

ますずな

KIZUNA

9

2021年
令和3年

特集 高齢者

つながり合い、
支え合う



INDEX

- 2 「高齢になってから輝きはじめた私からの人権メッセージ」
若宮 正子さん (ITエバンジェリスト)
- 3 「感染拡大期における高齢者問題と課題解決に向けて」
小山 秀夫さん (兵庫県立大学大学院 名誉教授)
- 4 「8050問題と社会的孤立」
山根 俊恵さん (山口大学大学院 教授)
- 5 「感染対策は大切 でも同じくらいフレイル対策も大切」
塗田 一雄さん (作業療法士)
河石 優さん (理学療法士)
- 6 「誰もが何度でもやり直せる社会へ ~Homedoorの取組~」
川口 加奈さん (NPO法人ホームドア 理事長)
- 7 ふれあいサロン
- 8 情報ぷらざ



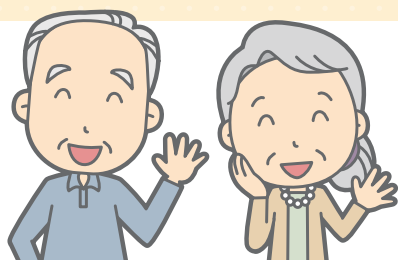
ひろげよう こころのネットワーク



兵庫県・(公財)兵庫県人権啓発協会
兵庫県マスコット はばタン

近年、本格的な少子高齢社会の到来、人口減少の進展、家族のつながりや地域における人との結びつきなどの連帯感の希薄化などにより、高齢者の社会的孤立が問題となっています。また、介護者による身体的・心理的虐待や、家族等による財産の無断処分等の経済的虐待といった高齢者を取り巻くさまざまな人権課題が指摘されています。

本号では、高齢者の誰もが心豊かに過ごすことができる社会づくりについて考えてみましょう。



特集 高齢者

高齢になってから輝きはじめた 私からの人権メッセージ

―ITエバンジェリスト

若宮 正子 さん
わかみや まさこ



プロフィール

1935年4月生、高校卒業後、都市銀行に定年まで勤務。58歳からパソコンを独学で習得。2017年ゲームアプリ「hinadan」を公開。これによりアップル社CEOに招待された。2017年より数々の政府の会議の構成員を勤める。2018年に国連社会開発委員会の、2020年には国連人口基金のイベントで講演。現在「NPOブロードバンドスクール協会 理事」「メロウ倶楽部 副会長」「熱中小学教諭」
・著書 「老いてこそデジタルを。」他。
・エクセルアートの創始者。

世界最高齢のITエバンジェリスト。80歳を過ぎてから独学で習得されたプログラミングで、ゲームアプリを制作され世界の企業から注目されました。いきいきと活躍されている若宮さんにお話を伺いました。

Q パソコンを始められたきっかけ

A もともと不器用で手作業が苦手でした。「機械化」「コンピュータ化」は自分の弱点を助けてくれる存在と考えていたことがパソコンを始める原点だと思います。そこで、1990年代に一般人が使えるパソコンが売り出されると、早速買い求めました。

Q プログラミングでの思い出

A ゲーム・アプリを作る場合、アイコン、アバターなどの画像、BGM、効果音な

どのいろいろな「部品」が必要になるということに気が付きました。「部品」については、私の場合、多くの友人が協力してくださったことが貴重な思い出です。

Q チャレンジされるパワーはどこから来ているのか

A 多くの仲間を支えられていること、やっていることが誰かの役に立っていることが、気持ちの支えとなっていると思います。それと性格が能天気で、くよくよしない、失敗を怖れないことも役に立っていると思います。

Q 今後の抱負を教えてください。

A 現在、政府の「デジタル改革関連」の「誰ひとり取り残さないデジタル改革」に関するワーキング・グループのメン

バーを務めています。9月にはデジタル庁も発足します。日本のデジタル化について高齢者の立場から諸々の提言をしていかなくてはなりません。これが、私に残された「活動寿命」の中での最優先課題と思っています。

Q 「輝き続ける高齢者」の代表としてメッセージ

A 世界的に「分断」「格差」「差別」が大きく取り上げられています。根元は同じだと思います。みんな同じ「人類」で、コロナ禍が拡大すれば、性別、人種に関係なく、マスクをして、手を洗い、ワクチンを接種してもらうしか対策はありません。こんな小さな地球の上で77億人が暮らしています。「差別」なんかして行けないで人類が手を取り合って生きて行ければいいな、と思っています。

