



ひょうご人権ジャーナル

KIZUNA

きずな

特集 **高齢者**

つながりから
支え合いへ

INDEX

- 2 夢 いつまでも
三浦 雄一郎さん(冒険家・プロスキーヤー)
- 3 認知症高齢者問題の現状と
課題の解決に向けて
今井 幸充さん(医療法人社団翠会 和光病院 院長)
- 4 認知症の人を支える家族の思い
公益社団法人 認知症の人と家族の会
- 5 地域における認知症予防の取り組み
福田 章さん(NPO法人認知症予防サポートネット 理事長)
- 6 高齢者の「働き方改革」
大内 伸哉さん(神戸大学大学院法学研究科 教授)
- 7 社会的孤立を防ぎ、生活困窮を解消する
垣田 裕介さん(大阪市立大学大学院生活科学研究科 准教授)
- 8 情報ふらざ



超高齢社会を迎え、介護における身体的・心理的虐待、孤立、悪徳商法や詐欺による被害など、高齢者に関わる様々な人権問題が起こっています。

本号では、高齢者の人権が尊重され、安心して自分らしい生活を送ることができる社会について考えてみましょう。



Profile

1932(昭和7)年青森生まれ。北海道大学獣医学部卒業。1970(昭和45)年エベレスト8,000mからスキーで直滑降、1977(昭和52)年大陸最高峰スキー滑走。70歳、75歳、80歳で三度のエベレスト登頂(世界最高齢登頂記録)。プロスキーヤー&冒険家であると同時に全国に1万人以上生徒がいるクラーク国際高等学校の校長も務める。

この人に聞く!

冒険家・プロスキーヤー 三浦雄一郎さん

夢 いつまでも

2003(平成15)年、70歳で世界最高峰エベレストに初登頂、そして80歳の時に、三度目のエベレスト登頂を成し遂げた三浦さん。いくなつになっても目標に向かって挑戦を続け、夢を実現し続けている三浦さんに話を伺いました。

70歳で世界最高峰エベレスト登頂に挑戦されたきっかけは

50代後半で冒険生活はリタイアしましたが、どこかでエベレスト登頂をあきらめきれなかったのだと思います。65歳の時それまでの不摂生でメタバノになり、医者から余命3年ぐらいと言われました。今、決心しなければ一生の夢であるエベレストの頂上に立てない…。ともかくやってみよう、夢に挑戦してみようという思いでスタートしたのです。

冒険家としての功績の中で、特に思いに残っていることは

80歳で三度目のエベレスト登頂、その山頂に立ったことです。登山界ではエベレスト登頂はもう冒険でもないといわれますが、80歳という高齢、おまけに直前の心臓手術や3年半前の骨盤&大腿骨付根骨折からの復帰後のエベレスト登頂は、我ながらよくやれたと思います。

年齢を重ねる中で目標を達成するために大切なことは

「あきらめない。一歩ずつ。やれることだけやってみよう」と限界を超えてめざす気持ちでやってみよう。夢を追い続けることでしょうか。



年齢にとらわれず、夢をもち挑戦し続ける理由とその原動力は

人はだれでも歳をとり、いずれは死にます。生の限り、やりたいこと、やるうと思つたことを目標にもち、ゆっくりでもいい、歩いて行くことが、いわば「生きること」と「夢をもつこと」に通ずる原動力だと感じています。

「輝き続ける高齢者」の代表として、メッセージを

いくつになっても好奇心をもち、やってみたいことを探してみてください。そして自分の限界を決めず、自ら超えようとする心に心を躍らせてください。

認知症高齢者問題の現状と課題の解決に向けて

医療法人社団翠会和光病院 院長

いまい ゆきみち
今井 幸充 さん



「新オレンジプラン」の策定

日本の認知症高齢者数は、団塊世代が75歳になる2025年には700万人に達し、65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症と推測されます。そこで、2012（平成24）年9月に策定された「認知症施策推進5か年計画（オレンジプラン）」は、2015（平成27）年1月に関係府省庁の連携のもと、認知症高齢者の日常生活全体を支える「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」を認知症高齢者にやさしい地域づくりに向けて〜に変わりました。

