



きずな

2011年
(平成23年)

9

特集テーマ

高齢者

「孤立」から「つながり」へ



- 2 データで見る
高齢化の現状
- 3 ケアされる人／する人への包括的な暮らし支援
津止正敏さん(立命館大学産業社会学部教授)
- 4 元気の源は仲間と過ごす楽しい時間
能倉ふれあいサロン(兵庫県)
- 5 介護の悩みを打ち明けられる
男性介護者の“止まり木”に
ほっこり庵(宝塚市)
- 6 被災した高齢者へのこれからの支援のあり方
黒田裕子さん(NPO法人阪神高齢者・障害者支援ネットワーク代表)
- 7 ふれあいサロン
- 8 情報ぷらざ

9月第3月曜

敬老の日

1947(昭和22)年、多可郡野間谷村(現多可町八千代区)で9月15日に敬老会を開いた「としよりの日」が始まりました。これが全国に広まって、1964(昭和39)年に「老人の日」と改称され、翌年に国民の祝日「敬老の日」に。2003(平成15)年から9月第3月曜になりました。



データで見る 高齢化の現状

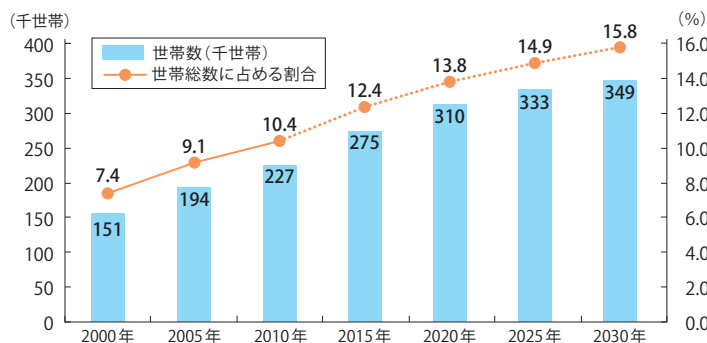
特集

高齢者

高齢化の進展に伴い、認知症高齢者の増加や介護の負担増、虐待や孤立化する高齢者を狙った犯罪の増加など、人権に関わる問題は大きくなっています。また、東日本大震災においても高齢者支援の必要性が大きくクローズアップされています。高齢者が生き生きと暮らし、世代を超えて支え合える社会づくりについて考えてみましょう。

高齢社会では介護や福祉の一層の充実が求められていますが、一方で65歳以上の単身世帯は増え続け、しかも周りに頼れる人が少ないというデータが出ています。高齢者が暮らしやすい社会づくりには制度面だけでなく、身近な所での人付き合いも大切であることがうかがえます。

●兵庫県の65歳以上単身世帯の将来推計



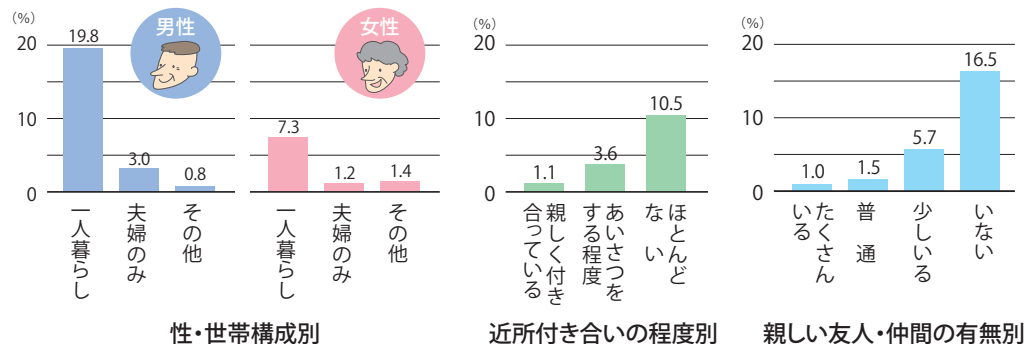
単身高齢者は増え続けていくと予想されています。



「兵庫県の世帯数の将来推計について」(兵庫県より)

