

Joensuun vanhusneuvosto

Lausunto SDP:n Joensuun valtuustoryhmän aloitteeseen Joensuusta ikä- ja muistiystävällinen kaupunki

Vanhusneuvosto tervehtii tyydytyksellä kaupunginhallituksen päätöstä palauttaa aloite uuteen valmisteluun lausuntoamme varten.

Kaupunginhallitukselle valmistellussa lausuntoluonnoksessa on lueteltu hyviä periaatteita, joiden toteutuminen käytännössä vie jo varsin pitkälle ikääntyvien elinolosuhteiden parantamisessa kaikkia tyydyttävälle tasolle. Toistaiseksi periaatteet ovat jääneet melkoiselta osin periaatteiksi. Kuitenkin yritystä on voitu havaita. Monien mielestä kaupungin paras päätös on ollut ns. Ruplan kiinteistön varaaminen kaikkien eläkeläisjärjestöjen yhteiseen käyttöön vieläpä vuokravapaasti päiväaikaan. Toivottavasti mikään hanke ei enää poista sitä ikääntyvien käytöstä.

Positiivista on se, että eläkeläiset ja muut ikääntyneet saavat alennuksia pääsy- ja käyttömaksuista kulttuuri- ja liikuntapalveluissa. Siten oikealla tavalla kannustetaan ikääntyviä harrastamaan monipuolisesti erilaista sosiaalista toimintaa oman ”pesänsä” ulkopuolella. Henkisen, fyysisen ja sosiaalisen viriketoiminnan avulla parannetaan terveyttä, ehkäistään sairauksia ja aina vaanivaa yksinäisyyttä. Siihen toimintaan tarvitaan edelleen lisää eri muotoisia kannusteita ja voimavaroja.

Talven aikana medioissa on kerrottu näkyvästi, että liikkumattomuus aiheuttaa yhteiskunnalle 3MRD kustannukset vuosittain. Kaupunginhallitukselle valmistellussa vastausluonnoksessa todetaan, että vain 13 % joensuulaisista ikääntyneistä liikkuu riittävästi. Tämä on niin merkittävä asia, jonka vuoksi sekä kaupungin että muiden yhteiskunnallisten toimijoiden tulee ryhtyä toimiin.

Merkittävä tekijä on digitalisaatio, jonka kehityksestä osa ikääntyneistä on jo pudonnut tai on putoamassa pois. Putoaminen merkitsee irtautumista, putoamista yhteiskunnasta. Siihen kuuluu runsaasti erilaisia asioita, tiedonsaantia, terveydenhoitoa, ym. He vaipuvat osakansalaisiksi. Digineuvoja olisi yksi vastaus osakansalaisuuden ehkäisyyn.

Nämä kaksi asiaa kuuluvat ennalta ehkäisevien toimenpiteiden ydinpiiriin.

Kolmas merkittävä tekijä on ikääntyneiden kohdalla myös luonnollinen asia, hoidon- ja hoivantarpeen lisääntyminen. Jos ja kun pystymme vaikuttamaan palvelujen 20/80 -suhteeseen, tuottaa se lisää hyviä päiviä ikääntyville ja valtavia säästöjä yhteiskunnalle. Tämä on sekä ennaltaehkäisevä että reaktiivinen asia yhteiskunnalle.

Ikääntyneiden aktiivisuutta, osallistumista ja liikkumista voidaan tukea ja lisätä monella tavalla. Kaikkinainen aktiivisuus lisää mielihyvää ja vähentää passiivisuudesta johtuvaa tuen ja palvelujen tarvetta. Liike on lääke ja pitää pillerit purkissa.

Kaupunki voi monella tavalla edistää kunnan ikäystävällisyyttä. Jos ja kun sitä halutaan tehdä järjestelmällisesti, niin tulee rakentaa selkeät ja konkreettiset ikäystävällisyyttä edistävät tavoitteet ja niitä seuraava toimintasuunnitelma. Esimerkkinä tavoitteista voisi olla mainion seniorikortin käyttömahdollisuuksien laajentaminen ja käyttäjämäärän lisääminen niin, että sen hankkii vähintään 20% kortin hankintaan oikeutetuista. Kortin hinnoittelua pitää tarkistaa alaspäin verrokkikaupunkien tasolle. Toisena tavoitteena voisi olla riittävästi liikkuvien ikääntyneiden määrän kasvaminen 25 prosenttiin. Valmistelussa tulee huomioida koko kaupungin alue.