この施策では、認知症の人がその意思を尊重され、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるための7つの課題、「認知症理解への普及・啓発」「適時・適切な医療・介護等の提供」「若年性認知症施策の強化」「介護者支援」「やさしい地域づくり」「研究開発推進」、そして「本人

や家族の視点の重視」を掲げ、これらの課題解決を2025年までに達成する政策を提示しました。

認知症高齢者問題の現状

一方、2016（平成28）年12月の読売新聞朝刊によると、2013（平成25）年1月から2016（平成28）年8月の間、60歳以上の要介護者家族による殺人や心中などの事件で死亡した人が189人でした。その中で被害者が認知症と確認されたのが71件で、加害者の70%以上が男性でした（以上、同紙調べ）。すなわち、毎月1件から2件の割合で、認知症介護者の殺人や無理心中事件が発生している現実があります。また、2017（平成29）年3月の改正道路交通法により、75歳以上の高齢者は認知症と診断された場合、運転免許取り消し等の処分を受けることになりました。2018（平

成30）年3月末までに1892名が取り消し等になりましたが、社会の安全を考えると必要な法改正かもしれません。しかし、これにより彼らの生活の便利さまでもが奪われてしまう現実も見逃せません。

自分らしく暮らせる社会の実現をめざして

認知症の人の意思の尊重や、安心・安寧に視点を置いた住みよい地域づくりの施策は、推奨されるべきです。しかし、社会施策と、本人と家族の生活への期待との間に隔たりがあるとすれば、施策が絵に描いた餅になってしまう。その隔たりを埋めるのが、充実した個別の社会支援制度です。日本の介護保険制度は、世界に誇る社会保障制度ですが、今その根幹を揺がすサービス給付の抑制が一部の保険者により行われている現実が否めません。初心に

返り、介護保険の意義とそのサービス・理念の下で、要介護者の誰もが使い勝手の良い制度になることを期待します。

人生90年の時代には、認知症のみならず、老夫婦や独居高齢者の社会保障のあり方が大きな課題となります。生産者人口が激減している今日、彼らへの十分な経済的支援は期待できません。人生の終末期に豊かな生活を望むならば、今から、私たち自身の力を十分生かせる生活設計が必要となります。

Profile

医学博士。1950（昭和25）年生まれ。聖マリアンナ医科大学大学院卒業後渡米。帰国後同大学精神科助教授。2001（平成13）年より日本社会事業大学大学院教授。2012（平成24）年10月より認知症専門病院の和光病院（埼玉県和光市）院長。日本認知症ケア学会前理事長。認知症ねっつ/ユッキー先生の認知症コラム連載中。
(<https://info.ninchisho.net/column>)

認知症の人を支える家族の思い

公益社団法人 認知症の人と家族の会

「認知症の人と家族の会」のあゆみ
 認知症の人と家族の会の活動は、1980(昭和55)年から始まりまし
 た。結成以来今日まで、家族同士が励
 まし合い助け合いながら、社会の理
 解をすすめる活動を、地道に、そして
 ぶれることなく続けて来ました。介
 護保険など、介護に対する公的な支
 援が何もない中で始まりでした。

その頃は「ぼけ老人」と呼ばれ、ど
 う接してよいかわからない、病院で
 も対応してくれない、変わっていく
 親や連れ合いをどう受け入れれば
 いいのかと悩み、途方にくれた人た
 ちが「高齢者何でも相談」の中の「ぼ
 け相談」に集まり、そこで芽生えた
 共感と安心が、全国に広がりまし
 た。2014(平成26)年には沖縄県
 支部が加わり、47都道府県に支部を
 持つ全国組織となりました。

認知症の人の思いに寄り添って
 発足当初は、『呆け老人をかかえる
 家族の会』という名称でした。まさし

く、家族は大変な事を抱えてしまっ
 と思っていたのです。2004(平成
 16)年10月、京都で国際アルツハイ
 マー病協会の会議が開催された時
 に、国内外から12人の認知症の人が
 参加し、その内7名が登壇しました。
 自分の思いを語る本人の発言は、大
 きな感動と反響をよび、その後、認知
 症問題を考える時に本人の思いを尊
 重することが基本であると、社会の
 人が理解するきっかけになりました。
 この国際会議の後、国は、2004
 (平成16)年12月に「痴呆」という呼び
 名を「認知症」と改めました。会は、2
 006(平成18)年に名称を『認知症
 の人と家族の会』(以下、「家族の会」
 へと変更しました。「認知症の人も家
 族も、共に社会と組織の主人公であ
 るべき。共に手を携えて活動する」と
 という意味もこめての変更でした。