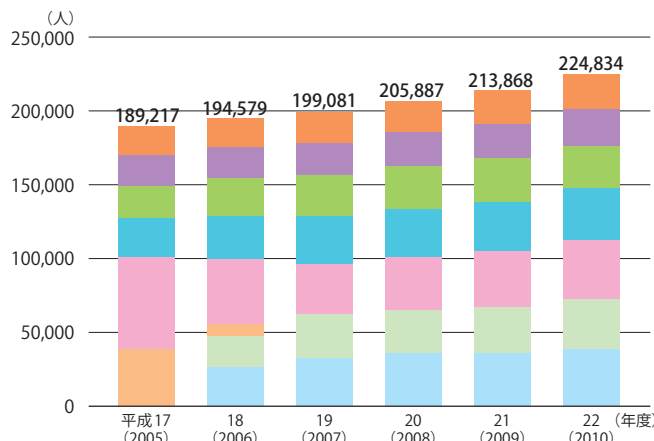
●困ったときに頼れる人がいない人の割合

全国の60歳以上の男女を調査したところ、一人暮らしの男性の約2割が「困ったときに頼れる人がいない」と回答しています。また、近所や友人・仲間との付き合いが希薄な人ほど、頼れる人が周りにいないことが分かります。



内閣府「高齢者の住宅と生活環境に関する意識調査」(平成22年)を基に作成 (注)調査対象は全国60歳以上の男女

●兵庫県の要介護度別認定者数の推移 ※第1号被保険者対象



高齢者の要介護者は年々増えています。



厚生労働省「介護保険事業状況報告(暫定:各年12月)」を基に作成
(注)平成18年4月から介護保険法の改正に伴い、要介護度の区分が変更されている

メッセージ

ケアされる人／する人への 包括的な暮らし支援

—データが鳴らす警鐘に耳を澄まして—

津止 正敏さん

立命館大学産業社会学部教授

6月末に2010(平成22)年の国勢調査の抽出速報結果が発表されましたが、高齢者・高齢期の暮らしの変化に驚かされます。幾つかのデータでその変化を検証しながら、私たちの課題を探ってみましょう。

一人で暮らすということ

国勢調査では、64歳以下の人口が約4%減少する中、65歳以上の人口は前回(2005年)と比べて14.1%増加し、2929万3000人に。総人口の23.1%を占め、世界で最も高い水準となっています。そして、65歳以上のうち一人暮らしは15.6%、実数にして450万人を超えました。65歳以上男性の10人に1人、女性の5人に1人が一人暮らしです。

ケアされて暮らすということ

先の国勢調査の結果では、老人

ホームなどの「社会施設」で暮らす高齢者は121万5000人と前回の1.5倍に増えています。要介護(要支援)認定者はすでに500万人を超え、一人で暮らす高齢者の4人に1人が要支援・要介護の認定者です。ホームヘルプやデイサービス、配食、福祉機器などの介護制度があつて初めて可能となる暮らし方です。

ケアをしながら

暮らすということ

市民団体のデータも見てみましょう。「ケアラー連盟」が昨秋に実施した調査で、家族のケア(介護や看病、世話、療育等)を担っている世帯は5世帯に1世帯、うち4人に1人は複数の人をケアしていました。

「認知症の人と家族の会」が昨秋に実施した会員への調査では、1981(昭和56)年には25.8%

だった60歳以上の高齢介護者が、2010(平成22)年には58.2%に、1991(平成3)年には0だった2人暮らしの会員は昨年は45.3%と圧倒的な多数派となりました。小さな老いた家族—認知症家族の変化です。

男性もケアラーになると いうこと

2009(平成21)年、「男性介護者と支援者の全国ネットワーク」が結成され、男性介護者100万人時代の幕が開きました。前述のケアラー連盟や家族の会の調査でも男性の介護者は30%を超えています。従来は家族が担ってきた炊事、洗濯、掃除、買い物や、介護と仕事と暮らしという介護から派生する諸問題が、男性介護者とともに一挙に顕在化されてきました。介護だけではない暮らしの包括的支援が必要とさ

