

介護予防

はつらつ度アンケート結果  
運動量・運動機能が向上

高齢者の生活状況を把握し、地域に合った健康づくりや介護予防の取り組みを進めるため、今年度も京都大学医学研究科の協力で「はつらつ度アンケート」を実施しました。対象は介護認定を受けていない65歳以上の市民1万8,929人（回答者1万

309人。回答率54・5割）。結果は昨年と比べ、特に運動量と運動機能が向上しています。また、心の健康、摂取カロリーもすべての地域で向上しています。市が実施した介護予防教室などの参加者は年々増えており、昨年度は延べ1万7,334人が参加さ

れました。皆さんの健康に対する意識の向上が自然と行動に結びつき、良い結果につながったと思われます。この結果を参考に、今年度も地域の皆さんと一緒に介護予防に取り組めます。詳しくは、高齢者支援課（☎66・1012）へ。



その他のアンケート結果 (昨年との比較)

	24年	25年	
週1回以上ウォーキング習慣がある人	58%	61% ↑	◎
運動機能が低下している人	28%	21% ↓	◎
週3回以上、魚を食べる習慣がある人	73%	72% →	△
連絡を取り合う友人がいない人	23%	19% ↓	◎
気分が落ち込みやすい人	47%	42% ↓	◎

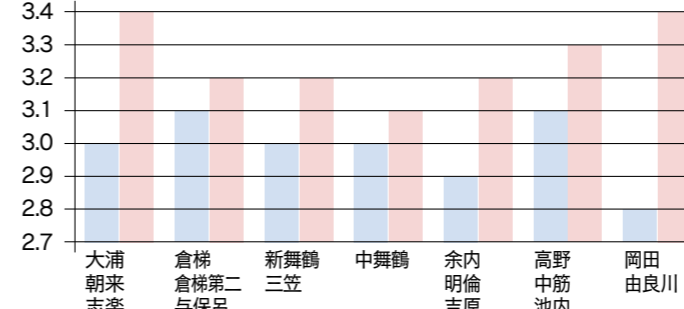
集会所などに運動指導員を派遣

自治会などを対象に地域の集会所で体操をされるグループに運動指導員を派遣しています。昨年度は約50団体が利用され、楽しく運動に取り組まれています（月2回まで、半年間無料）。詳しくは、高齢者支援課（☎66・1012）へ。