誰もが安心して暮らせる社会を
 めざして

「家族の会」は、「つどい」「会報」

「電話相談」を活動の三本柱として、
 介護に悩む人同士が励まし合い支
 え合ってきました。また、当事者組
 織としては、全国に支部を持ち、本
 人も支援する人も共に集う会とし
 ては国内最大の組織で、社会に対す
 る影響力も非常に大きいと考えて
 います。だからこそ、社会保障審議
 会にも唯一の当事者団体として出
 席し、発言をし続けています。

社会構造の変化、制度の変化、ま
 た家族形態も変化していきますが、
 「家族の会」は、絶対に本人と家族の
 心から離れないという事を基本に
 してきました。これからも「認知症
 になっても誰もが安心して暮らせ
 る社会づくり」をめざした活動を展
 開していきます。

京都府京都市上京区
 猪熊通丸太町下ル
 仲之町519番地
 京都社会福祉会館内
 TEL 075(811)8195
 FAX 075(811)8188
 MAIL
 office@alzheim.or.jp
 URL
 http://www.alzheimer.or.jp

電話相談
 0120(294)456

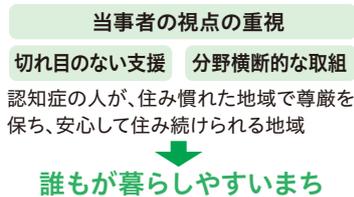
兵庫県認知症 支援体制の推進

本号では、県の認知症対策の一層
 の推進を受け、認知症の予防や支援
 について重点的に紹介しています。

認知症の人やその家族が住み慣
 れた地域で安心して生活できる社
 会をめざして、県は今年度「認知症
 対策室」を新たに設置し、当事者の
 視点に立った総合的な施策を推進
 しています。

ビジョン「認知症になっても安心して暮らせるまちへ」

- ① 認知症予防・早期発見の推進
- ② 認知症医療体制の充実
- ③ 認知症地域支援体制の強化
- ④ 認知症ケア人材の育成
(認知症支援人材含む)
- ⑤ 若年性認知症施策の推進



お問い合わせ先 兵庫県健康福祉部 健康増進課 認知症対策室
 TEL 078-362-3188 FAX 078-362-3913 MAIL ninchishotaisaku@pref.hyogo.lg.jp

地域における認知症予防の取り組み

NPO法人
認知症予防サポートネット 理事長
福田 章 さん

認知症予防のために

超高齢社会になり、認知症高齢者は65歳以上人口の15%、さらにその予備群は13%に達しています※。認知症は生活習慣と密接に関連し、15年から20年の年月を経て発症すると言われていますから、その予防は重要な社会的課題です。そこで、認知症予防に少しでも役立てたらと考え、2010(平成22)年に西宮市にNPO法人を立ち上げました。

会員は看護師、保健師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士、音楽療法士、健康運動指導士など40名がおり、これまで1100回ほどの講座や実技研修を開催してきました。

内容は①認知症の予防、②転倒予防体操、③健康長寿のための食生活、④口腔ケアなど、直ぐに役に立つように工夫しています。また、認知症予防劇「ぼけたらあかん」と詐欺事件予防劇「サギにご用心」も

行っています。

さらに聴覚・言語障害者学級での認知症予防講座も行っています。講座では、手話通訳と要約筆記が付きますから、カルタを使ったゲームなどもスムーズに実施できています。

認知症予防に熱心なまちづくりをめざして

ここ数年は、活動を拡げるため「認知症を予防する地域ボランティア養成」を行っています。第一線をリタイヤし、社会貢献に結びつく活動をしたいと考えるシニアの方々と協力して、地域に密着して認知症予防活動を行っていくことを目的としています。