れている根拠です。

ケアされる人／する人が 共に支援されなければ ならないということ

高齢者・高齢期のケア・ニーズの劇的な変化こそ、現代社会が抱える課題です。その背景には縮小する家族や、不安定化する産業・雇用環境など、暮らしと社会の構造変化があります。家族はもはや安定した強い介護資源でなくなっています。むしろ放置すれば共倒れの危険にある脆いもの^{もろ}です。今回紹介したデータは、ケアされる人はもちろん、ケアする人もまた支援が必要な人であると警鐘を鳴らしているようです。

※1 厚生労働省「介護保険事業状況報告」より
※2 厚生労働省「平成22年国民生活基礎調査」より

プロフィール

1953(昭和28)年、鹿児島県生まれ。立命館大学大学院社会学研究科修士課程修了。京都市社会福祉協議会(地域福祉部長、ボランティア情報センター長)を経て、2001(平成13)年から現職。著書に『男性介護者白書—家族介護者支援への提言』(生協総研賞特別賞)、『ボランティアの臨床社会学—あいまいさに潜む「未来」』など。

高齢者も介護者も集うことが大切

ふれあい 広場

元気の源は仲間と過ごす楽しい時間 能倉ふれあいサロン(兵庫県)

現在、県内各地で高齢者の孤立や寝たきり、閉じこもりを防ぎ、生きがいづくりの場として「地域サロン」が増えています。兵庫県にある「能倉ふれあいサロン」にも大勢の高齢者が集まり、おしゃべりを楽しんだり、異世代との交流を深めたりしています。

仲間との交流が介護予防にも

能倉ふれあいサロンは兵庫県社会福祉協議会のサポートのもと、2001(平成13)年に始まりました。毎月1回、2時間程度で約30人の高齢者(会員)が集まります。花見



6月下旬、みんなで七夕飾りを作りました

や食事会、七夕祭り、映画鑑賞会など会員の意見を聞きながら多彩な行事を催しています。

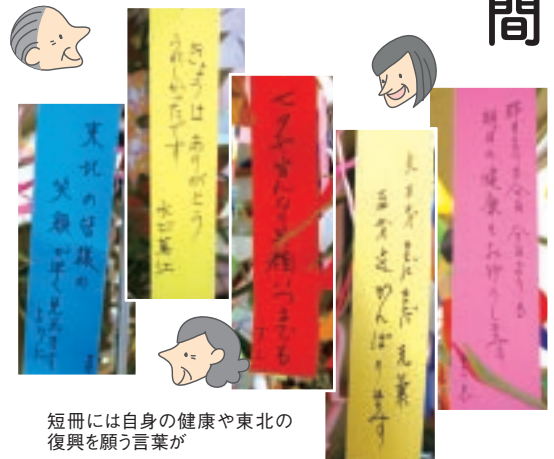
民生委員の畑尾京子さんは「会員にとつて、皆で顔を合わせ声を掛け合い、時間を共有することが楽しく、ひいては介護予防にもなります」と話します。

地元の幼稚園児と交流したり、子育て中の母親たちと語らいの機会を持つたりと世代間交流にも積極的です。

高齢者が運営に携わるのが大切

能倉自治会長の東末敏さんは「サロンに高齢者が集まることで自治会の連絡を伝えやすいですし、高齢者から自治会への率直な意見を聞くことができます。地域活性化の礎の役割も果たしていると思います」と語ります。

今でこそにぎやかなサロンですが、開設当初は高齢者が来てくれるかどうかといった心配や苦勞が多かった



短冊には自身の健康や東北の復興を願う言葉が

そうです。「足が不自由だったおばあさんは、初めは参加を渋っていました。でも、次第にサロンを楽しみにしてくれるようになり、『気が付くと足が良くなった』と言われたときはうれしかったですね」と前民生委員の柴原延恵さん。

