

まずは現状を知ろう! **大阪がピンチ!?**

寿命に関する気になるデータ。

大阪府民の平均寿命、健康寿命は、全国ランキングでこんな状況・・・!!

健康寿命:健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間



大阪府民の平均寿命^{※1}

全国 男女ともに **38** 位

※1 厚生労働省都道府県別生命表(平成27年)より

大阪府民の健康寿命^{※2}

全国 男性 **41** 位

全国 女性 **40** 位

※2 厚生労働科学研究班報告書データ(令和元年)より



ちなみに...



武田信玄でおなじみ、**山梨県の健康寿命は、男女ともに全国 2 位**



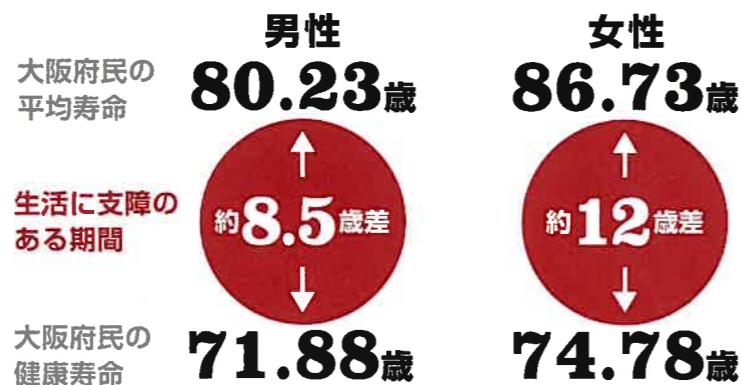
今川義元でおなじみ、**静岡県健康寿命は、男女ともに全国 5 位**



ここが問題点!

平均寿命と健康寿命の差

大阪府民の平均寿命と健康寿命の間には、10歳前後の開きがあります。この約10年間は、病気や身体の衰えなどにより、日常生活に何らかの支障がある期間ということになります。



10年間も日常生活に支障があるなんて...

気をつけてても病気になることもあるし...

一体どんな生活になるんやろ?

という風に思っていますが...

心配せんでもええで!

もっとみんなにいきいきと暮らしてもらうための取組みはもう、始まってんや!
by 秀吉



その取組みが...



大阪府「10歳若返り」プロジェクト

大阪府「10歳若返り」プロジェクトは、2025年大阪・関西万博に向かって、病気や身体の衰えなどで日常生活に支障があっても、いきいきと長く活躍できることをめざす取組みです。



大阪府民の皆さんをはじめ、企業、団体、市町村、大学など大阪全体でたくさんの取組みが始まっています!

日常生活に支障がある状態でも生きがいややりがいを見つけたり、新しい技術を利用することでいきいきと暮らせるんやで!



いきいきと長く活躍できる「10歳若返り」をめざして

自分に合った生きがい、やりがいを見つけよう!

新しい技術を日々の生活にどんどん取り入れよう!



楽器の演奏やスポーツ観戦 地域の清掃活動に参加 ラジオ体操や子供たちの見守り活動 オンラインでのコミュニケーションやAIロボット

裏面では、すでに始まっているさまざまな取組みを紹介しています!