これまでに、約100名のボランティアを養成しました。活動に用いる「脳はつらつ人生カルタ」思い出カルタ」などの用具と「認知症予防に役立つ脳エクササイズ」と「健康寿

命を延ばすための日常生活の実践マニュアル」の冊子も作成し、活用してもらっています。

実際、ボランティア活動に参加した方からは、「勉強にもなるし、友人もできる」「地域への貢献につながる、やり甲斐を感じられる」との感想が寄せられています。

今後も、「認知症予防に熱心なまちづくり」に少しでも寄与できる活動を行っていきたいと考えています。
※2013(平成25)年厚生労働省研究班調査より



Profile

医薬品メーカー勤務の後、NPO法人認知症予防サポートネットの設立に参加し、現在理事長。認知症予防に関する講演を年間約40回行うほか、日本認知症予防学会などでシンポジストとして参加。「認知症予防に役立つ生活習慣づくりのしおり」、「健康寿命を延ばす日常生活の実践マニュアル」などを編集発行。
<http://nysn.web.fc2.com>

きずな図書館

ばあばは、だいじょうぶ

著者/桶童子・作 いしいつとむ・絵
発行所/株式会社童心社



この絵本は、祖母と母が認知症を発症した経験を持つ作者の実体験をもとに描かれており、第63回青少年読書感想文全国コンクール小学校低学年の部の課題図書に選ばれました。

主人公は、小学生の男の子・つばさ。毎日、学校から帰るとまず、ばあばの部屋へ行き、一日の出来事を話します。つばさは、計算ができなかつたときも、ママに叱られたときも、いつも「だいじょうぶだよ」とやさしく言ってくれるばあばが大好きです。ところが、ばあばが「忘れてしまう病気」になり、つばさはばあばを避けるようになります。そんな時、ばあばが忘れてはいけなく、書き綴ったメモを見つけ、つばさの心に大きな変化が起こります。

記憶を少しずつなくしても変わることのない家族のつながりや、思いやりを支え合うことの大切さを感じることが出来る絵本です。

高齢者の「働き方改革」

神戸大学大学院 法学研究科 教授

おおうち しんや
大内 伸哉 さん

60歳で定年は早すぎる

高齢者雇用安定法によると、企業は従業員の定年を60歳を下回らない年齢であれば設けてよいとされています。昔なら60歳まで働けばもう十分と思う人も多かったでしょうが、平均寿命が延び、医療も発達している現在、60歳程度ならまだ十分に働ける人がほとんどでしょう。そうなると60歳で会社を去らなければならぬとするのは早すぎます。「人生100年時代」が到来すると言われていきますから、引退後の人生が40年もあるのは長すぎます。

高齢者の労働力が必要とされる事情

そこで高齢者雇用安定法は、企業に対して、定年後であっても本人が希望するかぎり65歳（現時点では経過措置が適用されて62歳）まで継続して働けるようにすることも義務づけています（その上限をさらに70歳に引き上げようとする動きもあります）。

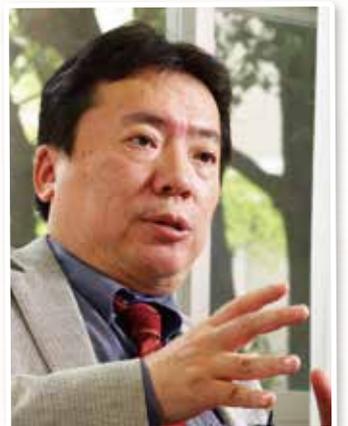
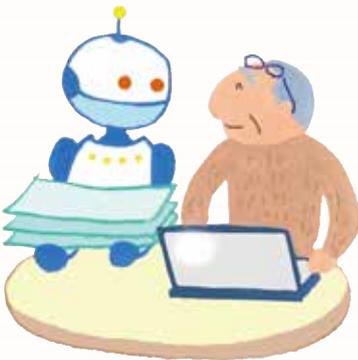
労働力人口が減少するなか、元気に高齢者が働くことは日本が今後も持続的に経済成長するために必要なことです。また少子高齢化の進行でこのままでは年金財政は破綻を免れられないので、それを避けるためにも、年金の支給開始年齢を引き上げなければならず、そうすると、高齢者は就労により収入を得る必要があるのです。

