



▲元気なうちから身近な場所で介護予防(大島7丁目「あかつき苑」の健康増進スペース)

介護予防「いきいきチェックリスト」で生活機能の低下を早期発見

平均寿命が延びるなか、介護を必要とする人の数も増え続けており、深刻な社会問題となっています。江東区でも、高齢者人口の16%となる約1万6千人が要介護認定を受けています。介護が必要になっても安心して暮らしていることができるまちづくりを進める一方、できるだけ介護を必要としない期間を延ばすことも重要です。

まずは現在の状態をチェック

運動・栄養・こころの状態など、厚生労働省が定めた25項目の質問に答えると、「近い将来介護が必要な状態になるおそれがある(二次予防プログラムの対象者)」または「生活機能の低下なし」が判定できます。期限内に回答した方には、8月上旬に判定結果と介護予防プログラムのご案内を郵送します(下図)。

要介護状態の早期発見に効果的

平成25年度の実施結果によると、「近い将来介護が必要な状

65歳以上の対象者に郵送
5月27日(水)

プログラム参加で効果を実感!

二次予防プログラムに参加した方は、筋力、バランス能力、歩行速度などの測定結果が向上しています。このほか、「体が軽くなった」「仲間ができた」

プログラムがあります。また、今年度から、地域で自主的に活動するサークルの支援として、運動の指導を開始しました。ご利用条件があります。

お住まいの地域を担当する長寿サポートセンター・長寿サポートセンターが支援



区長就任にあたり



皆さんこんにちは。この度の選挙で、多くの区民の方からご支持をいただき、江東区長に就任いたしました。

人口急増を続ける江東区は、50万人都市の仲間入りを目前にしています。来年11月には、豊

江東区長 山崎孝明

洲新市場が開業し、そして5年後には、いよいよ東京オリンピック・パラリンピックが開催され、数多くの競技が区内で実施されます。さらに中央防波堤埋立地帰属の早期解決など、本区は今、大きな転換期にあります。この大切な時期に、三たび区長職をお任せいただき、あらためてその職責の重さを痛感するとともに、初心に帰り区政を担ってまいります。

世界に誇れるまちとは、住む人、働く人、訪れる人など、まにに係わるすべての人が、安心安全、そして快適に過ごせるまちだと思えます。そのためにも人口増加が続く南部地域における公共施設の整備や、緑化・温暖化対策の推進、そして保育所待機児童の解消等、子育て・教育環境の整備、高齢者・障害者

関連施設の整備、南北交通の利便性の向上、災害に強いまちづくりの推進など、江東区長期計画(後期)の七つの重点プロジェクトを着実に実施するとともに、商店街振興など多くの行政課題にも対応してまいります。私が基本とする姿勢は、「区政を持って全力で臨むこと。この思いに、いささかも変わりはありません。次代を担う子どもたちに、胸を張って残せる江東区をつくるため、全力で取り組んでまいります。