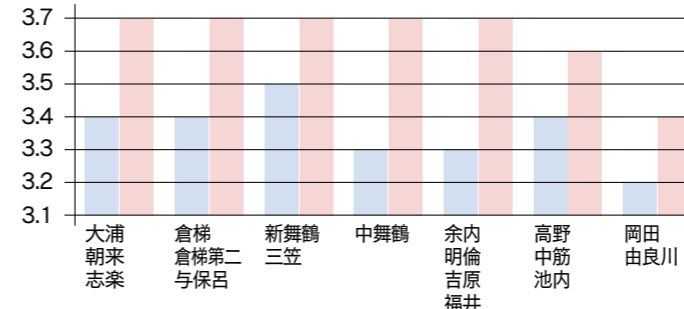


※（ ）は平成24年度。（ ）は平成25年度。  
※それぞれの要因を5点満点とし、地域別に比較。どの要因も数値が少ないほど、要介護のリスクが高くなります。

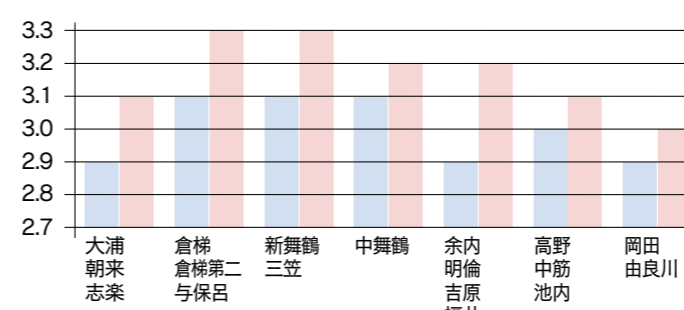
【運動量】



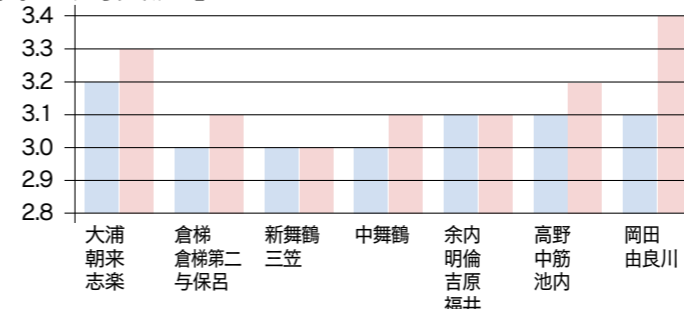
【運動機能 (立ち上がる、歩くなど)】



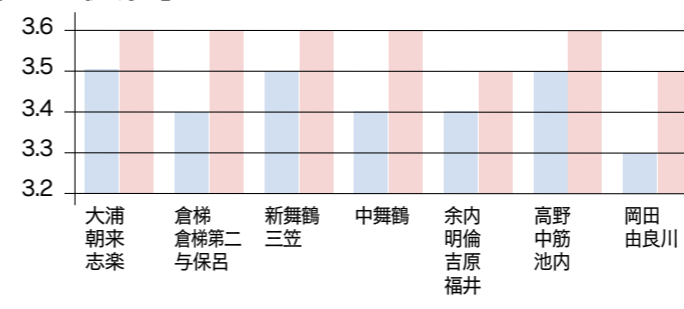
【摂取カロリー】



【社会的交流】



【心の健康】



国保

70〜74歳の皆さんへ  
医療費の窓口負担を見直し

4月から70〜74歳の国民健康保険（国保）加入者の医療費の窓口負担が変わります。今まで国の特例措置により窓口負担は1割（法律上2割）となっていました。この措置が見直されることになりました。

老人医療助成制度の特例措置

見直しは、高齢の方の生活に大きな影響が生じることのないよう、平成26年4月2日以降に70歳の誕生日を迎える人から段階的に実施します。府と市で実施している老人

医療費助成制度（マル老）に該当している人は70歳になっても平成26年度中に限り引き続き1割負担となります。

対象者と窓口負担

◆26年4月1日までに70歳を迎えた人  
窓口負担は1割（現役並み所得者は3割）

◆26年4月2日以降に70歳を迎える人  
窓口負担は70歳を迎えた月の翌月から2割（現役並み所得者は3割）、マル老に該当している人は1割

※詳細は上表のとおり

▼マル老に関するお問い合わせは保険医療課後期高齢・福祉医療係（☎66・1075）へ。

▼国保の負担割合に関するお問い合わせは、同課国民健康保険係（☎66・1003）へ。  
▼社会保険に関するお問い合わせは各職場へ。

【平成26年度中の医療費の窓口負担割合】

マル老	70〜74歳	
	26年4月1日までに70歳を迎えた人 (昭和19年4月1日以前生まれ)	26年4月2日以降に70歳を迎える人 (昭和19年4月2日以降生まれ)
非該当	3割 (※1)	3割 (※1)
該当 (※2)	1割	2割
該当 (※2)	—	1割 (※3)

- 【※1】 現役並みの所得者（住民税課税所得が145万円以上）がいる世帯はこれまでどおり3割負担。
- 【※2】 マル老の該当の判定は8月。7月までは平成24年、8月からは平成25年の所得状況に応じて判定。
- 【※3】 マル老の特例措置は26年度中に限る。
- 【注意】 医療費の助成制度には、重度心身障害者医療の助成制度もあり、上表の負担割合に当てはまらない場合もあります。

社会福祉大会 社会福祉の功績者に表彰



▲市長から社会福祉功労者表彰を受ける



▲社会福祉施設での体験を発表

市内の福祉関係者が集う「社会福祉大会」が3月2日、中総合会館で開催。社会福祉功労者の表彰などが行われ、誰もが心豊かに暮らせる地域社会の実現に向け決意を新たにしました。

市と市社会福祉協議会が主催し、福祉関係者ら約150人が出席。長年に渡り、福祉活動に携わった民生委員・児童委員や福祉施設の職員、ボランティア団体など64人、5団体に多々見市長と坂根章・社会福祉協議会会長から表彰状が贈られました。また、市社会福祉協議会への寄付者3人と2団体には感謝状が渡されました。

その後、市内の高校生4人が社会福祉施設での体験を発表。「利用者の方を笑顔にできる介護福祉士になりたい」「車いすで移動するときにかける一声はすごく安心感を与えます。言葉の力を確認した」などと体験を語りました。

《保健福祉企画課、社会福祉協議会》