技術を活用する

とはいえ、どんなに元気な高齢者でも若いときのように働けるわけではないので、政府にもっと働けと言われても困惑するかもしれません。そこで注目されるのが先端技術の活用です。これからは人工知能が職場に次々と進出し、人間は定型的な

業務から解放されていきます。ロボットのサポートで肉体的につらい労働も減っていきます。これは高齢者にとって朗報です。高齢者の知識や経験を発揮できる場面が増えるからです。

さらに情報通信技術の発達によって、時間や場所を自由に選べるテレワークも普及します。企業に属さずにフリーで働くというスタイルも増えていきます。高齢者こそこうした新しい働き方の恩恵を受けることができるのです。健康状況・体



力、意欲、興味、資産状況などに応じて、自分のペースで働きやすくなるからです。

新しい技術というが高齢者はどうしても敬遠しがちですが、実は自分たちの味方となるものです。これをうまく使いこなして新たなライフスタイルに挑戦し続けることこそ、これからの高齢者に求められることです。それが、高齢者の活躍の場を広げ、働く生きがいや達成感をもたらすことにつながるでしょう。

Profile

神戸市生まれ。東京大学大学院法学研究科博士課程修了。博士（法学）。2001（平成13）年より現職。著書に、『AI時代の働き方と法』『雇用社会の25の疑問（第3版）』『最新重要判例200労働法（第5版）』（以上、弘文堂）、『君の働き方に未来はあるか？』『勤勉は美徳か？』（以上、光文社）、『解雇改革』『労働時間制度改革』（以上、中央経済社）など多数。

きずな TOPIC

ホームレスに対する
偏見をなくすために

社会的孤立を防ぎ、 生活困窮を解消する

大阪市立大学大学院
生活科学研究科 准教授

垣田 裕介さん

ガス代に困っている生活困窮者とは

生活困窮者は複合的な困りごとを抱えていることが多く、言い換えれば、何か単一の困りごとだけを抱えているわけではありません。

例えば、市役所や民間団体に「ガス代を滞納してガスを止められそうなので、ガス代を貸してほしい」という相談が入ります。しかし、ガス代に困っている世帯は、ガス代だけに困っているとは考えにくく、家賃や水道・電気代も滞納していたり、食事も満足にできていないなど逼迫した状態にあることが多いです。つまり、ガス代に困っている生活困窮者にガス代を工面するだけでは、その困窮は解消しません。

昨今、子ども食堂の取り組みが広がっています。子どもの食事に事欠く世帯が、食事だけに困っているとは考えにくいのです。

社会的孤立という困窮状態

生活困窮を解消する上では、ガス代や食費の不足といった経済的困窮への対応とともに、社会的孤立を防ぐという観点も重要です。なぜなら、日ごろ頼れる人や相談相手がないといった孤立状態は、まさしく生活す

る上での困りごとだからです。

全国各地の生活困窮者支援の現場を調査していると、生活困窮を解消し、生活を立て直していくために何が必要かを教えられます。

生活困窮を解消するために何が必要か

生活困窮の解消には、もちろん生活費や住居の確保が必要ですが、それとともに欠かせないのは生活を再建していくプロセスで人が人を支えるという面です。「喜怒哀楽」というと、くじけそうな時や哀しい時に励ましてくれる支援員などの存在によって踏ん張れたという事例に多く接してきました。他方で、給料を手にしたり、生活状態が改善したりした時などは、共感する相手がいることによって、一歩前へ進めた時の喜びを実感できるのではないかと思います。

一人ぼつちで孤立した状態だと、励まみや喜び、支えや生きがいを得られず、ひいては頑張っただけで前へ進もうとする意欲が削がれてしまいうのかも知れません。甘いでしょうか。

私たちは、どうでしょうか。たった一人で踏ん張って働いて生きるのでしょうか。そうでないなら、生活困窮者の孤立を防ぐ手立てを社会が用意し、生活再建の基盤と見直しを整えることが重要です。

Profile

1976(昭和51)年、大阪府堺市生まれ。大阪府立大学大学院社会福祉学専攻科博士後期課程修了。博士(社会福祉学)。2004(平成16)年に大分大学専任講師、2007(平成19)年に同准教授、2018(平成30)年より現職。他にNPO法人ホームレス支援全国ネットワーク理事を務める。著書に『地方都市のホームレス』(単著、法律文化社)、『生活困窮者への伴走型支援』(共著、明石書店)等。



