

# 日本の高齢社会に対する 介護と健康への取り組み Long-term health care systems and active aging in Japan

安藤裕一 (株) GMSSヒューマンラボ

YUICHI ANDO, M.D., PHD.

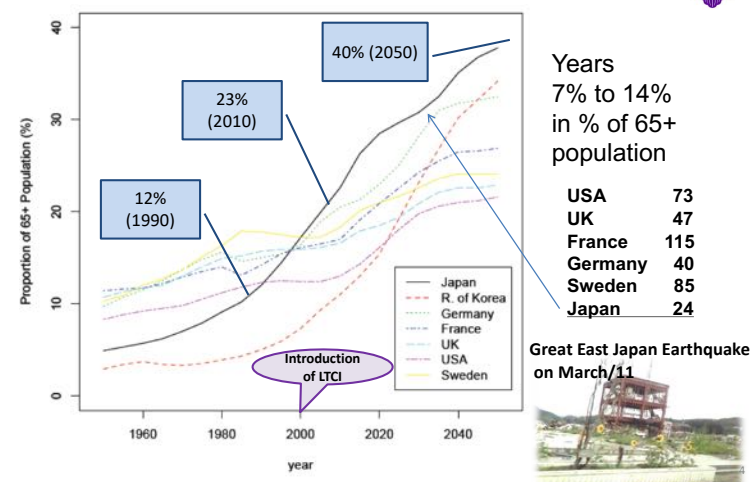
INSTITUTE OF GLOBAL MEDICAL AND SPORTS SCIENCE JAPAN, INC.



## 目次 Outline

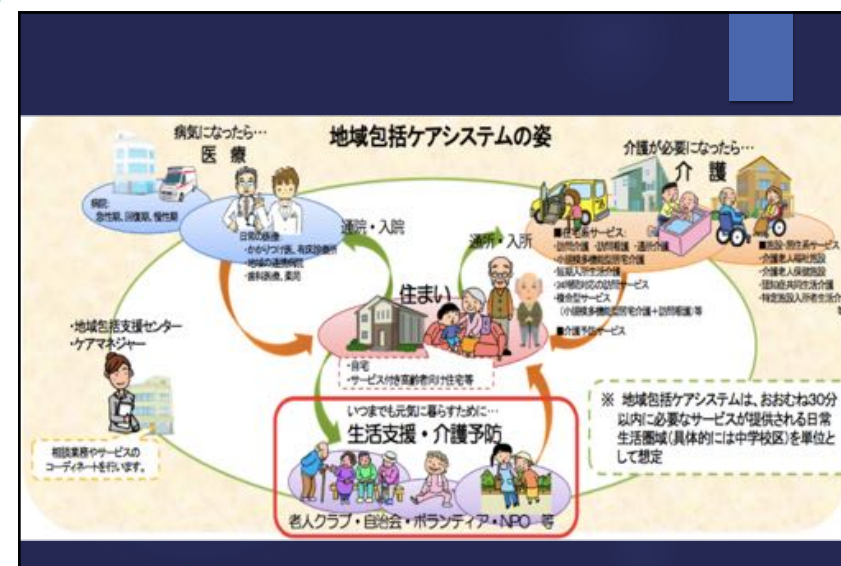
1. 背景 Background
2. 日本の介護保険システム  
Long-term Care Insurance System
3. 高齢化社会におけるスポーツ政策  
Sports for Aging Society
4. まとめ Conclusion

