



# 高齢化が急速に進む中でのように 暮らししていくかが課題



六十五歳以上の高齢者人口が総人口に占める割合を「高齢化率」といい、社会がどれだけ高齢化しているかを測る目安として用いられます。

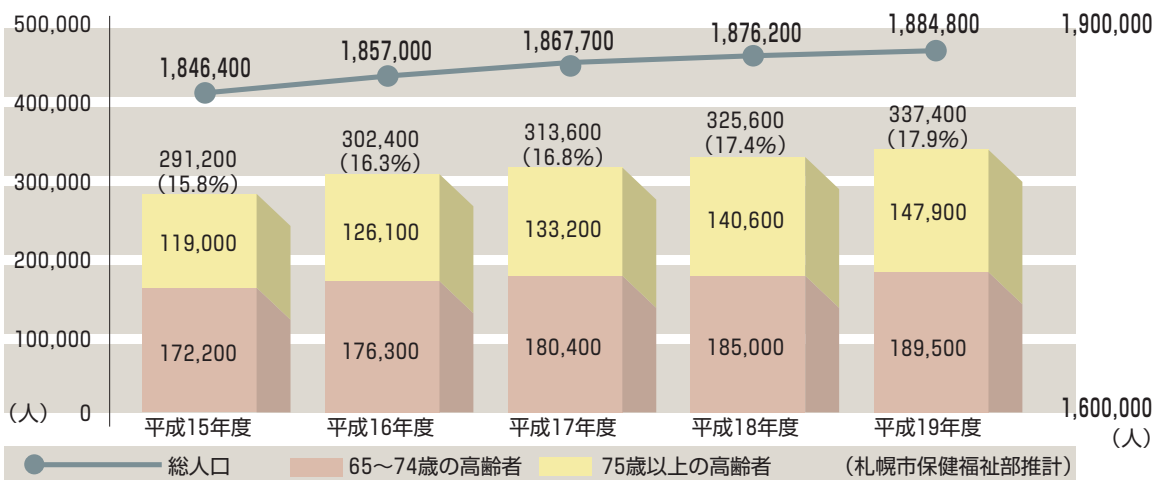
本市の高齢者人口は二十七万六千人を超え、高齢化率は15・2%（平成十四年四月現在）。前年に比べ、〇・六ポイント増加しました。

また、高齢化率が7%から倍の14%になるまでには、ドイツで四十年、イギリスで四十七年、イタリアで六十年、フランスでは百十五年も要しているのに対し、日本では二十四年と、世界的に見ても類をみない速さで高齢化が進みました。中でも、本市ではわずか十六年と、高齢化の進行が一層顕著です。

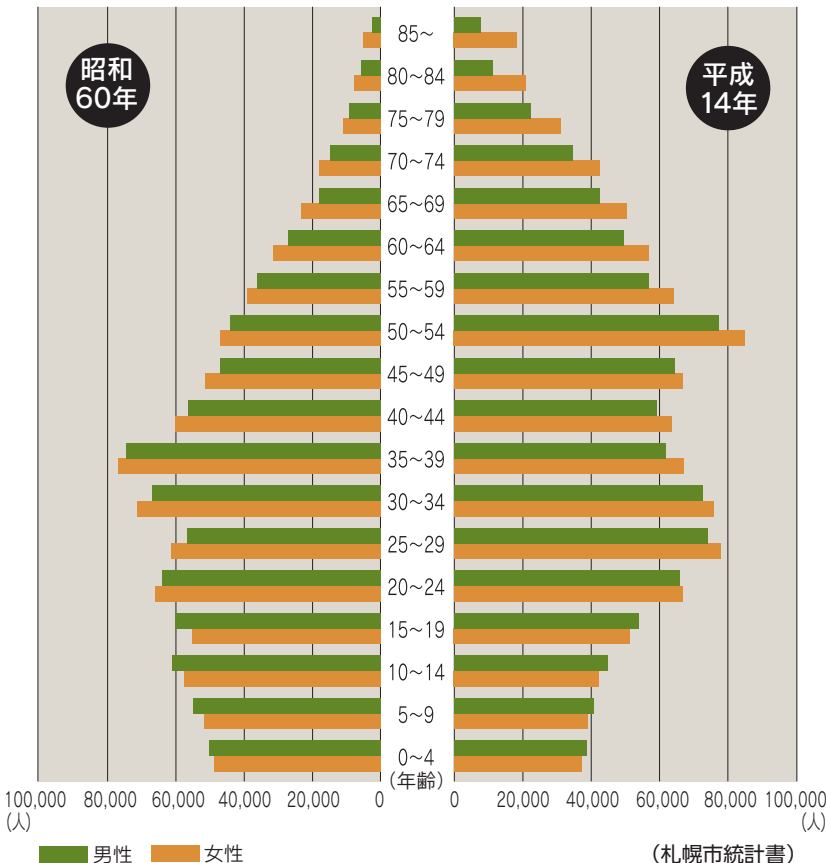
さらに、平均寿命をみると、毎年延びており、本市の女性が八十五・八一歳、男性が七十八・七九歳（平成十三年）と、いずれも国の平均寿命（女性が八十四・九三歳、男性が七十八・〇七歳）を上回っています。

このように高齢化が急速に進む中、どのような老後を過ごすかを、私たち一人ひとりが考えていかななくてはなりません。

■札幌市の高齢者人口および高齢化率の推計



■昭和60(1985)年と平成14(2002)年の人口分布の比較



## 「老後」にまず求められるのは「積極性」!

札幌市老人クラブ連合会会長

山口 富美(やまぐち ふみ)さん

本市で老人クラブに参加している方は60歳以上の約10%で、全国平均の30%と比べてかなり低くなっています。しかし、この数字だけでは、札幌の高齢者が地域活動に消極的だということはいえないと思います。札幌には、高齢者向けの施設やサークルなどが充実していて、老人クラブ以外の選択肢が豊富ですからね。

ただ、老人クラブ共通の悩みとしては、60歳代の会員が少ないことが挙げられます。会員同士の助け合いも老人クラブの大きな目的。特にサラリーマンの皆さん!仕事を引退したら、今度は地域に溶け込み、高齢者の中の「若力」として活躍してくれることを期待しています。

健康を保つ秘けつは、

動けるうちに、少しでも動き、楽しみを見つけること。そのためには、誰かから勧められるのを待つのではなく、まず自分から何かに取り組む積極性が必要だと思います。(談)

