

「お達者度」男子は順位上がる(掛川市)

静岡県は9月17日、65歳から自立して健康に生活できる期間を示す2017年(平成29年)の「お達者度」を公表しました。これによりますと、県全体では男性が18.9年(前年比0.05ポイント増)、女性が21.26年(同0.06ポイント増)で、算出を開始した09年以降で最も長くなったそうです。年々お達者度が向上していることとなります。

これを毎年、市町村別にランク付けしたのも発表しています。男女別の上位5位までは右記のようになっています。掛川市の男性はなんと4位に入り、前年度より4つも順位を上げました。しかし、女性は残念ながら16位から24位と下がってしまいました。(35市町の内)

県では、**要介護度2未満の状態を自立した生活ができる「お達者」と定義し**、人口や死亡数、年齢別介護認定の割合などのデータを基に、お達者度を算出しています。

わかりやすく言えば、掛川市では平均して、**男性は約84歳、女性は約86歳の方が「お達者」**でいるということになります。

県の分析によると、「お達者度」の長い市町は特定健診のデータ分析でも、運動や社会参加をする人、バランスのよい食生活を心掛けている人などが他の市町よりも多い傾向が見られるといわれています。

健康長寿にはやはり、「**バランスのとれた食生活**」「**適度の運動**」「**社会参加**」の3つのことに心がけることが大切だということです。高齢になるにつれて「**人とのつきあい**」を避ける傾向になりがちですが、より多くの方とのコミュニケーションも大切にしたいです。みんな健康で長生きしましょう!

順位	市町	お達者度(年)
男性	1 湖西市	19.21
	2 長泉町	18.88
	3 御殿場市	18.78
	4 掛川市	18.75
	5 磐田市	18.72
		県全体
女性	1 御殿場市	22.47
	2 川根本町	22.18
	3 吉田町	21.93
	4 伊豆市	21.88
	5 牧之原市	21.77
		県全体

↑ お達者度ランキング

グラウンドゴルフ情報

福祉体育部

①第2回グラウンドゴルフ大会

通算第37回大会が令和2年11月14日(土) 雨天予備日翌15日(土)に実施予定です
関係各位には役員等で連絡済みです

②グラウンドゴルフ月例会

- 10月は予定していた日が雨天で中止となりました
- 11月は グラウンドゴルフ大会があるため月例会はありません
- 12月は 12日(土) 雨天19日(土) の予定です
12日に健康ウォーキングが実施されれば19日となります

③グラウンドゴルフの練習会

「3密」を避け予定通り実施しています!

- 会場 上内田福祉事業所 午前9時20分頃スタート
- 11/7(土) 11/14(土)第37回大会予定 11/21(土) 11/30(月)
 - 11/15(日)大会予備日
 - 12/5(土) 12/12(土)月例会予定 12/19(土)月例会予備
 - 1/9(土)月例会予定 1/16(土)月例会予備 1/25(月) 1/30(土)
 - 2/6(土) 2/13(土) 2/20(土) 第38回大会予定 2/21(土)大会予備日