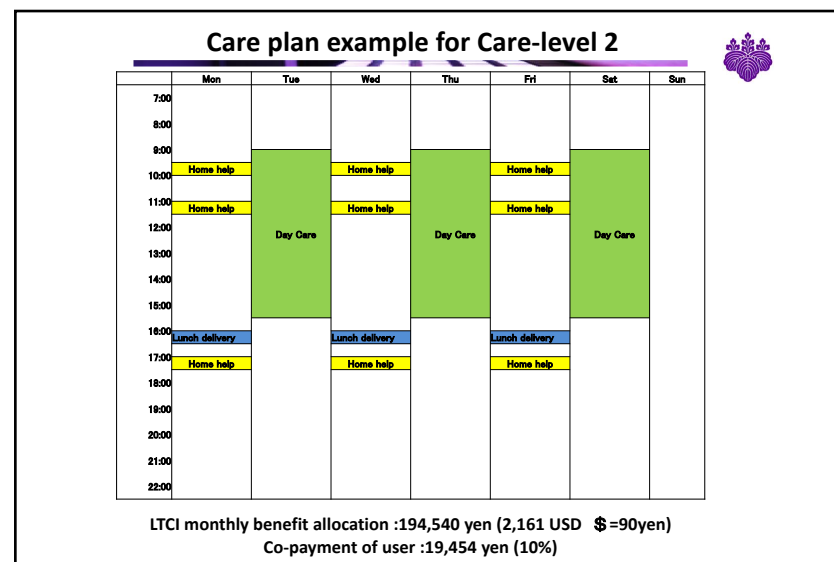
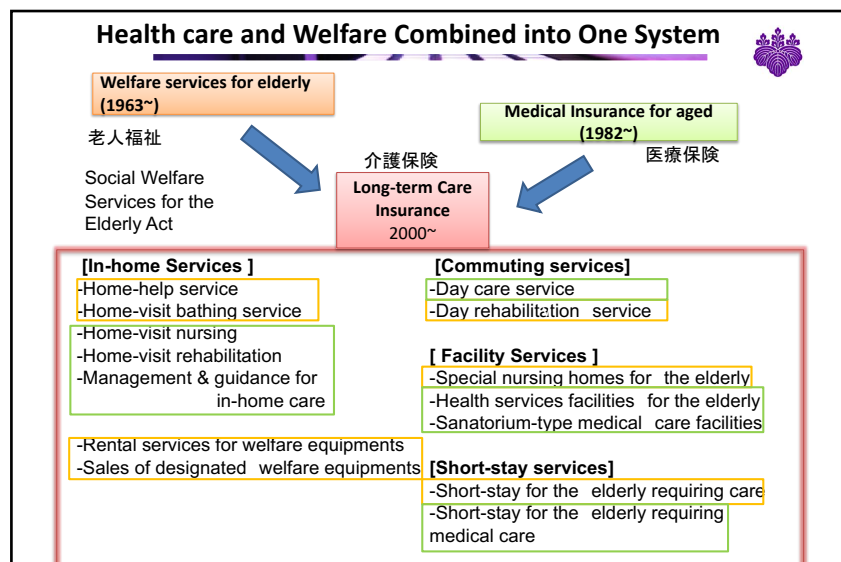
## The most rapidly aging society in the world