感染拡大期における 高齢者問題と課題解決に向けて

兵庫県立大学大学院

名誉教授

小山 秀夫 さん



プロフィール

上智大学大学院博士後期課程を経て、厚生省研究職技官採用、国立保健医療科学院経営科学部長、静岡県立大学経営情報学部長から兵庫県立大学専門職大学院経営研究科教授、退官後、兵庫県立大学名誉教授。日本医療・病院管理学会監事、日本介護経営学会副会長、日本健康・栄養システム学会および臨床看護マネジメント学会の事務局長。

高齢者の現状

新型コロナウイルス感染症のパンデミックは、世界で感染者1億9千万人、死亡者4百万人に向かって増加し続けています。100年ぶりの世界的大流行で、状況が把握できないことや、今後が予測不可能なことが多くなり、人々の暮らしにも大きな影響を与え続けているのです。高齢者の生活は「外出機会の減少」という傾向が明らかで、人間関係や社会関係の頻度が著しく低下しています。

昨年の夏以降、高齢者の健康状態や日常生活がどのように変化したかについての各種アンケート調査などの結果が公表されています。しかし、必ずしもこれらの調査結果によって日本中の

高齢者の状態が把握されているとは限らない状況があります。

実際に病院や診療所への受診頻度は低下しましたし、病院の入院患者さんも減少していることは統計的に明らかです。しかし、在宅で生活している高齢者の健康状態がどのようなものかについて正確にはわかっていません。外出が減ることで、インフルエンザやケガする高齢者は減少していますが、持病が悪化した、あるいは認知症の症状が進んだのではないかという正確なデータは今のところないのが現状です。

家族とのコミュニケーション

病院や介護保険施設、認知症グループホーム、有料老人ホームなどを利用

している人々が、6カ月以上家族と面会謝絶になってしまっているという現実が問題視されています。電子通信機器やテレビ電話を活用し、何とか家族とのコミュニケーションを進めてくれている場合もありますが、その実態が明らかになっているわけではありません。家族と面会ができないということ、は極めて深刻な状況ですが、もし集団生活で感染が発生すれば生命の危険があることであるので、一律に面会させるようにはできないのかもしれない。

「禍」という認識

今回の感染症を「禍」と理解している人が多数なのかもしれませんが、パン

デミックになったのは世界中で国を超えた人流が活発になったことが要因のひとつです。「禍」は当然、徹底的に排除するという共通の態度を共有させる結果になります。「禍」は望まれないもの、来てほしくないもの、なるべく遠ざけたいものなのです。

「禍」という認識が、排除や差別につながる原因になることがありますので、わたしたちは「コロナ禍」といういい方はしたくないのです。



8050問題と 社会的孤立

山口大学大学院 教授

山根 俊恵 さん



プロフィール

山口大学大学院医学系研究科保健学専攻教授。精神看護を専門とし、大学教育の傍ら地域で精神障害者・ひきこもり者とその家族支援を行っている。2015年より宇部市と協働でひきこもり支援を開始し、誰一人として孤立しない地域づくりに取り組んでいる。家族心理教育をベースとした「山根モデル」は全国から注目されている。

8050問題

近年、40～50代のひきこもり者を支える親が70～80代にさしかかり、精神的・経済的に限界を迎えた、いわゆる「8050問題」が深刻化しています。

親が現役で働き、収入がある間は無収入の子を支えることが可能であるため、社会問題として顕在化することはありません。しかし、ひきこもりが長期化することで、親が定年退職を迎え、年金生活になることで生活が困窮します。また、親自身の心身機能の低下などによって、親が子どもの面倒を見ることができなくなる日が必ずあります。

数年前から、親の死体遺棄、親子の孤独死、無理心中、親子殺人など、ひきこもりに関連した事件が相次いで明るみになってきました。これらは、ひき

こもりの子どもを抱える家族の支援が行き届かず、親子共に社会から孤立した状況に置かれてきたことの悲しい結末です。

不安を抱え、息をひそめる生活

また、「自立のプロにお任せください」というパンフレットを手に、藁にもすがる思いで説明会に参加した親に「長期化、高齢化するほど難しくなる」と迫り、多額の金額を請求する「引き出しビジネス」の手口も明らかになってきました。本人の同意なく、強引な手口で施設入所させるといった暴力的な介入です。何もしてくれなかった行政、そこに「自分たちが解決すると甘い言葉を餌にして現れた引き出し業者、家族にとってみれば地獄のような毎日を解放してくれる救世主に見え