Tavoitteiden ja toimintasuunnitelman ja sen jälkeisen konkreettisen ohjelman toteutuksessa kaupungin toimijoiden ja lautakuntien yhteistyökumppaneina voisi olla esimerkiksi kansalaisopisto, Joen Severi, eläkeläisjärjestöt, marittajärjestöt, Itä-Suomen liikuntaopisto, hikoiluagentti, PoKaLi, Pohjois-Karjalan sosiaaliturvayhdistys, ym, ym.

Nykyisenä tiedontulvan aikana erityinen huomio tulee kiinnittää kohderyhmäkohtaiseen tiedottamiseen tarjolla olevista mahdollisuuksista. Tiedottamisen tulee olla toistuvaa ja monipuolista. Tiedotuskanavana medioiden lisäksi esimerkiksi eläkeläisjärjestöt.

Tehdyn valtuustoaloitteen mukaisesti Joensuun kaupungin tulee harkita liittymistä WHO:n ylläpitämään ikäystävällisten kuntien verkostoon. Sen avulla voitaisiin jatkuvan vertailun metodia hyväksi käyttäen paremmin toteuttaa ikääntyvien, vammaisten ja myös muistisairaiden olosuhteiden parantamista käytännössä. Tietenkin niin seurannan kuin käytännön toimenpiteiden koordinoinnin toteuttaminen vaatii resurssien osoittamista uuteen pysyvään toimintaan.

Kun ikääntyvien suhteellinen osuus on nyt ja lähitulevaisuudessa ainoa jatkuvasti kasvava väestönosa Joensuussa, niin jo nykyisin noin neljännes kaupunkilaisista odottaa myös kaupungilta selvästi entistä vahvempaa panostusta vanhus- ja vammaispolitiikan kehittämiseen.

Kaupungin ikäystävällisyyttä lisäisi myös vanhus- ja vammaisneuvoston edustus puhe- ja läsnäolo-oikeudella kaupungin toimielimissä. Se parantaisi molemminpuolista ymmärrystä eri hankkeiden edistämisessä ja yksinkertaistaisi asioiden valmistelua ja päätöksentekoa. Varsin monissa kunnissa tämä on jo normaali osa päätöksentekoa.

Vanhusneuvosto haluaa ja lupaa olla aktiivisesti mukana ikäystävällisten tavoitteiden ja toimenpiteiden valmistelussa ja toteutuksessa.

Yhteistyöterveisin

Joensuun vanhusneuvosto

Liitteet: Tilastokeskuksen ja Sotkanetin tilastotietoa 65 vuotta täyttäneistä Joensuussa
(koonnut Lahja-Elina Vatanen)



