

# かみしるべ 第8号

～すべての人に居場所と出番のあるまちづくり～

第8号 もくじ

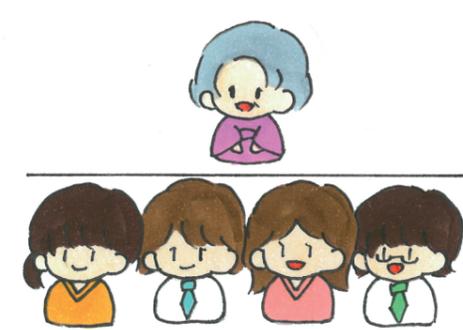
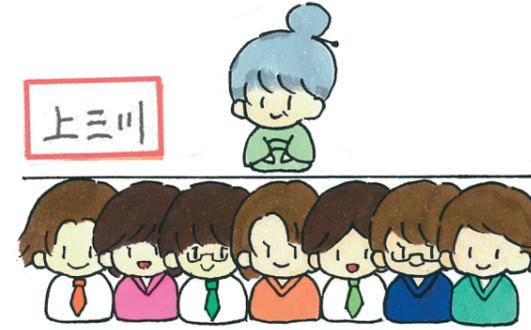
～支え合いでつないでいこう私たちの未来～  
未来予想図 (理想編)

## ひとりがひとりを支える社会へ

[1980年] 「胴上げ型」

[2010年] 「騎馬戦型」

[2040年] 「肩車型」



65歳以上1人に対して  
20～64歳は7.3人

65歳以上1人に対して  
20～64歳は3.6人

65歳以上1人に対して  
20～64歳は1.5人(推計)

[1980年] 「胴上げ型」

[2010年] 「騎馬戦型」

[2040年] 「肩車型」



65歳以上1人に対して  
20～64歳は6.6人

65歳以上1人に対して  
20～64歳は2.6人

65歳以上1人に対して  
20～64歳は1.4人(推計)

イラスト作成：本郷中学校美術部のみなさん

今日



既読

2040年には、僕も34歳か。  
その頃は、上三川町も3人に1人が  
65歳以上の社会になるんだって。



僕



お母さん

わたしは2040年には66歳になるのね。  
上三川町でも高齢化が進んで、病気になっても  
ベッドがなくて入院できないし、空気がなくて  
施設にも入れない社会になるんだって。



既読

僕は一人っ子だから、お母さんもお  
父さんも2人とも元気でいてね。



僕



お母さん

いつまでも元気でこの地域で過ごせるよう  
に、今から趣味サークルとかボランティアに  
参加してみようかな。



趣味 ガーデニング

イラスト作成：明治中学校美術部のみなさん

### 編集後記

「あなたは老後、どのように暮らしていくか。」を考えたことがありますか？

10代20代の頃は、老後なんて遠い未来で想像もつかない。30代40代は仕事や子育て等で日々の生活に追われ考える余裕もない。50代に入り定年退職が頭の片隅に浮かぶが、老後はまだ先の話と思ひこむ。定年退職の歳になる数年前から「あと数年で退職か！」と考え、「子ども達も独立し、定年後は楽しい老後が待っている。」と勝手に想像を巡らせる。いざ仕事をリタイヤし、しばらくは時間の束縛も無く、自由な生活を送ってみるが段々と飽きてくる。配偶者はいつまでも一緒だと思っていたら、配偶者が倒れてしまった。・・・ふと我に返ると自分の周りには配偶者と遠くに住む子ども以外に話し相手すらいなかった。自分の老後への不安が一気に押し寄せてくる。

そんな時、力になってくれるのは「遠くの親戚より近くの仲間！」未来の保障の大切な宝物として、セカンドライフのきっかけとして、今からでも少しずつ、自分の住む地域に目を向け、地域の「支え合い・助け合い」に興味を持ってみませんか？

在宅介護支援センター 友愛苑 生活支援コーディネーター 石塚大

### 「かみしるべ」とは？

年齢を重ねても誰もが安心して自分らしく生活でき、自立した生活を続けられるように地域ぐるみで支える仕組み(=地域包括ケアシステム)の基盤づくりとして、多くの方に情報をお届けするために、かみしるべを発行しています。タイトルは「上三川町」と「道しるべ・道案内」の意味を込めました。

【発行】チームかみしるべ (上三川町高齢者支援協議体)

【事務局】上三川町 健康福祉課 高齢者支援係

電話 0285(56)9102

FAX 0285(56)6868

メール fukushi01@town.kaminokawa.lg.jp