運営スタッフには、民生委員や民生・児童協力委員をはじめ、老人クラブのメンバーも名を連ねています。兵庫県社会福祉協議会のコミュニティワーカー、波多野好則さんは「サロンの運営は地域ごとに特色がありますが、高齢者の皆さん自身が主体



生き生きとした表情から楽しい雰囲気が伝わってきます

となつて、受け継がれていく「役割の循環」が大切です。運営者がサービスを受ける側と同じ視線で内容を考えることになりましたから」とその意義を強調します。

取材を終えて

サロンに来ていた会員の一人が「〇〇さんは姿が見えんけど元気か?」と周囲に尋ねていました。仲間への気遣いがうかがえ、このような「コミュニティ」がいつまでも続いてほしいと思いました。



ほっこり庵

ほっこり庵

宝塚市清荒神1-5-15
TEL・FAX 0797(26)7818
開設時間／10:00～17:00(無休)
利用料／1日500円
見学も随時受け付け(無料)。
詳しくはメールで問い合わせを
☒ smileway7@gmail.com

介護の悩みを打ち明けられる 男性介護者の〃止まり木〃に ほっこり庵(宝塚市)

男性介護者を支援する宝塚市の「NPO法人スマイルウェイ」では昨年11月、親や配偶者を介護する男性たちの集いの場「ほっこり庵」を開設。利用者同士、親類や近所の人には話しづらい愚痴や悩みを打ち明け、心身を癒やししながら情報交換も図っています。

男性介護者の癒やしの場

代表の西山良孝(よしのり)さんがほっこり庵を思いついたのは約4年前、京都で母親の介護をしていた男性が経済的、精神的に追い詰められ、母を絞殺するという痛ましい事件を知ったことでした。西山さんも母親の介護をしていることから、常々、介護者が日頃の疲れから一時的に解放され、気軽に悩みを打ち明けて心とめ

る場が必要だと感じていました。

「年配の男性は仕事一筋に生きてきた人が多く、家事などに慣れていません。でも、親や妻の介護に直面すると、自分が全てを看なければという使命感が湧いて、それが自分自身を追い詰めてしまうのです」

西山さんは5年前にNPO法人スマイルウェイを立ち上げ、宝塚市と伊丹市で男性介護者が集う会を月3回のペースで開いてきましたが、「いつでも訪ねられる場所が必要」と、昨年11月に阪急清荒神駅前に一軒家を借りてほっこり庵を開設。談話室、マッサージチェアやテレビを備えた休憩室があり、1日500円で何時間でも滞在できます。また、電話相談も受け付けています。

来られない人へのフォローも

今年6月末の時点で延べ749人の男性介護者が訪れていますが、西山さんは「まだまだ認知度が低い」と言います。民生委員やケアマネジャーの研修会、講演会などで、ほっこり庵の意義と課題を話したり、D



「介護の悩みを気軽に話してリラックスしてほしいですね」と西山さん

VD「男性介護者からのメッセージ」を製作し、男性介護者が抱える悩みの解決に努めたりしています。

一方、男性介護者には自分の気持ちに素直になることが大切であるとアドバイスを送ります。「助けを求めたくてもプライドが許さないといった気持ちは捨てるべき。ここに来ている人は、気持ちの中の高いハードルを越えた人たちです。もう少しで越えられそうな人のフォローにも力を入れています」

「来ることができない人」には直接出向いて悩みを聞いたり、テレビ電話で情報を交換したりしています。「今は男性介護者に限定してはいますが、介護で苦労しているのは女性も同じ。ゆくゆくは男女の区別なく悩みを打ち明け、相談し合える場にしたいですね」

取材を終えて

地域で孤立しがちな介護者にとって周囲とどう関わりを持つかという問題は切実です。ほっこり庵の取り組みが介護者支援の在り方を考える一つのヒントになるのではないのでしょうか。

