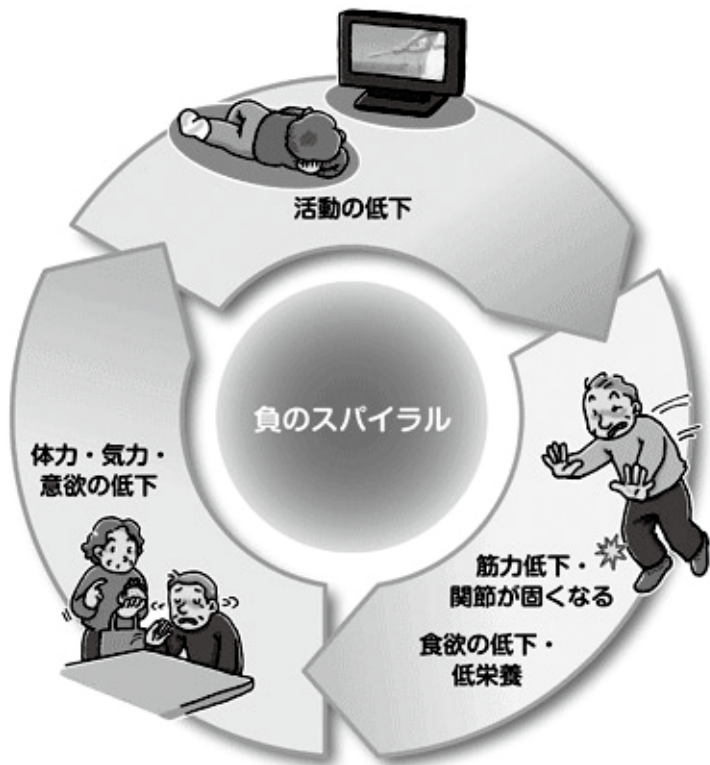




介護が必要となるきっかけは？

- 病気 ●関節疾患・骨折 ●閉じこもり
- 認知症 ●高齢による衰弱

からだを動かさないでいると…



介護予防を考える

「あなた、ホントに世話あねんかえ？」

いつまでも元気で、そして住み慣れた地域で、ご家族やご友人と自分らしく暮らすためには、何よりも『健康であること』が大切。

そのためには、健康な時から、予防対策に取り組むことが必要です。それが『介護予防』なのです。

そのために『運動』『食事』『暮らし』を意識した生活を心がけましょう！

※平成24年度2次予防対象者把握事業による。

介護予防の対象となる高齢者の数は？

(国東市民約3.1万人・高齢者数11,498人)

9,107人

です。

2,391人

介護や支援が必要な高齢者
要介護・要支援認定者

20.8%

5,346人

介護予防に心がけた方がよい元気な高齢者
1次予防対象者

46.5%

3,761人

介護予防が必要だと思われる高齢者
2次予防対象者

32.7%