

編集・発行／いたみ雅治事務所
〒411-0035 三島市大宮町3-14-15
Tel & Fax: 055-975-7896
https://m-itami.com/

ふるさと三島市を
もっと元気にするために
活動しています！

超高齢社会は怖くない ～安心して暮らし続けられるまちへ～

人口減少と高齢化が進む中、私が特に課題だと感じているのが、**高齢者の単身世帯の増加**です。
「もし一人で倒れたら」「災害が起きたら」「認知症になったら」。
—— そんな**不安や孤独を、地域のつながりと新しい技術で支える仕組みが必要**です。
一方で私は、高齢化を「課題」だけで終わらせる必要はないと考えています。

三島市の人口・世帯構造の変化

	1995年	2025年	2050年(推計)※
総人口	10.79 万人	10.30 万人	8.29 万人
世帯数	3.78 万世帯	4.64 万世帯	—
高齢化率 (65歳以上)	12.7%	31.8%	約 39.9%

※出典：総務省「国勢調査」、三島市資料、
国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

人口は
減少する一方で、
**高齢者の割合は
さらに高まり、
高齢者のみの世帯が
増加**することが
見込まれています！

超高齢社会が進む「まちの課題」

単身高齢世帯の見守り

一人暮らしの高齢者が増加。
日常の見守りが重要。



災害時の安全確保

避難支援や安否確認など、
災害時の備えが必要。



増え続ける認知症への対応

認知症の人や家族を、
地域全体で支える仕組みが
求められる。



地域コミュニティの維持・再生

地域のつながりを守り、
支え合う
まちづくりが大切。



これからは、

「どうやって一人暮らしの高齢者を地域で支えていくか」が重要になります。

高齢者が自分らしく、安心して暮らし続けるために…

『**自立のための3歩の住まい**』は、静岡県庁、静岡がんセンター、ファルマバレーセンターと
医療建築・設備備品関連企業からなる共同体により考えられた
高齢者の安心、安全、快適な生活の確保を目指すモデルルームです。
医療・介護・住まい・ICTを組み合わせ、**高齢者が安心して暮らせるだけでなく、
介護する家族の負担軽減にもつながる**取組です。

「自立のための3歩の住まい」とは？

生活の場がコンパクト

移動が少なく
安全・快適

ICTで見守り

センサーやカメラで
24時間サポート

医療・介護と つながる

必要な時にすぐ
専門職が対応

介護する 家族の負担を軽減

安心して在宅生活を
続けられる



3歩から考える

ベッドを生活の場ととらえ、
ベッドから
トイレ、シャワーまで
3歩で行ける
高齢者の移動の負担を
軽減した空間設計

三島市も『**医療田園都市構想**』のモデル地域の一つです。
「3歩の住まい」で生まれた高齢者の自立を支える知恵を、
住まいだけで終わらず、医療・福祉・介護、
豊かな生活環境、地域の活力まで含めた「まちづくり」へ広げていく。
この県の構想を、もっと三島の暮らしにつなげていくことが
大切だと考えています。



静岡県医療健康産業研究開発センターを視察し、
コンパクトながら使いやすい部屋のあり方を学びました。



健康期の生活

移動収納家具で
寝室を目隠し



リビングは、
家族や友人との関わり合い、
趣味を活かした生活の場

日常生活に介助が必要な時期

天井レールや予備配線を利用し
多様な生活支援危機を装備



収納家具を移動して、
離床支援ベッドや
歩行支援ロボット、
車いすの移動に支障のない
広さを確保

高齢化を不安だけで語るのではなく、
その先にある
『**安心して暮らせる三島**』を考えたい。
現場で学び、
県の力を三島につなぎ、
これから必要になることを
一歩先に考えていきます。