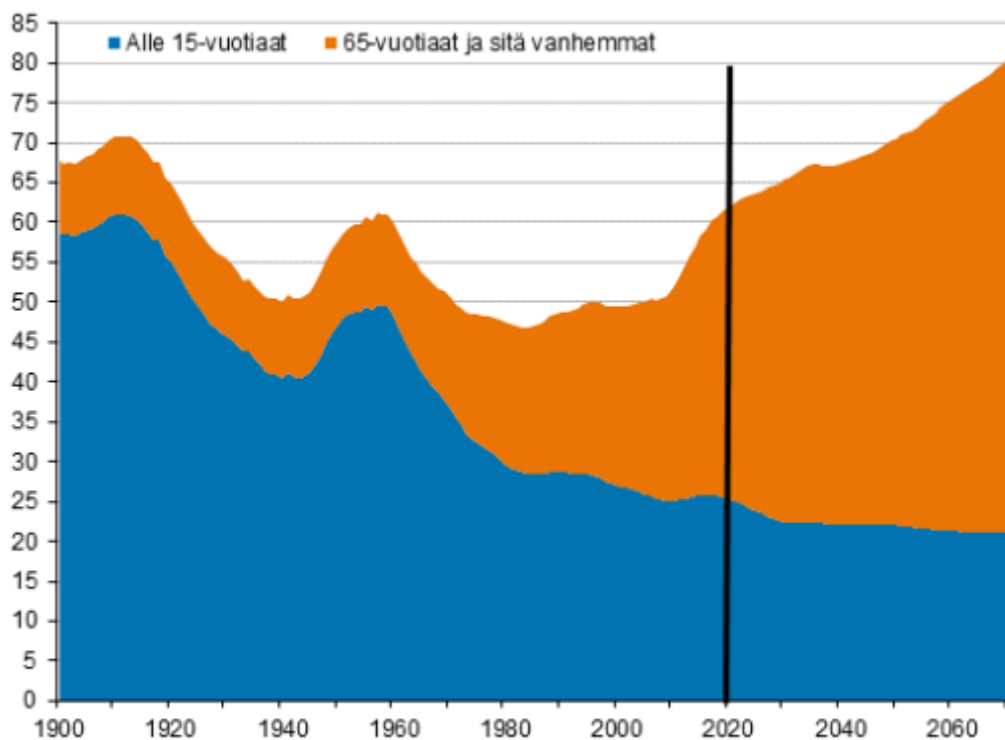
TASKUTIETOA JOENSUUSTA

Vanhusneuvosto 27.2.2023

TILASTOKESKUKSEN
JA SOTKANETIN
TILASTOTIETOA
65 VUOTTA
TÄYTTÄNEISTÄ
JOENSUUSSA

Lahja-Elina Vatanen

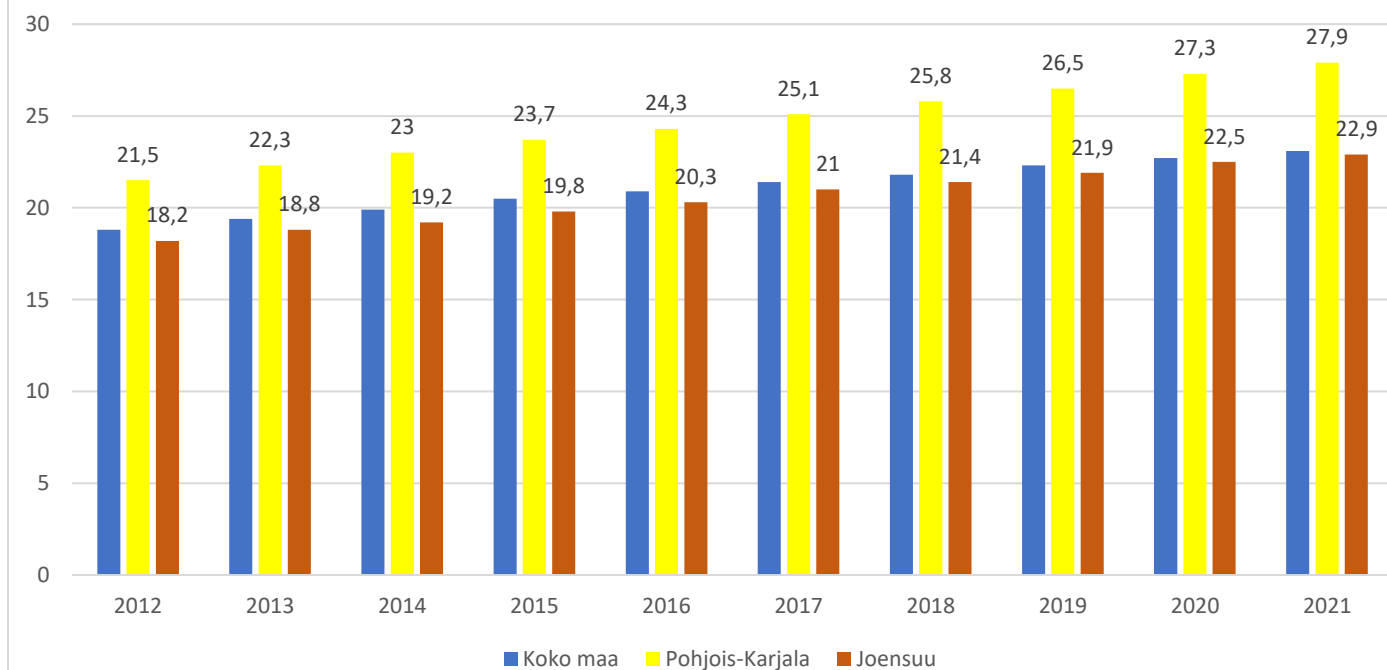
Väestöllinen huoltosuhde* 1900–2020 ja ennuste vuoteen 2070



*) Alle 15-vuotiaiden ja 65 vuotta täyttäneiden ja sitä vanhempien määrä 100 työkäistä kohden.

