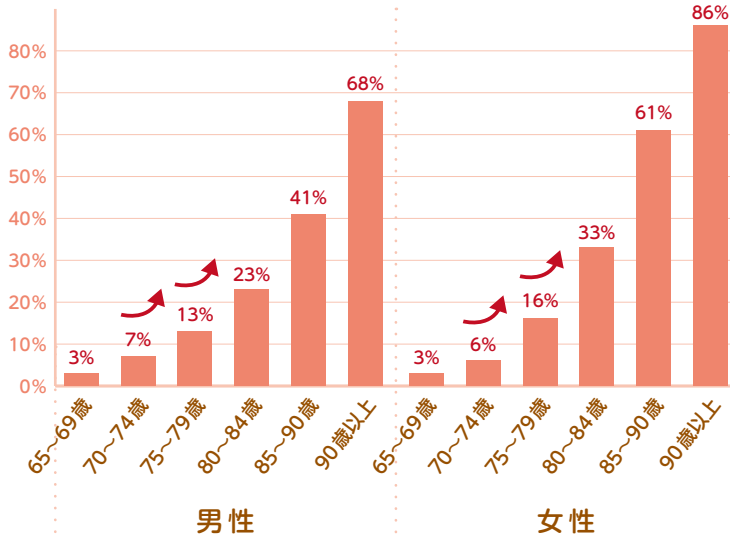


データで見る飯塚市の要介護認定の状況

男女ともに75歳を境に要介護認定が急増

男女別 年齢階層別 認定率 (R04.4.1)

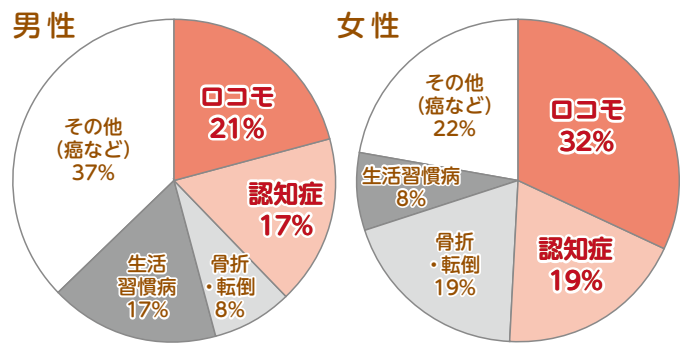


- ・要介護認定を受ける人の割合(認定率)は、年齢を重ねるごとに高くなります。
- ・「私は、まだまだ若い」という意識がある60代や70代前半は、たしかに認定率は低いのですが、**75歳を境に男女ともに認定率が約2倍高くなります。**
- ・80代に入ると男女ともに、さらに認定率が高くなり、85歳を越えると、男性は全体の約4割、女性は約6割が認定を受けることから、もはや他人事ではありません。
- ・75歳前後の「まだまだ若い」気持ちのうちに、介護予防に取り組むことが重要になってきます。

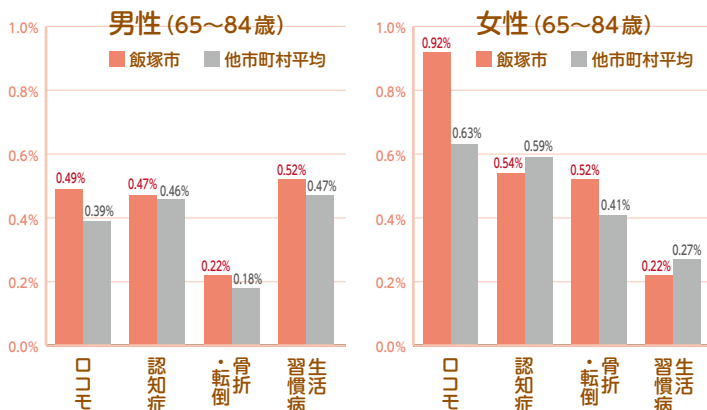
要介護認定の原因は、男女ともにロコモと認知症が大半

- ・要介護認定の原因は、**ロコモ(下肢筋力低下と関節疾患)**と**認知症**の合計が、**男性は約4割、女性は約5割**を占めています。
- ・**ロコモ**や**認知症**は、**運動や散歩、地域での活動、友人・知人とのおしゃべり、週2回以上の外出**などによって予防効果があることが、専門家の調査でわかっています。