たのかもしれませんが、「親亡き後、残された子どもはどうなるのか」といった不安を抱え、毎日息をひそめるように生活をしています。

家族の苦悩を理解する

では、そのような家族にどう支援すればよいのでしょうか。このままではダメだと説得したくなる気持ちばかりですが「否定」からは何も生まれません。問題解決ありきの支援は家族を追い込んでしまいます。「困った人ではなく「困っている人」として、家族の苦悩を理解することが大切です。そして、話を聞いて終わらない相談窓口の設置、家族丸ごと支援する体制が望まれています。

兵庫県ひきこもり総合支援センター

ひきこもりの本人及びその家族等に対する段階に応じたきめ細やかな支援を行うため、精神保健福祉センター内に「ひきこもり総合支援センター」を設置し、ひきこもりに関する相談や居場所の設置等の総合支援を実施しています。

対象者 兵庫県内(神戸市を除く)にお住まいのひきこもり状態の本人とその家族等

電話相談 (078)262-8050 火曜日～金曜日(祝日、年末年始除く)
9:30～11:30、13:00～15:30

来所相談 火曜日～土曜日(祝日、年末年始除く)

はじめてのご相談は火曜日から土曜日の午前中のみとなります。
来所相談は予約制となっておりますので、あらかじめ上記専用電話番号にてご予約の上お越しください。

家にいながらできる一歩。
まずはお電話ください。



ひきこもり電話相談

☎ 078-262-8050

(受付時間) 火曜日～金曜日 9:30～11:30・13:00～15:30

兵庫県ひきこもり総合支援センター

兵庫県

感染対策は大切 でも同じくらいフレイル対策も大切

作業療法士 塗田 一雄 さん (かずおさん)
理学療法士 河石 優 さん (かわいし君)



プロフィール

神戸リハビリテーション病院のリハビリ専門職。令和2年4月より、神戸市介護保険課にて在宅で生活する高齢者の皆さんの支援をする仕事に従事。令和2年6月よりサンテレビ(マルチチャンネル)で放送中の「K O B E元氣!いきいき!!体操」に出演。2人のギャグ交じりのコミカルな掛け合いが支持され、視聴者からは「生活にリズムが生まれ、体調が良くなった」との声が寄せられている。

サンテレビジョン「K O B E!いきいき!! 健康体操」(月・金・朝8時 土・朝10時放送)にご出演され、高齢者のフレイル予防に取り組まれている塗田さん、河石さんにお話を伺いました。

Q 番組を始められたきっかけは

A 昨年4月、コロナ禍で外出の機会が減った高齢者に、運動や体操を習慣付けて貰おうと介護保険課が番組を企画しました。その時期、リハビリ専門職である私たちは感染対策の影響で介護サービス利用者を訪問出来なくなっていたので、私たちに構成・出演の白羽の矢が立ちました。

Q フレイル予防とは何ですか

A フレイルとは虚弱という意味で、健康な状態と介護が必要になる

状態の、ちよつど間の時期を指します。一度、要介護状態になると、健康な状態に戻ることは難しいとされているため、フレイルの時点で、または、フレイルになる前に食い止めて、健康寿命を伸ばしていくといった取り組みです。

Q フレイル予防で大切なことは

A コロナ禍では、感染予防に際して、様々な活動が制限されます。特に高齢者においては、外出が制限され、社会参加や交流の機会が減少することが、フレイルや要介護状態に直結するリスクとなるため、いかに正しい感染対策を行い、社会参加や交流の機会を保つかがフレイル予防に重要だと考えています。

Q 番組を通して伝えたいことは何ですか

A どれだけ大切な健康情報を盛り込んでも、それらの内容に興味を持って頂けなければ伝わりません。ですので、まずは何といたっても高齢者の方々に楽しんでいただける番組であることを大切にしています。番組内では、体操の他、健康に役立つミニ講座や脳トレを盛り込んでいます。また、感染予防対策や熱中症予防の知識も紹介しています。この番組を通して、視聴者の皆さんが、運動や脳トレなどのフレイル予防に習慣的に取り組んで頂けるようになればと思っています。

Q 今後の抱負

A リハビリ専門職として地域の高齢者の方のフレイル予防に携わることによって、私たちの専門性

が地域の方に必要とされていることを実感できました。今後は、行政でリハ専門職として働いている強みを活かし、リハ専門職の有用性の周知や、他職種との連携、それらを行うためのシステム構築などに関わっていきたいと思っています。

Q 県民の皆様へメッセージ

A コロナウィルスは確かに恐ろしい、でもそれと同じくらいフレイルが進行して要介護状態になることも避けなければいけません。日本からコロナの心配が無くなったとき、また以前の様に友人と一緒に食事に出かけたり、旅行出来る日々がやってきます。その時に備えて、フレイル予防に取り組んで、心と体の元気を維持していきましょう!