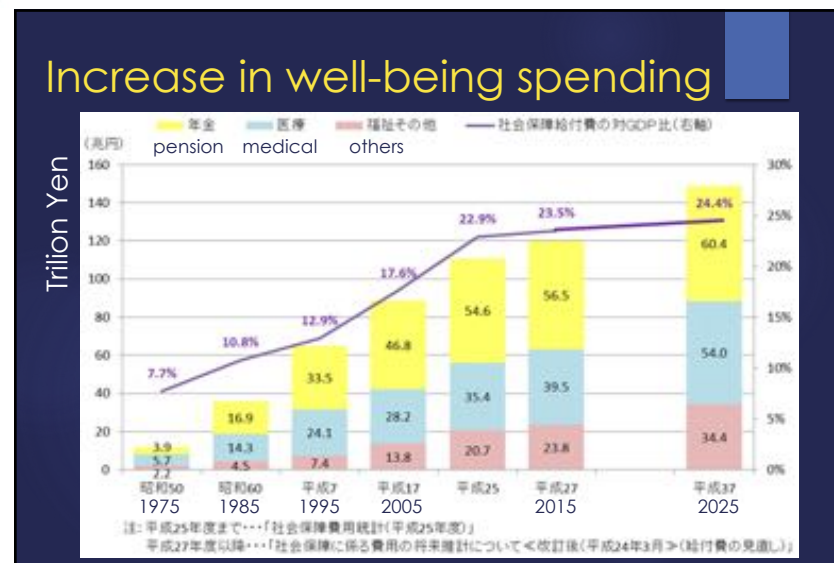
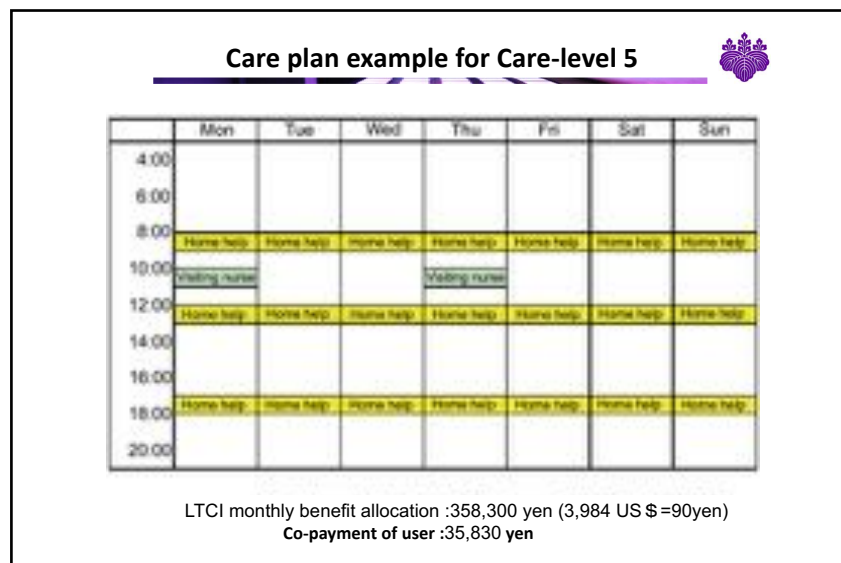


- ▶ “Healthy ageing” is defined by the World report on ageing and health as the process of developing and maintaining the functional ability that **enables well-being in older age**.
- ▶ **Well-being**: Welfare, Health, Happiness, Comfort  
福祉、健康、幸せ、心地よい
- ▶ Not only disease free, but also mentally fulfilled  
単に病気でないことではなく、精神的に満たされる





GMSS



## 日本の介護保険の特徴と課題 Characteristics and issues of LTCI

- ▶ お金でなくサービスを提供する  
Provides service but no cash benefit.
- ▶ 介護を含めた福祉関連の費用は今後も増加  
Expenditures for well-being grew exponentially.

## What is 'healthy ageing' 健やかに年を重ねる

- ▶ "Healthy ageing" is defined by the World report on ageing and health as the process of developing and maintaining the functional ability that **enables well-being in older age**.
- ▶ **Well-being**: Welfare, Health, Happiness, Comfort  
福祉、健康、幸せ、心地よい
- ▶ Not only disease free, but also mentally fulfilled  
単に病気でないことではなく、精神的に満たされる



## What is 'healthy ageing' 健やかに年を重ねる

- ▶ "Healthy ageing" is defined by the World report on ageing and health as the process of developing and maintaining the functional ability that **enables well-being in older age**.
  - ▶ **Well-being**: Welfare, Health, Happiness, Comfort  
福祉、健康、幸せ、心地よい
  - ▶ Not only disease free, but also mentally fulfilled  
単に病気でないことではなく、精神的に満たされる
- Healthy life with rich spirit and dignity.  
健康であるとともに活力と尊厳のある生活**

## スポーツ Sport

- ▶ 社会（コミュニティ）の中で実施する運動  
Physical exercise **in the community**.