Lähde: Tilastokeskus

65 vuotta täyttäneet koko maassa, Pohjois-Karjalassa ja Joensuussa % osuus väestöstä



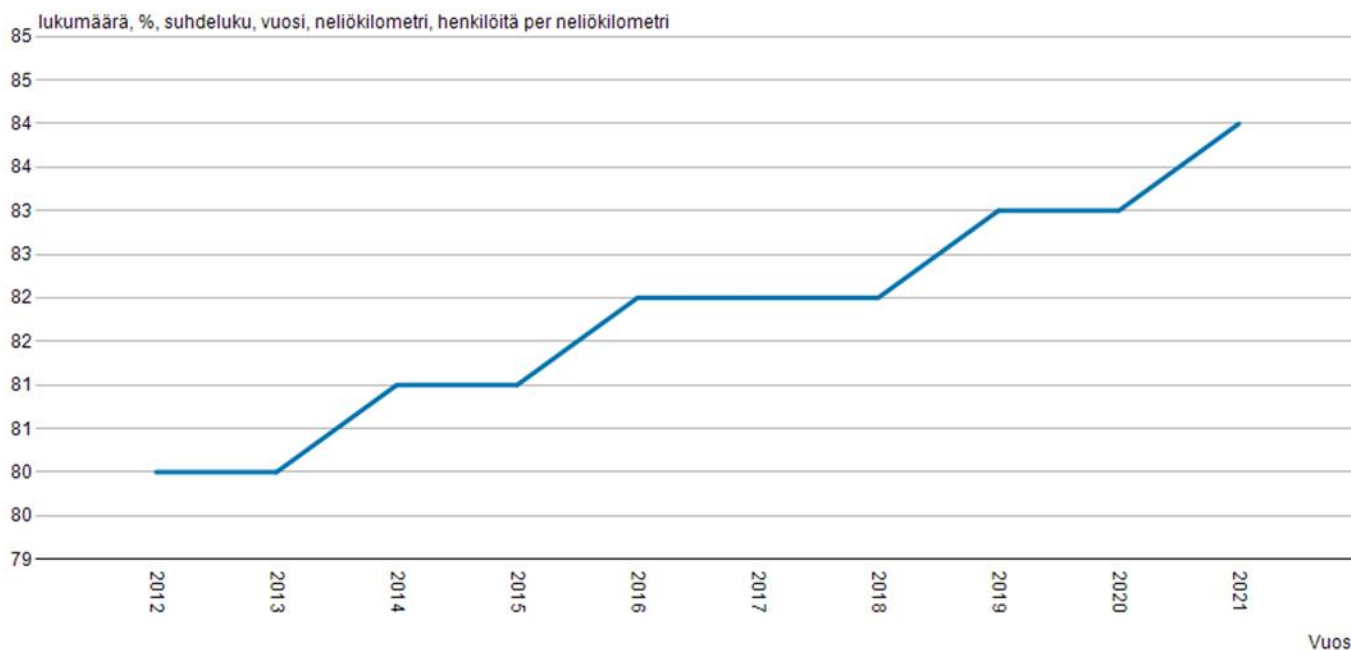
Lähde: Tilastokeskus

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
65 vuotta täyttäneiden osuus, %												
Heinävesi	29,1	30,0	31,4	32,9	33,7	35,1	35,6	36,6	37,7	38,7	39,1	40,5
Ilomantsi	28,9	30,0	31,3	32,6	33,8	35,2	36,1	37,0	38,3	39,5	41,0	42,5
Joensuu	17,0	17,5	18,2	18,8	19,2	19,8	20,3	21,0	21,4	21,9	22,5	22,9
Juuka	26,1	27,3	28,5	30,0	31,5	32,6	33,2	34,4	35,3	36,7	37,6	38,4
Kitee	24,8	25,8	26,9	28,1	29,0	30,2	31,1	32,6	34,0	35,6	37,0	37,9
Kontiolahti	12,0	12,5	12,9	13,4	14,0	14,6	15,0	15,7	16,5	17,2	17,9	18,2
Lieksa	26,8	27,7	28,8	29,8	30,9	32,4	33,4	34,8	35,8	37,1	38,1	39,5
Liperi	16,6	17,3	17,6	18,2	18,9	19,5	20,1	20,6	21,2	21,7	22,5	23,2
Nurmes	26,1	26,8	27,8	28,9	30,4	31,5	32,3	33,1	34,1	34,9	35,8	36,7
Outokumpu	23,5	24,2	24,9	25,6	26,6	27,4	28,2	29,0	30,4	31,5	33,0	33,8
Polvijärvi	22,3	23,1	24,0	24,8	26,2	27,3	28,6	30,3	31,3	32,9	33,9	34,7
Rääkkylä	27,8	27,6	29,4	30,2	31,8	34,2	36,2	37,1	38,6	40,4	41,2	43,4
Tohmajärvi	23,7	24,7	25,6	26,4	27,6	28,3	28,8	30,3	31,3	32,6	33,4	34,2

Lähde: Tilastokeskus

Eli 65 vuotta täyttäneiden suhteellinen osuus Pohjois-Karjalassa on suurin Rääkkylässä (42,4 %) ja pienin Kontiolahdella (18,2 %)

Tunnuslukuja väestöstä muuttujina Vuosi. Joensuu, Kaupunkialueella asuvien osuus, %.



Lähde: Tilastokeskus

			2017	2018	2019	2020	2021
Kotona asuvat 65 vuotta täyttäneet, % vastaavan ikäisestä väestöstä info ind. 2937	Koko maa	miehet	96,9	96,9	97,0	97,0	97,2