じんけんガイド

地域包括支援センターをご存じですか



県内の市町が主体となって設置している「地域包括支援センター」は、高齢者の多様なニーズや相談に総合的に対応し、必要なサービスを包括的・継続的に調整する地域の拠点です。保健師や社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が配置されており、専門知識や技能を活かして高齢者への総合的な支援に取り組んでいます。

最寄りのセンターは

兵庫県地域包括支援センター 一覧

検索

●総合相談支援

高齢者や家族からの相談に基づき、介護保険サービスをはじめさまざまな制度や地域資源を活用した総合的な支援を行います

●介護予防ケアマネジメント

市町が行う介護予防事業の対象となる高齢者のケアマネジメントや、要支援1・2の高齢者を対象に介護予防ケアプランを作成します

●権利擁護・高齢者虐待防止

高齢者が尊厳ある生活を送ることができるよう、「権利擁護」や「虐待防止」の拠点として、虐待の早期発見・防止、成年後見制度の活用を図ります

●ケアマネジャー等への支援

困難事例に関するケアマネジャーへの助言、医療や福祉の関係機関とのネットワークづくりなどの支援を行います

WATCH 被災した高齢者へのこれからの支援のあり方

～人間の声は聞こえていますか～

くろ だ ゆう こ

黒田 裕子さん

NPO法人阪神高齢者・障害者支援ネットワーク理事長



一人の人間として

超巨大地震、超大規模災害となった今回の東日本大震災から半年を迎えようとしている今、人間としての生の声が聞こえているのでしょうか。地震発生の翌日から数回にわたり被災地に入っています。避難所では多くの高齢者が狭い空間の中で、また在宅でも不自由な生活を余儀なくされています。

われわれの支援活動の原点はどんな状況下にあっても、その人らしさを尊重し、その人の価値観を重んじながら、今を生ききっていただくために、一人ひとりと魂を入れて向き合うことです。

そして、互いに一人の人間として、その声をきっちり聞くことで、その人らしさを尊重した支援につながると信じています。これが、われわれのもう一つの原点、高齢者である前に人間であること、また、われわれも担い手である前に一人の人間であるということです。そして、高齢者とともに歩むためにも「人間としての声」を重要視することと考えます。

高齢者の声には重みがあります。「こうして命があつたか

ら、何とかして亡くなった人の分までもしっかりと生きていかなくては」と声高らかに交わしています。その声に周辺の者が真剣に向き合うことから始まります。人間対人間の関係性の中で、その人らしく生ききっていただけるようにきめ細やかな目配り気配りをしながら支援することが大切であると考えます。

「共創社会」の誕生をめざして

これまで、いくつもの被災地に支援に伺いました。どの地でも高齢の方々はお互いに支え合い、思いやり、いたわりながら、これまでの生活スタイルから一変しても日常の中で絆を大切にしながら、お互いの心を育んでいる姿には心が打たれ、学ばせていただくことが多くありました。

「人権」という文字を意識せずとも、思いやり、支え合いということが普通に日常生活で行われていることが、即「人権尊重」になっているということです。人と人とのつながり、絆の重みを考えさせられます。

高齢者が楽しく生きていて

良かったと思える日々の過ごし方が大切です。それには、高齢者がどんな状況であっても、可能な限りできることから始めていただくことであり、役割を持つていただくことが大切であると思います。

役割を担っていただくことで生活に潤いが生まれ、自分の気持ちの中にもメリハリが付くことで、日々の中で生ききっていくことにも自信がつくのではないかと考えます。

高齢者を日々の中で支えることで、特別なものではなく、被災地であつてもどこにいても、その人はその人であることを忘れないよう、支援のあり方に意味付けをしながら人権を尊重した共創社会の誕生を願っています。

