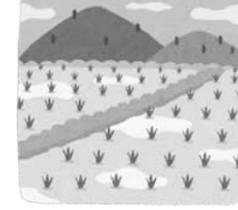


2020年版

# 舟形町のうごき

●人口 5,234人 (前年5,378人)  
 ●世帯数 1,860世帯 (前年1,869世帯)

 <p>●出生 15人 (前年18人)</p>	 <p>●婚姻 14組 (前年7組)</p>	 <p>●転入 92人 (前年90人) ●転出 161人 (前年122人)</p>	 <p>●死亡 88人 (前年120人)</p>
 <p>●人口密度 44.0人/km<sup>2</sup> (前年45.2人/km<sup>2</sup>)</p>	 <p>●世帯 2.8人/世帯 (前年2.8人/世帯)</p>	 <p>●小学校児童数 223人 (前年233人) ●中学校生徒数 137人 (前年138人)</p>	 <p>●65歳以上人口 1,912人 (36.53%) (前年2,064人 (38.37%))</p>
 <p>●工業総出荷額 53億7,266万円 (H28.1.1~H28.12.31)</p>	 <p>●農家戸数 603戸 (前年599戸) (農業共済細目書より)</p>	 <p>●経営耕地面積 1761.1ha (前年1766.7ha) (農家台帳より)</p>	 <p>●舟形若あゆ温泉利用者数 146,510人 (前年135,367人)</p>
 <p>●水道普及率 99.4% (前年99.4%)</p>	 <p>●水洗化率 88.4% (前年86.9%)</p>	 <p>●町の歳入 (一般会計) 55億8,149万円 (H30決算) (前年58億3,064万円)</p>	 <p>●町の歳出 (一般会計) 53億152万円 (H30決算) (前年55億9,880万円)</p>
 <p>●消防団員 396人 (前年403人)</p>	 <p>●火災 1件 (前年1件)</p>	 <p>●救急車出動回数 201件 (前年208件)</p>	 <p>●交通事故件数 13件 (死亡0人: 負傷13人) (前年18件)</p>



## 介護予防で健康長寿

### 介護予防のため、6つのポイント

町では、いつまでも元気に過ごすため、6つのポイントを掲げ介護予防教室を行なっています。

1. 筋力アップで転倒予防
2. 食事はバランスよく食べて 低栄養を予防
3. 歯とお口のケアで全身健康アップ
4. 脳力アップで 認知症予防
5. 活動力をアップ
6. 心の元気をアップ

健康寿命を延ばすには、老化を遅らせ、介護が必要な状態にならないようにすることが大切です。町の要介護認定を受けている方の通院、治療の状況を見ると、1位心臓病49%、2位高血圧症44%、3位筋・骨格系疾患37%、4位精神疾患(認知症等)24%となっています。これらの病気にならないようにすることが、健康寿命を延ばす一歩になります。

#### 主な取り組み

- ・いきいき100歳体操
- ・栄養士による講話と調理実習
- ・歯科衛生士によるブラッシング指導やお口の体操
- ・ちよっころお出かけすっぺ ほか

### ガンキーのススメ!



### 高齢者生きがいづくり事業 「ちよっころお出かけすっぺ」で健康元気に

12月17日、「ちよっころお出かけすっぺ」が行われました。これは昨年度から行われているもので、高齢者が買い物やレクリエーションを通じて、冬期間に外出し身体を動かす機会を増やそうという取り組みです。

この日は31名が参加、軽スポーツを楽しんだり、ゆつくり温泉を満喫したほか、町内の商店で買い物を楽しみました。



#### 2月26日(水)も開催

- ▼対象/概ね65歳以上の方で、自分で身の回りのことができる方。
- ▼料金/無料 ※若あゆ温泉の入浴料および昼食代等は自己負担。
- ▼申込/2月19日(水) 申込み・問い合わせ/舟形町地域包括支援センター ☎(32) 8762