誰もが何度でもやり直せる社会へ ～Homedoorの取組～

NPO法人ホームドア 理事長

川口 加奈 さん



プロフィール

14歳でホームレス問題に出会い、炊出し等の活動を開始。19歳でHomedoorを設立、シェアサイクルHUBchari事業等で生活困窮者ら累計3,000名以上に就労支援や生活支援を提供。Googleインパクトチャレンジグランプリ、人間力大賞グランプリ・内閣総理大臣賞等を受賞。日経WOMAN「ウーマン・オブ・ザ・イヤー2019」受賞。大阪市立大学卒業。

中学生からホームレスの問題に取り組む、解決のためにシェアサイクル事業などを立ち上げ支援をされている川口さんにお話を伺いました。

Q 活動を始めたきっかけは

中学生の時に炊き出しに参加し「ホームレス問題を解決するために何かしたい」という想いを持ち、啓発活動を中心に活動を開始し、ホームレス状態からの脱出手段を作りたいと、大学2年生の時にHomedoorの前身となる任意団体を設立しました。

A 活動内容は

大阪市を拠点に路上から脱出するための多種多様な手段作りを行っています。夜回りやウェブ広告などのアウトリーチを行った結果、現在では年間1,100名以上の新規相談があります。相談後、無料で宿泊いただける18部屋の個室を備えた施設「アンドセンター」の運営や、HUBchariというシェアサイクル事業での自転車修理やバッテリー交換で雇用創出をしています。6月には食事提供

Q 現在の状況は

コロナ禍で相談者の数は増えていますが、新たな問題が表出したというより潜在的な問題が顕在化したと感じています。ただ、相談者数は前年度比1.5倍となり、Homedoorでは寄付を募り相談体制を強化しています。

Q これからの支援が必要だと思われることは何ですか。

路上生活者の方のみならず、インターネットカフェで寝泊まりしている若い方や、非正規雇用で仕事と住居が一体化している寮住まいの方など、住まいがない層・不安定な層など多様化しており、それぞれのセグメントで多様な支援が必要だと思っています。

Q 今後の抱負

不安定居住層の多様化に伴い、困窮状態からの脱出に向けた多種多様な選択肢を私たちも提供していくよう、当事者のニーズをもとに事業展開して参ります。

Q 県民の皆様へメッセージ

「ホームレス」という単語を聞くと「自己責任では」と考えられる方もおられます。しかし個別にお話を伺うと、きっかけは病気や失業、介護離職や人間関係の悪化等、自己責任では説明できない状況が見えてきます。そしてコロナ禍で多くの方が勤め先の業績不振や営業停止などに直面し、不測の事態が生じている現在、このことは誰にでも起こりうる状況であり、決して他人事ではなくなっています。ぜひこれを機にこの問題に関して度々いいから考えてみてほしいです。それだけでも社会が変わる第一歩になると私は信じています。

アウトリーチ：支援が届いていない人に対して支援を届けるしくみ
セグメント：集団やまとまりを区切った区分



著 川口 加奈
発行 ダイアモンド社

人権啓発ビデオ

カンパニユラの夢

この作品は、「超高齢化社会とひきこもり」をテーマとしています。主人公の岸本麻帆はあることをきっかけに「ひきこもり」は誰にでも起こり得ることだと気づきます。一方、20年以上ひきこもり状態にある谷口誠一とその両親は問題が長期化し、解決の糸口を見いだせず苦悩しています。そして、麻帆は谷口家に寄り添い、解決策を求め行動を起こします。

高齢化が進み、8050問題は誰にでも起こりうることに認識し、地域の人々がひきこもりなどの悩みを共有し偏見をなくすとともに、互いに助け合うことで地域共生社会の実現をめざす内容の人権ドラマです。

(字幕副音声付／36分／活用ガイド有)

出演者 宮地真緒、六角精児、山田ルイ53世、白石優愛ほか

- 貸し出しについて
(公財)兵庫県人権啓発協会研修部 TEL.078(242)5355 FAX.078(242)5360
- 購入について
神広企画(株) TEL.078(360)6336



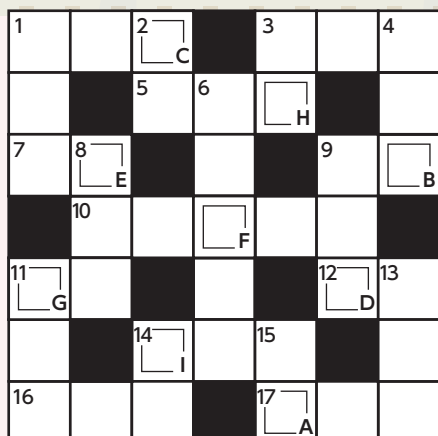
- 企 画／兵庫県
(公財)兵庫県人権啓発協会
- 企画協力／兵庫県教育委員会
- 制 作／神広企画(株)

ふれあい サロン

投稿 & クロスワードで

「オリジナル
ツボ押しボールペン」
をプレゼント!