		naiset	94,6	94,7	94,9	94,9	95,3
	Pohjois-Karjala	miehet	96,6	96,7	96,6	96,5	96,4
		naiset	94,4	94,5	94,4	94,3	94,5
	Joensuu	miehet	97,2	97,0	97,1	96,6	96,7
		naiset	95,0	94,7	94,5	94,2	94,6
Kotona asuvat 75 vuotta täyttäneet, % vastaavan ikäisestä väestöstä info ind. 1570	Koko maa	miehet	93,6	93,8	94,1	94,2	94,6
		naiset	89,5	89,7	90,2	90,4	91,2
	Pohjois-Karjala	miehet	92,8	93,0	93,1	93,4	93,3
		naiset	89,6	89,5	89,3	89,3	89,8
	Joensuu	miehet	93,7	93,6	94,0	93,9	94,1
		naiset	90,5	89,8	89,2	89,0	90,1
Kotona asuvat 80 vuotta täyttäneet, % vastaavan ikäisestä väestöstä info ind. 1070	Koko maa	miehet	90,6	90,8	91,4	91,4	92,0
		naiset	85,2	85,5	86,2	86,1	87,2
	Pohjois-Karjala	miehet	89,9	90,0	90,2	90,1	90,2
		naiset	85,4	85,4	85,3	84,7	85,5
	Joensuu	miehet	90,4	90,3	91,1	90,5	91,6
		naiset	86,3	85,5	84,6	83,9	85,7
Kotona asuvat 85 vuotta täyttäneet, % vastaavan ikäisestä väestöstä info ind. 1251	Koko maa	miehet	86,2	86,3	87,1	87,1	87,8
		naiset	79,0	79,2	80,1	80,2	81,4
	Pohjois-Karjala	miehet	84,6	84,9	85,1	85,3	85,3
		naiset	79,6	79,0	78,7	78,8	79,5
	Joensuu	miehet	85,9	85,5	86,8	85,5	87,2
		naiset	80,7	78,9	77,7	77,2	78,9

Lähde: THL:n Sotkanet

Arkitoimissa vähintään suuria vaikeuksia kokevien osuus (%), 75 vuotta täyttäneet [Info 4537](#)

		2017	2018	2020
Koko maa	yhteensä	35,4	34,9	34,7
Pohjois-Karjala			36,3	35,1

Lähde: THL:n Sotkanet

Perustuu kysymykseen: "Pystyttekö yleensä seuraaviin arkipäivän askareisiin ja toimintoihin?".