きずな映画館

プレス しあわせの呼吸

イギリスの映画プロデューサー、ジョン・サン・カヴェンディッシュ。彼が長年企画を温めていた本作は、自分自身の両親ロビンとダイアナの実話をもとにした物語です。

ロビンは28歳でポリオを患い首から下がまひし、人工呼吸器なしでは2分と生きられない身体となります。絶望する夫を立ち直らせるため、妻のダイアナは自宅で看護しようと決意します。ロビンのような「重度障害者」は病院のベッドにとどめておくことが医学界の常識だった時代にあつて、彼は友人の発明した人工呼吸器付きの車椅子で積極的に外の世界へ出てゆき、同じ境遇の障害者たちに自由を取り戻すため奔走します。

作品中、「重度障害者」のための最良の施設だというドイツの病院が登場します。患者たちが壁から頭だけ出して上下二段に整然と並ぶさまはまさしく「監獄」で、現代の我々の目には異様に映ります。しかし今、障害者に対する健常者の一方的な決めつけはなくなったのでしょうか。

この作品は「障害者を「不幸」というレッテルのうちに閉じ込めず、障害があっても幸せに生きられることを伝えてくれる」



© 2017 Breathe Films Limited, British Broadcasting Corporation and The British Film Institute. All Rights Reserved
監督:アンディ・サーキス
2017年イギリス映画、118分
9月7日からシネリーフル神戸で公開
お問い合わせは、078(334)2126



地域包括支援センターを ご存じですか？

「地域包括支援センター」は、地域の高齢の方や家族からの相談を受けて、必要なサービスを包括的・継続的に調整するところです。保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが、それぞれの専門知識や技能を互いにかいしながら、高齢者への総合的な支援を行います。お困りのことがありましたら、相談してみたいはかがでしょうか。

地域包括支援センターの主な業務

総合相談支援	地域の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	要支援1、2の高齢者や市町が行う介護予防・日常生活支援事業の対象となる高齢者を対象に、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」の窓口として、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やネットワークづくりなどの支援を行います。

最寄りのセンターは [地域包括支援センター一覧](#) [検索](#)

EVENT GUIDE

イベントガイド



イベント名 姫路市 人権学習地域講座

日時 9月12日(水)14:00~16:00

場所 姫路市東市民センター

※JR「姫路」駅北口から神姫バス 夕陽ヶ丘行き「一本松」下車、北東へ徒歩7分

内容 講演:「子どもたちを被害者にも加害者にもしないために
—被害後を生きるとは—」

講師:市原 千代子さん(認定NPO法人おかやま犯罪被害者サポート・ファミリーズ理事)

※事前申込不要 ※手話通訳、要約筆記、一時保育(1~5歳)あり

問い合わせ 姫路市人権啓発センター

TEL 079(282)9801 FAX 079(282)9820

※その他のイベント情報は、当協会ホームページ「研修会・イベント情報」をご覧ください。

ラジオ関西「谷五郎のこころにきくラジオ」(毎週月曜10:00~15:00)で、
14:35頃から「きずな」の記事等を紹介しています。



我が家には90歳を超える祖母がいます。去年の今ごろは、元気に畑仕事もし、よくしゃべる元気な祖母でしたが、ある日、入浴中に倒れたことをきっかけに認知症の症状が現れ始めました。

突然のことで、どうすればよいか家族で悩みました。地域の福祉課へ行って相談をし、紹介していただいたケアマネジャーの助言と支援を受けるようになりました。今はデイサービスを利用しながら祖母の介護をしています。

一人でできることは減った祖母ですが、以前にも増してニコニコとよく笑うようになりました。介護は確かに大変です。しかし、介護をすることで、家族の時間が増えたと思います。

幼い頃、共働きの両親に代わり、私たち姉妹が学校から帰ってからの面倒を見てくれたのは祖母でした。祖母の気持ちに寄り添いつつ、「おばあちゃん孝行」をしようと思う毎日です。(西村)

