

【委員会事業計画】

まずは、**持続可能な好循環のきっかけ**を作るために、人口動態や高齢化率の推移、**健康や生活習慣についての課題抽出**、**長岡市が実施する健康づくりの取り組み**などを今一度冷静に分析し**超高齢社会の現状とこれからの「見える化」**を発信します。

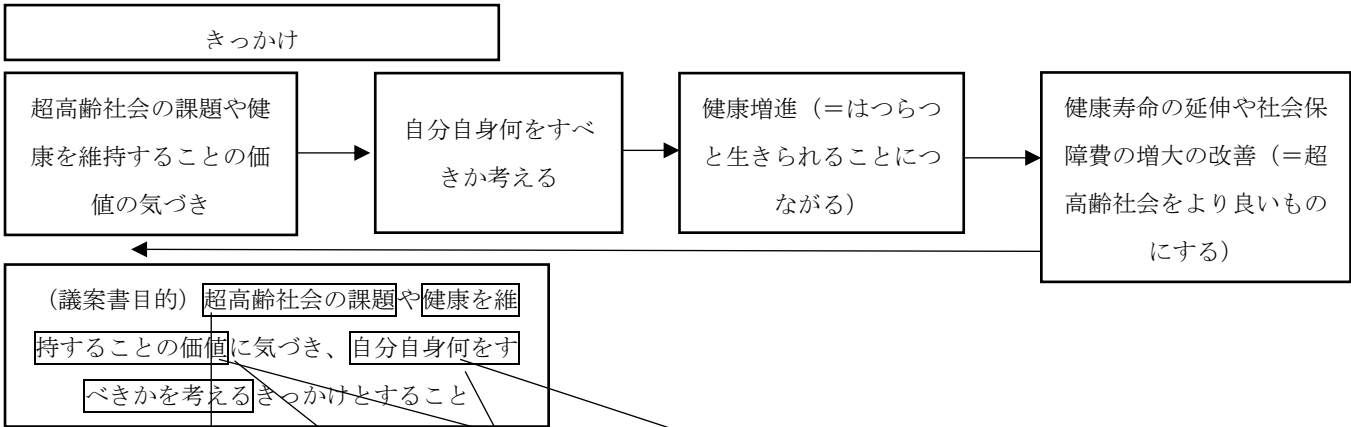
【背景】

超高齢社会は健康寿命の延伸や社会保障費の増大について課題

超高齢社会をより良いものにするには、超高齢社会の現状や課題を**全ての世代が共有し、一緒に考えること**が必要

【目的】

持続可能な好循環とは



【手法】クイズ型講演 (テーマ)

<講師>
長岡市福祉保健部健康課
<テーマ>
・長岡市の超高齢社会の現状や課題
・長岡市が実施する健康づくりの取り組み
(補足)
若い世代の健康意識の低さについて触れる

<講師>
久野譜也教授
<テーマ>
・普段意識して行う行動と健康のつながり
・健康維持と社会保障費抑制の関係
(例) .
・1日〇歩歩くことにより、健康にどのような効果があるのか？またそれによりどれくらい社会保障費削減につながるか。

<講師>
伊勢みずほ
<テーマ>
・病気になった自身の体験談
・病気になり気づいたこと
(全世代に自分事としてとらえてもらう。危機感をもってもらう)

<講師>
TANITA CAFE (タニタカフェ)
<テーマ>
体組成計データについて結果の見方や各指標の見るべきポイント