

若者と高齢者がふれあえる
町にしよう

五ヶ瀬町の人口及び高齢化率

～高齢化率とは～

総人口に占める、65歳以上の
高齢者人口の割合のこと

五ヶ瀬町の人口及び高齢化率

高齢化率が・・・

7%を超えると

「高齢化社会」

14%を超えると

「高齢社会」

21%になると

「超高齢社会」

と呼ばれる

五ヶ瀬町の人口及び高齢化率

| | |
|-------|-------|
| 人口 | 3770人 |
| 65歳以上 | 1572人 |
| 高齢化率 | 41.6% |

現状

- ・ 高齢者が増えている
- ・ 若者が減っている
- ・ 人口が減っている

現状

- ・ 人口が急激に増えることを理想とするのは現実的ではない.....



- ・ 確実に増えていくと思われる高齢者の方々とのかかわりを大切にする！

仮説

高齢者が元気になれば、
五ヶ瀬町が活気づくだろう。

提言

若者と高齢者がふれあ
うことで高齢者を元気
にしよう

若者とふれあうだけで高齢者は元気になるのか？



(情報誌「健康づくり」2019年9月号より)

若者とふれあうだけで高齢者は元気になるのか？

「社会とのつながりが豊かなこと」
が長寿に強く影響！

意外に...

禁煙・適度な飲酒・運動習慣より上位！

今あるイベント

若者と高齢者がふれあうことができるイベント

- ふれあい施設でのイベント
- 加勢の日
- 子育て支援センターでのイベント




まだまだ少ない！

具体策①

多世代交流会を開く

多世代交流会とは？

- ・ 伝統技術の伝承、スポーツ、文化活動

 これらを通して...

若者と高齢者のふれあい交流を進め、
親睦を深めることで地域の活性化をはかる

他県の例

兵庫県丹波市立柏原中学校

他県の例

スカッドボール



(FEEDメディカルケアより引用)



(兵庫県丹波市立柏原中学校HPより引用)

他県の例

懇談会やカードゲーム



(兵庫県丹波市立柏原中学校HPより引用)

他県の例

「ふるさと」合唱



(兵庫県丹波市立柏原中学校HPより引用)

他県の例から

同じ世代でふれあうだけでなく、世代を超えてふれあうことで地域のつながりが深まると思います。

交流会の内容

- ▶ 昔の遊び（例、かるた、めんこ、竹馬）
- ▶ 料理教室（高齢者の方に教えてもらう）
- ▶ 合唱の発表（中学生による）
- ▶ 脳トレ

課題

1. 誰に教えてもらうのか
2. どこで行うのか
3. どのように呼ぶのか

解決策

1. 誰に教えてもらうのか



あらかじめ講師の方に頼んでおく

解決策

2. どこで行うのか



ふれあい施設、中学校体育館を利用する

解決策

3. どのように呼ぶのか



ポスター、回覧板で回して
もらう

具体策②

小中学校の体育大会や文化祭、町の音楽発表会などに招待する

課題

1. どのように呼ぶのか
2. 会場までの高齢者の方の移動方法

解決策

1. どのように呼ぶのか



ポスター、回覧板で回してもらおう

解決策

2. 会場までのお年寄りの移動方法



高齢者の方々専用のバスを出しても
らう

得られる効果①

若者と高齢者がふれあえる
機会ができる

得られる効果②

若者と高齢者がふれあえる機会
ができることで高齢者が元気に
なる

まとめ

若者と高齢者がふれあえるさまざまな活動を通して五ヶ瀬町を元気な町にしたい。