プロフィール

1995（平成7）年の阪神・淡路大震災を機に宝塚市立病院を退職し、仮設住宅・復興住宅支援ボランティアを経て、地域福祉の確立に向けて活動中。現在は東日本大震災からの復興支援に力を注いでいる。2004（平成16）年から現職。NPO法人しみん基金・KOBEL理事長やNPO法人日本ホスピス・在宅ケア研究会副理事長、NPO法人災害看護支援機構副理事長も務めている。講演、著書多数。



きずなフリーブライリー
～おすすめの二冊～



つなみ
被災地のこども80人の作文集
（文藝春秋8月臨時増刊号）

被災地の子どもが震災を見つめ、その思いを書きつづった作文集。保育園児から高校生まで80人のうち、何人かは直筆文章が原稿用紙のまま掲載されています。

いつも通りの生活をしていた時に突然襲ってきた激しい揺れと津波。家族や親友を失った悲しみ、避難所の暮らし、今何を支えに、これからどう歩んでいきたいかなど、素直な気持ちが伝わってきます。水の入ったペットボトルを避難所に運ぶ子どもの写真など巻頭と巻末のカラーグラビアにも引き付けられます。

明日に向かって頑張ろうという子どもたちの気持ちに、私たち大人はどうやって応え、何ができるかを考えさせられます。



読者からのお便り

●7月号の特集テーマは「いのち」でしたが、どのページを読んでも、いのちの重さを後世にどう伝えていったらいいのかを考えさせられ、また感動もしました。特に、大切な人の死を乗り越え、現在に至った人の体験は貴重です。人の“出会い”“絆”こそ、強い心を育てる糧なのだと思います。自分の心の中を相談できる人がいたり、相談できる人に出会えたり、生きることが楽しいと実感できる世の中を皆でつくっていかれたらと思います。

(淡路市・清水美智子さん)

●7月号の震災語り部の庄野ゆき子さんのページを読み、「あの日」のことがまざまざと思い出され、胸が痛みました。今、東北で、もっと多くの人々がこのような体験をされていると思うとたまらないです。

(神戸市・横田和義さん)

「きずな」のバックナンバーは、当協会または各市町の人権啓発担当部署にお尋ねください。



クロスワードを解いて、A～Jの文字を順番に並べると、何という言葉になるでしょう？



カタ
ギの

- 1 十五夜のお月様
- 2 ○○○と別れ
- 3 「秋桜」と書くキク科の花
- 4 「事故を起こしたので示談金を振り込んで」との孫を装った電話にはだまされないで
- 7 誇らしげなこと。「○○○満面」
- 8 在宅介護を受けている高齢者を昼間に施設で預かって日常生活の世話をすること
- 10 おはぎの外側についていたり、まんじゅうに入っていたりします
- 11 「さすが年の○○」と言われる存在でありたい
- 13 必要な時には遠慮せず自分の○○をしっかりと伝えたい

ヨコの
カギ

- 1 日本では長寿を象徴する木として尊ばれています
- 3 以前は「古来まれなり」と言われた70歳ですが、今はまだまだこれからですね
- 4 人々の気持ちを和らげて癒やしてくれる場所
- 5 励まし、元気づけること
- 6 健康を害しては○○もありません
- 8 机のことです
- 9 配偶者のことをこう言います
- 12 神社や寺に参ること
- 14 ♪○○○追いかの山、こぶな釣りしかの川
- 15 神戸市に隣接し、谷崎潤一郎ゆかりの地として知られる市

〈7月号の答え〉カケガエノナイノチ

お便り掲載者

クロスワード正解者 (抽選)

特製

シャープペンシルをプレゼント!