ロコモティブシンドローム(ロコモ)とは運動器の障がいのために立ったり歩いたりするための身体能力(移動機能)が低下した状態をいいます。



飯塚市では、男女ともにロコモが原因の要介護認定が多い

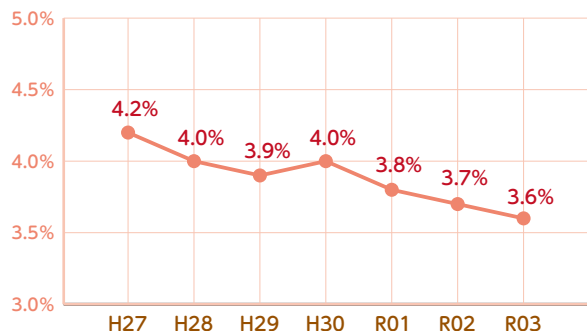


- ・他市町村(*)と比較すると、飯塚市は、男女ともに**ロコモの割合が高くなっています。**
- ・飯塚市では軽い運動や散歩などによる介護予防の重要性が、特に高いと言えます。
- ・また、女性は骨折・転倒、男性は生活習慣病の割合でも、他市町村より高くなっており、食生活や運動面における介護予防が重要です。

(*) 分析業務受託業者が持つデータで比較しています。

令和3年度は新規認定者が減少

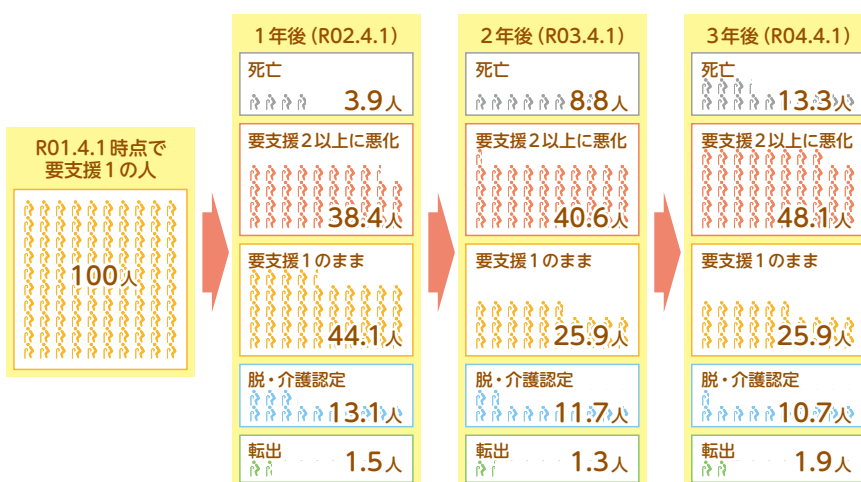
新規認定率の推移 (65歳以上)



- ・飯塚市では、1年間に新たに要介護認定を受ける「新規認定者」の人口に占める割合(新規認定率)が、平成29年度以降減少傾向で、令和3年度も減少しています。市民や関係者の皆様の日頃の介護予防の取組の成果が出ているのかもしれませんが。
- ・ただし、飯塚市の認定率は21%であり、県平均や全国平均の19%と比べると、まだまだ高いため、今後も継続した介護予防の取組が重要です。

要支援でも早めの介護認定「卒業」が必要

- ・要支援1の方100人について3年後の要介護度がどうなったかを見ると、要介護認定を脱した人は約11人にすぎません。
- ・一方で要介護度が要支援2以上に悪化する人は、3年後には約48人にもなります。
- ・早めに要介護認定を卒業して、元の生活に戻るよう本人や関係者の取組が大事になってきます。



「まだまだ若い」うちからの介護予防を！

- ① 75歳前の「まだまだ若い」気持ちのうちから、介護予防に取り組むことが必要です。
- ② ひとたび要介護認定を受けると長期化する傾向があり、早めの要介護認定卒業が必要です。
- ③ さまざまな運動教室や脳元気教室に参加することで、体力維持や介護予防の効果が期待できます。
- ④ 介護予防教室に限らず、運動や散歩、地域での活動、友人・知人とのおしゃべり、週2回以上の外出などが、介護予防に効果があることが、専門家の調査でわかっています。
- ⑤ 新型コロナウイルス感染予防と介護予防の両立に取り組みましょう。