

# こんにちは 在宅介護支援センター です

◆来所・有線電話相談  
月曜日～金曜日 8:30～17:00  
有線 8200

◆電話相談（24時間対応）  
電話 62-8200  
尚、お急ぎでない方は、出来るだけ平日の昼間をお願いします。

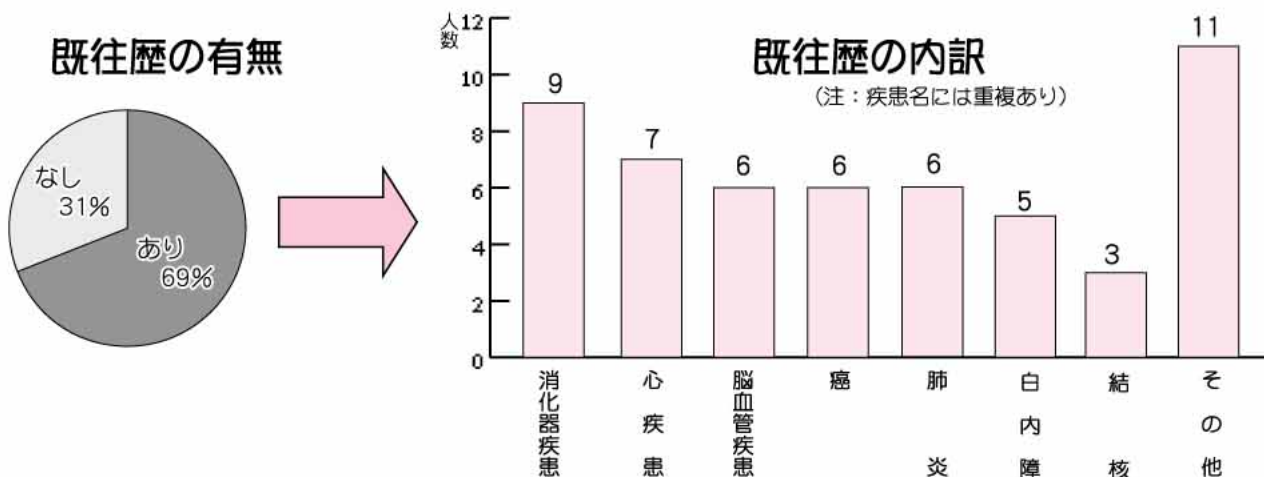
## 高齢者から学ぶ「元気で長生きの秘訣！」

～富士見町90歳以上自立高齢者実態把握調査より～

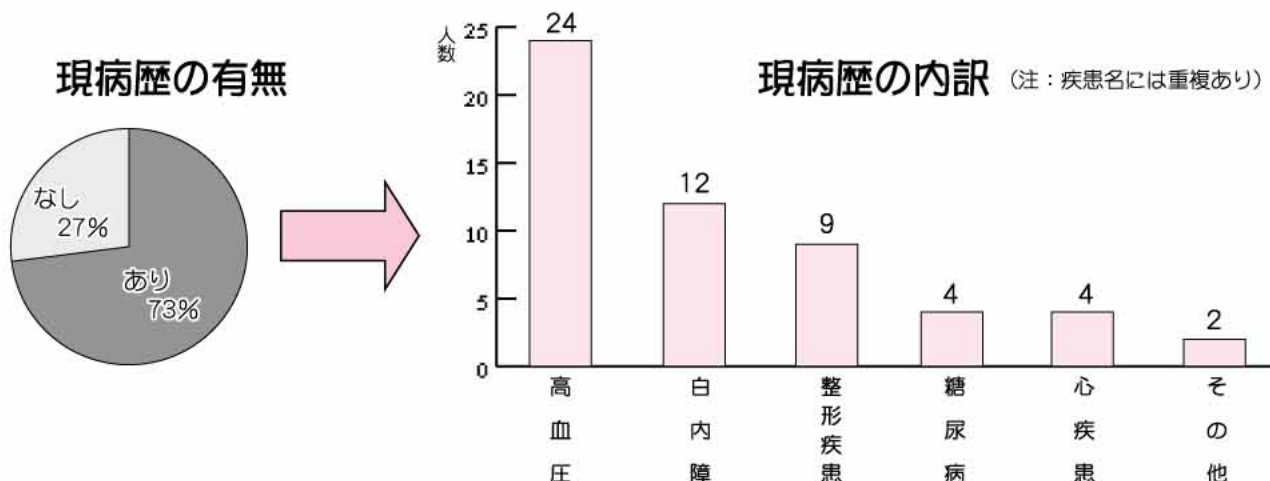
先月に引き続き、実態把握調査の結果より把握できました「長生きの秘訣」をご報告します。在宅介護支援センターと保健福祉課介護高齢者係は、昨年8月から12月にかけて、町内在住の90歳以上自立高齢者（介護保険非該当者）75人（男性29人・女性46人）の実態把握調査を実施しました。その結果をもとに今回は病気との関わりについて報告します。

### シリーズ② — 富士見町の高齢者の状況 —

- 既往歴（以前にかかったことのある病気）については、消化器疾患、心疾患、脳血管疾患、癌等、三大成人病を含む疾患にかかっている人が約7割いることがわかりました。一方、既往歴のない人は全体の3分の1にとどまっており、全体の約3分の2の人たちは、さまざまな病気にかかりつつも、それらの疾患を克服してきたことがわかりました。



- 現病歴については、全体の73%が病気にかかっており、1人あたり平均2つ以上の疾患を治療中でした。このことから、病気にかかっていない人はむしろ少数であり、ほとんどの人が病気と上手に付き合っている、ということがうかがえました。



病気を乗り越え、また、病気と上手に付き合いながら生き生きとお過ごしの方にお会いし、調査員も励まされる思いがしました。