## スポーツ基本法

### The Basic Act on Sport (2010)

- ▶ 国民の心身の健全な発達、明るく豊かな国民生活の形成、活力ある社会の実現および国際社会の調和ある発展に寄与することを目的
- ▶ To consequently contribute to the sound development of mind and body of citizens, the formation of the bright and prosperous life of the citizens, the realization of an energetic society and the harmonized development of an international society.

## スポーツ基本法

### The Basic Act on Sport (2010)

- ▶ 国民の心身の健全な発達、明るく豊かな国民生活の形成、活力ある社会の実現および国際社会の調和ある発展に寄与することを目的
- ▶ To consequently contribute to the sound development of mind and body of citizens, the formation of the bright and prosperous life of the citizens, the realization of an energetic society and the harmonized development of an international society.



## 総合型地域スポーツクラブ

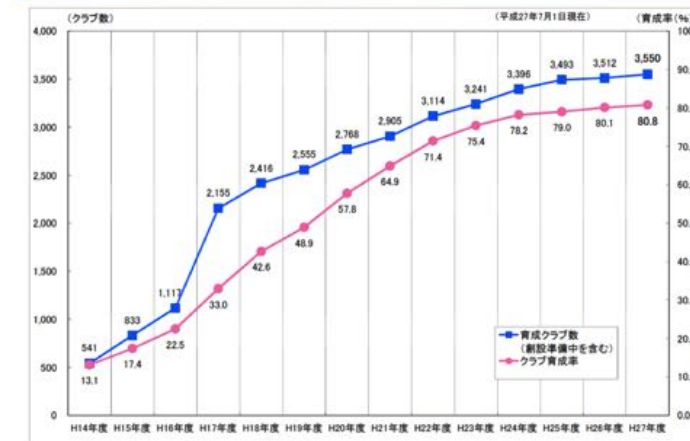
### Comprehensive community sports club

- ▶ 身近な学校・公共施設などで日常的に活動する地域密着型のスポーツ拠点
- ▶ 生涯スポーツ社会の実現に寄与するほか、地域の子どものスポーツ活動の場の提供、家族のふれあい、世代間交流による青少年の健全育成、地域住民の健康維持・増進

Provide opportunities for local children's sports activities, encourage the wellbeing of young people by interacting with families and various generations, maintain and improve local residents' health as well as contribute to the creation of a lifelong sports society.

Number of Comprehensive community sports club

総合型地域スポーツクラブ設置状況



(注) 総合型地域スポーツクラブ数については、創設準備中を含む (出典) スポーツ庁「平成27年度総合型地域スポーツクラブ育成状況調査」

## 日本のスポーツ政策の特徴と課題 Characteristics and issues of LTCI

- ▶ 地域総合型スポーツクラブは広がっているが、参加者は未だ一部である  
The number of Comprehensive community sports club grew, though the members or who attend the event do not increase as expected.
- ▶ 財源が限られていて、活動をボランティアへ依存  
Many staffs support their activity voluntary or with low salary, because of limited budget.
- ▶ 指導者などのスタッフ不足  
Many clubs face shortage of club managers and staffs.

## Conclusion

- ▶ 日本の高齢社会に対する介護保険システムと健康への取り組みを紹介した  
Long-term health care systems and active aging in Japan were introduced.
- ▶ 介護ならびにActive Agingは、医療と同様に社会の高齢化の中で取り組むべき重要な課題である  
Long-term care and active aging as well as medical care are important subject for aging society.



## Conclusion

Sport can make elderly people healthy and commit them to the society.  
スポーツが、高齢者を健康にし、さらに社会で活躍できるようにする  
Healthy life with rich spirit and dignity.  
健康であるとともに活力と尊厳のある生活

Баярлалаа

Thank you for your attention.



安藤裕一  
(株) GMSSヒューマンラボ www.gmss.jp  
NPO法人サロン2002  
筑波大学ヘルスサービスリサーチ研究室