



今回のお知らせ

- 新郷村の要介護（支援）認定者数の推移について
- 通所型サービス C・はればれカフェ合同教室の様子
- お元気くらぶ活動紹介
- 令和 8 年度水中歩行運動教室のご案内

◎新郷村の要介護（支援）認定者数の推移について

○2025年度は9月末時点（単位：人）

| 区 分 | 2022年度 | 2023年度 | 2024年度 | 2025年度 |
|------------|--------|--------|--------|--------|
| 総 数 | 163 | 162 | 158 | 165 |
| * 第1号被保険者数 | 158 | 157 | 152 | 161 |
| 要支援1 | 5 | 4 | 2 | 5 |
| 要支援2 | 7 | 7 | 9 | 12 |
| 要介護 1 | 23 | 23 | 19 | 17 |
| 要介護 2 | 35 | 34 | 31 | 33 |
| 要介護 3 | 32 | 37 | 37 | 33 |
| 要介護 4 | 30 | 33 | 32 | 40 |
| 要介護 5 | 26 | 19 | 22 | 21 |
| * 第2号被保険者数 | 5 | 5 | 6 | 4 |
| 要支援1 | 1 | 1 | 0 | 0 |
| 要支援2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 要介護 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 要介護 2 | 2 | 2 | 3 | 2 |
| 要介護 3 | 0 | 0 | 1 | 0 |
| 要介護 4 | 1 | 1 | 1 | 0 |
| 要介護 5 | 1 | 1 | 1 | 2 |

* 第1号被保険者とは65歳以上の方・第2号保険者とは40歳以上65歳未満の方

参考として、2025年9月時点人口は1,986人。高齢化率は52.67%でした。介護の必要なく生活できる「**健康寿命**」を延ばすため村ではいろいろな事業を行っています。

◎通所型サービスC・はればれカフェ合同教室の様子

◎11月25日の健康運動指導士による運動教室の様子



昨年10月から1月まで週1回のペースで、通所型サービスCで教室を行いました。通所型サービスCは基本チェックリストを提出して頂いた回答をもとに、「運動不足」「栄養改善」「口腔ケア」「閉じこもり予防」「物忘れ予防」「うつ予防」について、生活の改善し、要介護状態となることの予防を目的に教室が開催されています。

◎12月23日栄養士による栄養教室の様子



はればれカフェの参加者と合同で運動教室・栄養教室を行い、みんな和気あいあいと、久しぶりに会えた人との会話を楽しまれていました。通所型サービスC参加へのお手紙が届いた方は、ぜひ利用をしてください。

◎お元気くらぶ活動紹介

今年度、18ヶ所で開催されている「お元気くらぶ」は、11月から3月まで、各会場で何をするかを話し合い、きめこみづくりや工作、調理実習や体操教室など様々な活動をしています。途中からの参加も可能です。各会場にサポーターがいますのでお声がけください。

* 西越お元気くらぶ 手芸ときめこみ作り



* 滝沢お元気くらぶ 牛乳パックで椅子づくりの様子



◎令和8年度 水中歩行運動教室のご案内

水中歩行運動は、全身運動でありながら陸上の運動では得られない水の抵抗、浮力、水圧を活用できるため、関節への負担も少なく、運動初心者でも取り組みやすい運動です。温水プールでリラックス効果もあります。令和8年度は、毎回木曜日（前年度金曜日から変更）、全24回の予定となっております。

〔対象者〕 村内在住の65歳以上の方

〔場所〕 バーデパークふくち



※各自、総合福祉センターへ集まっていただきます。総合福祉センターからバーデパークまでの無料送迎があります。

〔日程〕 月2回（計24回）

〔料金〕 入館料 70歳未満の方 1,210円
70歳以上の方 770円



傷害保険料として50円、入館料のほかに徴収します。

※水着のレンタルをする場合は、別途料金がかかります。

〔内容〕 水中ウォーキング、ストレッチを1時間程度行います。

・館内にはトレーニングマシンもあり、使用方法も教えてもらえます。

※トレーニングマシン使用时、シューズ必要。貸し出しもありますが、料金がかかります。

～みなさんの参加をお待ちしています～

～掲載内容についてのお問い合わせはこちら～

新郷村地域包括支援センター（TEL：61-7560）