「読者からのお便り」の投稿掲載者(11月号に掲載)とクロスワードの正解者(抽選で10人)に特製シャープペンシルをプレゼント。本誌「きずな」のご意見や感想、人々とのふれあいを通じた心温まるエピソードなどを募集しています。どしどしご投稿、ご応募ください。

※投稿はペンネームの使用も可能です ※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます

■応募方法・締め切り

はがきかファクス、メールで受け付け。クロスワードの答え、郵便番号・住所、氏名(ペンネームを使用する場合も要併記)、電話番号、年齢、職業、本誌へのご意見・ご感想を書いてください。10月3日(月)締め切り(必着)

■応募先

〒650-0003 神戸市中央区山本通4-22-15 県立のじぎく会館内

(公財)兵庫県人権啓発協会「きずな編集室」

TEL 078(242)5355 FAX 078(242)5360 ✉info@hyogo-jinken.or.jp

講演あり・歌あり・キャラクターショーあり 「ひょうご・ヒューマンフェスティバル 2011 in なかはりま」を盛大に開催

8月20日、「人権文化をすすめる県民運動」の推進強調月間(8月)の主要行事である「ひょうご・ヒューマンフェスティバル2011 in なかはりま」を姫路市文化センターで開催しました。

姫路市立山陽中学校吹奏楽部のウェルカム演奏の後、ひょうご人権大使の伊東浩司さんによる開会宣言で幕を開けました。大ホールでは、書家の紫舟さんが

「天職と出逢い生かす～書にいのちを宿す～」をテーマに講演。続いてキャラクターショー、歌手の今井絵理子さんとYOSHIKOさんによるコンサートで大いに盛り上がりました。一方、小ホールでは地域団体による太鼓等の演奏や「子ども多文化共生教育フォーラム」が、展示室では東日本大震災復興支援展や体験コーナーが注目を集めました。



◀開会宣言に続いて、姫路市立手柄小学校5・6年生が「しあわせ運べるように」を合唱。元気な歌声がホールに響きました。

▶紫舟さんによる人権講演会では、「書」との出逢いを通して知った、自身を見つめる大切さと、作品に込められた思いのお話に、会場の皆さんは熱心に聞き入っていました。



イベントガイド

全国一斉 「高齢者・障害者の人権 あんしん相談」強化週間	●日時／9月5日(月)～9日(金)8:30～19:00、9月10日(土)・11日(日)10:00～17:00 ●場所／神戸地方法務局人権擁護課 ※各線「三宮」駅から徒歩約15分 ●内容／高齢者に対する虐待や障害者に対する差別など、高齢者や障害者に関するさまざまな人権問題の相談(無料) ●問い合わせ／神戸地方法務局人権擁護課 TEL 078(392)1821
稲美町 じんけんわくわくスクール	●日時／9月10日(土)10:00～12:00 ●場所／稲美町立総合福祉会館 ※JR「土山」駅から神姫バス「稲美町役場前」下車、徒歩約5分 ●内容／絵本の読み聞かせ：吉岡美奈子さん(絵本作家) ●問い合わせ／稲美町教育委員会人権教育課 TEL 079(492)1212
第58回 兵庫県人権教育研究大会 中央大会	●日時／10月1日(土)・2日(日)9:00～16:40(2日は15:40まで) ●場所／明石市民会館など ※JR・山陽「明石」駅から徒歩約15分 ●内容／開会行事、特別報告、分科会、アトラクション、記念講演(2日14:00～15:30)、閉会行事 ●テーマ・講師／「報道と人権～情報化社会を生きる～」 杉尾秀哉さん(TBSテレビ報道局解説・専門記者室長) ●問い合わせ／兵庫県人権教育研究協議会 TEL 078(271)8189 (要申し込み、有料)

ハーフ タイム

5年ほど前、ある方から「わが家だけの行事」についてお聞きしました。その方では毎年大みそかの午前0時、家族そろってコップ一杯の水を一気に飲み干すというのです。なぜ、そのようなことをするのか尋ねたところ、「他人から見れば何でもないことでも、わが家の家族だけが知るつながりの証しになるから」と返ってきました。

高齢者だけでなく、あらゆる世代で、人と人の関係が希薄になり、孤立化の問題が叫ばれている昨今、家族が離れ離れになっても、どこかで気持ちがつながっていると実感できることがあれば、ずいぶん違うと思います。私も「わが家だけの行事」をつくってみようと考えていますが、皆さんもいかがでしょうか。(田中)