

何歳でも
チャレンジできる
未来のまちへ



福岡100

100歳を超えて生きる。
そんな暮らしが当たり前になるこれからの時代。

医療や科学技術の進歩と共に、
まちの仕組みや私たちの意識も進化しなければなりません。

人生100年時代に向けての100のアクション、
そんな呼びかけで始まった福岡100。
これまで100の取り組みを展開するなかで気付いたのは、
年齢ありきの考え方自体を変える必要があるということでした。

大切なのは、一人ひとりが、一人の人間として、
明日も充実感を持って生き続けること。

いつでもいくつでも、学び続けられる。
いつでもいくつでも、好きなものに夢中になれる。
いつでもいくつでも、誰かと笑顔で過ごせる。

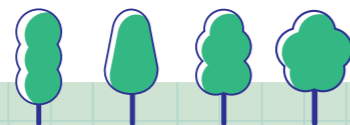
そんな未来のまちづくりに向けて、
誰も経験したことがないチャレンジだからこそ、
常識や、固定観念にとらわれない新たな価値観とアクションを
みんなで一緒に広げていきましょう。

福岡100

福岡市は2017年以降、だれも経験したことがない、少子化と高齢化が同時にそして急激に進む未知の課題に対し、行政だけでなく大学や企業など多様なプレーヤーと共に100のアクションを実践する「福岡100」に取り組んできました。

2022年には節目である100のアクションを達成し、次のステージへと歩みを進めていきます。

これからも、性別や年齢、生まれ育った環境や障がいの有無などに関わらず、自分にとっての「幸せ」や自己実現に向けた行動ができる、市民一人ひとり、そしてまち全体のWell-being（幸福）が叶う、持続可能な社会を目指していきます。



人口構造の変化

ある海外の研究によると
日本では2007年生まれの

50%が
107歳まで
生きる

高齢化率は一貫して上昇し、福岡市では

2040年には
約3人に1人が
高齢者に



社会の支え合いの
バランス維持が困難に

挑戦するの？
福岡が
なんで



社会環境の変化

高齢者の

単独世帯

共働きの

核家族の増加

年齢、性別、国籍など

地域で
暮らす
人々の
多様化



人生100年時代への チャレンジを福岡から

福岡市は全国に先駆けて、これらの社会構造の変化に対する新たな社会システムづくりに、チャレンジしてきました。

その取り組みで見つけた「解」で市民を幸せにするとともに、日本だけでなく高齢化に直面するアジア諸国にもその解を提供し、超高齢社会をリードしていきたいのです。

人生100年時代の未来のまちを、みなさん、一緒に作っていきましょう。

社会サービスのニーズが増えて
多種多様に

これまでの100のアクションって？

～主な取組み事例～

01

認知症フレンドリーシティ・プロジェクト

認知症とともに、住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らせるまち「認知症フレンドリーシティ」を目指しています。

ユマニチュード®

多くの市民が認知症のことを理解し正しい接し方ができるよう認知症コミュニケーション・ケア技法「ユマニチュード」の講座を地域や企業、児童生徒、家族介護者等対象別に行っています。



認知症の人にもやさしいデザイン

認知症の人がストレスなく安心して生活できる住環境を整備することを目的として、「認知症の人にもやさしいデザインの手引き」を作成し、公共的施設への同デザインの導入を行っています。

福岡オレンジパートナーズ・オレンジ人材バンク

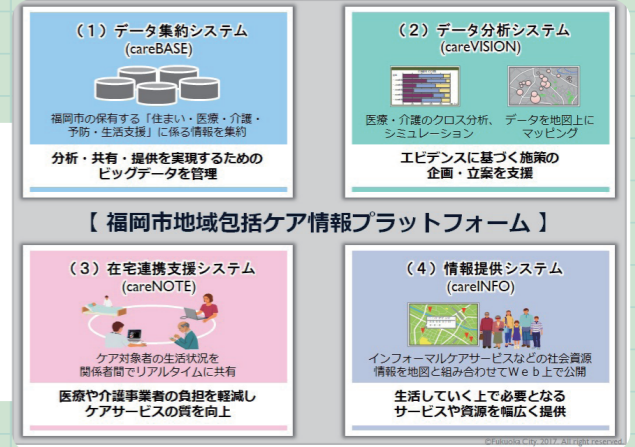
認知症の人と企業が双方向で関わりを持ち、商品開発などを行うことで、共に暮らせる共生社会を構築し、認知症とともに長く自分らしく活躍することにつなげています。



02

地域包括ケア情報プラットフォーム

断片的に管理されていた保健・医療・介護等に関するデータを一元化。ビッグデータを用いて地域の特性を分析したり、大学や研究機関と連携してデータを解析し、科学的根拠に基づいた政策を立案しています。



ICTを活用した地域包括ケアを目指し4つのシステムで構成

03

オーラルケア 28 (にいほち) プロジェクト

全身の健康や、食事・コミュニケーションなどの生活の充実に密接に関わる歯（永久歯 28 本）を生涯健康に保つためのプロジェクト。世代ごとに必要な予防につながる企画を歯科医師会や歯科衛生士会、大学などと連携して展開しています。

©2020 Pokémon. ©1995-2020 Nintendo/Creatures Inc./GAMEFREAK inc. ポケットモンスター・ポケモン・Pokémon は任天堂・クリーチャーズ・ゲームフリークの登録商標です。