Kysymyspatterissa alakysymyksinä oli a) tekemään kevyitä kotitöitä b) tekemään kodin pieniä korjaustöitä c) hoitamaan päivittäisiä raha-asioitanne d) käymään ruokakaupassa. Vastausvaihtoehtoina olivat 1) pystyn vaikeuksitta, 2) pystyn, mutta vaikeuksia on jonkin verran, 3) pystyn, mutta se on minulle erittäin vaikeaa ja 4) en pysty lainkaan.

			2020
500 metrin matkan kävelemisessä suuria vaikeuksia kokevien osuus (%), 65 vuotta täyttäneet info ind. 4374	Koko maa	yhteensä	17,7
	Pohjois-Karjala		18,1
	Joensuu		18,7
Apua riittämättömästi saavien osuus väestöstä (%), 75 vuotta täyttäneet info ind. 4382	Koko maa		10,8
	Pohjois-Karjala		12,0
	Joensuu		
Itsestä huolehtimisessa vähintään suuria vaikeuksia kokevien osuus (%), 75 vuotta täyttäneet info ind. 4536	Koko maa		10,4
	Pohjois-Karjala		11,9
	Joensuu		
Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavan ikäistä info ind. 3959	Koko maa		359,5
	Pohjois-Karjala		444,2
	Joensuu		482,6
Muistinsa huonoksi kokevien osuus (%), 75 vuotta täyttäneet info ind. 4539	Koko maa		7,1
	Pohjois-Karjala		10,0
	Joensuu		

Itsestä huolehtiminen: "Pystyttekö yleensä seuraaviin arkipäivän askareisiin ja toimintoihin?" Kysymyspatterissa alakysymyksinä olivat e) valmistamaan tai lämmittämään aterioitanne, g) peseytymään suihkussa, kylvyssä tai saunassa, h) huolehtimaan henkilökohtaisesta siisteydestänne, j) pukeutumaan ja riisuutumaan, k) käymään WC:ssä. Vastausvaihtoehtoina olivat 1) pystyn vaikeuksitta, 2) pystyn, mutta vaikeuksia on jonkin verran, 3) pystyn, mutta se on minulle erittäin vaikeaa ja 4) en pysty lainkaan

			2020
Asuinalueensa olosuhteisiin tyytyväisten osuus (%), 65 vuotta täyttäneet info ind. 4307	Koko maa	yhteensä	85,2
	Pohjois-Karjala		84,2
	Joensuu		84,5
Elämänlaatunsa (EuroHIS-8) hyväksi tuntevien osuus (%), 65 vuotta täyttäneet info ind. 4272	Koko maa		55,5
	Pohjois-Karjala		52,2
	Joensuu		51,6
Onnelliseksi itsensä kokeneiden osuus (%), 65 vuotta täyttäneet info ind. 4279	Koko maa		53,9
	Pohjois-Karjala		55,6
	Joensuu		50,4

Elämänlaatuindikaattori muodostettiin WHO8-EUROHIS- mittarin sisältämien kahdeksan kysymyksen pohjalta. Ensimmäisenä oli yleiskysymys "Millaiseksi arvioitte elämänlaatunne?". Vastausvaihtoehdoiksi esitettiin 1) erittäin huono, 2) huono, 3) ei hyvä eikä huono 4) hyvä 5) erittäin hyvä. "Miten tyytyväinen olette" -kysymyssarja jakaantui viiteen alakysymykseen: 'terveyteenne', 'kykyynne selviytyä päivittäisistä toimistanne', 'itseenne', 'ihmissuhteisiinne' ja 'asuinalueen olosuhteisiin'. Vastausvaihtoehtoina esitettiin 1) erittäin tyytymätön, 2) tyytymätön, 3) en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4) tyytyväinen, 5) erittäin tyytyväinen. "Onko teillä:" -kysymyssarja sisältää kaksi alakysymystä: 'riittävästi tarmoa arkipäivän elämäänne varten' ja 'tarpeeksi rahaa tarpeisiinne nähden'. Vastausvaihtoehtoina esitettiin 1) ei lainkaan 2) vähän 3) kohtuullisesti 4) lähes riittävästi 5) täysin riittävästi. Kysymykset mittaavat elämänlaatua psyykkisellä, fyysisellä, sosiaalisella ja ympäristöolottuvuudella.