※オーラルケア：歯磨きなどでお口の中を清潔に保つことや、口腔体操などで「食べる」「飲み込む」といった口腔機能を保つこと



福岡100が実現したい未来って？

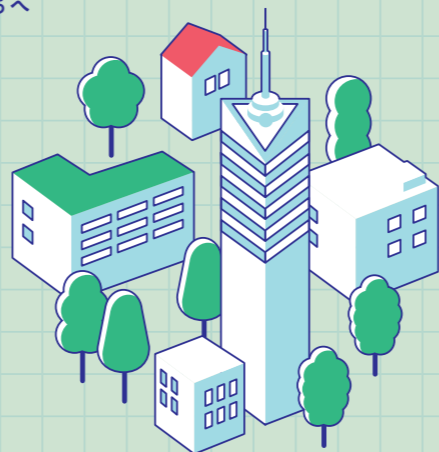
こんな未来やあんな未来、構想中。



01 持続可能なまちづくりの実現

産学官民
「オール福岡」による

関わるすべての人々が主役。
「ひと」も「まち」も
どちらも幸せに
なれるまちへ



「福岡100プロジェクト」は医療や介護に直接関わる人々だけでなく、大学や企業の知恵や工夫を取り入れて進めてきました。これからも関わる全ての人々が「主役」となり、多様なプレーヤーのつながりから新たなプロジェクトが生まれ、成長できる仕組みを作っていきます。

02 まち全体のWell-being[※]の実現

多様な価値観の尊重、
市民一人ひとり、そして

何歳でもチャレンジできる、
誰もが生きがいを持って
自分らしく
暮らせるまちへ



これからの時代の「健康」とは「身体の状態」だけでなく「心の状態」や「生きがい」も大事な要素です。誰もが、直面する様々なライフイベントを楽しみながら、自分にとっての「Well-being」について考え、生きがいや自己実現に向けた行動ができる、市民一人ひとり、そしてまち全体のWell-beingの実現を目指します。

※ Well-being：身体的、精神的、社会的に良好な状態にあることを意味する概念

03 インクルーシブな社会の実現

多世代・多様な人が
つながる

多彩な人と人が
つながり支え合い、
生きることを喜べるまちへ



高齢者や障がいのある人をはじめとしてすべての市民が、「ケアされる側」と「ケアする側」という固定化された関係ではなく、それぞれが望む役割を担い、お互いに支えあうことができる仕組みを作っていきます。多世代・多様な人がつながり支えあうことで、誰もが社会の一員としていきいきと輝ける社会の実現を目指します。

※インクルーシブ：包摂的

データは“宝の山”

01

ICTを活用した科学的なデータはもちろん、これまでの”経験”や”技”も含めたビッグデータを効果的に使い、よりの確で無駄のないサービスの提供を進めていきます。



利用者目線をとことん追求



これまでの制度やサービスは子育てや介護、病気など課題ごとにバラバラで提供されていましたが、今後は利用者を中心にサービス・担い手・情報がまとめて提供される仕組みに変えていきます。

地域の困りごとはみんなで解決

03

地域の課題を特定の誰かや世代が背負うのではなく、市民や自治会、企業、NPO、行政などのいろんな組織や機関が、世代や垣根を越えて、連携・協力することを目指します。



福岡100 の行動指針

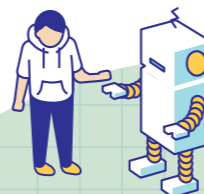
個性を活かし 誰もがまちのつくり手に



テクノロジーと 人間らしさの調和

04

先端技術のもつ便利さは、ときにリアルなつながりを弱めて孤立を招く危険があります。AI、IoT、ビッグデータなどの”テクノロジー”と、人々の世話や気遣いなどの”人間らしさ”のバランス良い調和を目指します。



05

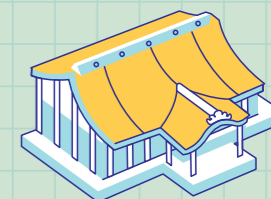
みんなが、これからの社会や人生で起こる出来事、社会課題に対して当事者意識を持って動き出すきっかけをつくるため、福岡らしい、新しく、そしてワクワクするような取組みを推進します。



みんなが 「自分ごと」と 思えるように

06

福岡市の強みであるアートや文化、クリエイティブの力を積極的に活用した先駆的な取り組みを増やし、一人ひとりの個性が集まり多様なクリエイティビティを発揮できるコミュニティづくりを推進します。



福岡100がこれから向き合う6つのまち



1 自然に楽しみながら健康になれるまち

心と身体の健康は、高齢者だけでなく誰にとっても生きていくうえで大切な要素です。健康に関心があるかどうかに関わらず、すべての人たちが自然と健康になれる仕組みや仕掛けを作っていきます。

2 デジタル時代の医療サービスが実現されるまち

ICTやAIなどデジタル技術を活用することで、誰でもどこにいても必要なサービスを受けられる安心安全の健康医療体制を整備していきます。

3 住み慣れた地域でいつまでも暮らせるまち

年齢を重ねることで、病気や認知症、介護が必要になるなど、多くの変化が訪れます。いくつになっても不安なく暮らせるよう、日常生活のなかで生活を支えるケアを受けられる基盤を作っていきます。

4 だれもが役割をもって活躍できるまち

年齢や病気や障がいの有無などに関わらず、どんな人でも「生きがい」を感じて社会参画・活躍ができる仕組みづくりや場の提供を進めていきます。

5 多世代・多様な人がつながりあえるまち

人とのつながりは、人生を豊かにする最も重要な要素の一つです。幅広い世代や多様な人とつながることで、生きることを歓べる社会と支え合いの仕組みを作っていきます。

6 自分らしい生き方を選択できるまち

エイジングリテラシー[※]の向上、ソフトとハード両面でのバリアフリー化など、人生の最期まで自分で生き方や幸せのあり方を選択できる環境づくりに取り組んでいきます。

※エイジングリテラシー：人生100年代を自分らしく生きるために必要な情報や知識