問 A～Iの文字を順番に並べると、何という言葉になるでしょう?



↓ タテのカギ

- 1 春や夏や秋や冬のこと
- 2 驚いたときに抜ける体の一部
- 3 参考——教科——愛読——
- 4 犯罪捜査で証拠となる指先の模様
- 6 子どもから大人に変わる時期。「青春」とも
- 8 費用を自分で負担すること
- 9 結婚式のあとに——宴が開かれます
- 11 プールや海に入るときに着ます
- 13 長野県の旧国名。——川は日本最長
- 14 天に任せたり味方につけたりします
- 15 理由。——あり商品。言い——

→ ヨコのカギ

- 1 大豆を煎ってひいた粉。もちにつけます
- 3 淑女と並ぶことが多い。英語ではジェントルマン
- 5 図書館で働きます
- 7 十字路のことです
- 9 人としての資質
- 10 白くて柔らかいふわふわしたお菓子
- 11 県庁所在地が津の都道府県
- 12 今年の干支
- 14 プールや海でぶかぶかできます
- 16 国会には衆と参の二種類があります。
- 17 「独」や「狼」は——への漢字です

7月号の答え

ジュウニトイロ



読者からのお便り

共感、共有、共生と共に生きる事の大切さをいつも「きずな」を拝読して感じています。日々の生活の中で嫌な思いをしてもリセットさせていただき感謝しています。

(尼崎市 智真理さん)

ラグビー・ワールドカップでの代表メンバーから学ぶ多文化共生社会への可能性は、今後、スポーツでも、それ以外でもますます増えてほしいです。

世界の協力・協調は、多文化共生社会に通じると思います。

(香美町 山根喜代美さん)

■クロスワードの正解者(抽選で10名)ときずな11月号「読者からのお便り」掲載者に、「オリジナルツボ押しボールペン」をプレゼント。本誌「きずな」へのご意見や感想、人々とのふれあいを通し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。

※投稿掲載時はペンネームの使用も可能です。 ※当選者の発表は、賞品の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、FAX、Eメールで受け付け。クロスワードの答え、郵便番号・住所、名前(ペンネームを使用の場合も要併記)、電話番号、年齢、職業、本誌へのご意見・ご感想を明記の上、ご応募ください。

■応募先

〒650-0003 神戸市中央区山本通4丁目22番15号 県立のじぎく会館内

(公財)兵庫県人権啓発協会「きずな」ふれあいサロン係

TEL: 078(242)5355 FAX: 078(242)5360 Eメール: info@hyogo-jinken.or.jp

*応募者および投稿者の個人情報は、管理を適切に行い、誌面づくり以外の目的には利用いたしません。



締め切り 9月28日(火)必着

住み馴れた地域で働く

ひょうごケア・アシスタント募集

ひょうごケア・アシスタントは、介護保険施設や在宅介護サービス事業所で業務をサポートするお仕事です。内容は部屋の掃除やシーツ交換など身体への負担が少ないもの。自分の生活に合った時間で勤務することも可能。兵庫県が支援する「地元での新しい働き方」です。無資格、未経験の方でも応募可能です。

ひょうごケア・アシスタントになるには

「事前説明会」に参加

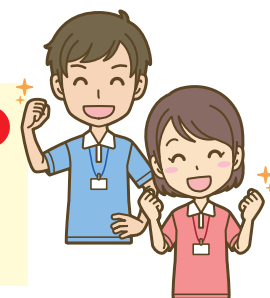
ご自身の興味のある施設等が開催する事前説明会に参加します。

面接を申し込む

説明を聞いて「参加したい」と思ったら、施設等に面接を申し込みます。

採用

施設等との面接の結果、お互いの条件が合えば、採用を決定します。



募集
施設等は

ひょうごケア・アシスタント

検索

又は、☎078-362-4401 兵庫県高齢政策課まで。
<https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf05/careassistant.html>



「読者アンケート」ご協力のお願い

「ひょうご人権ジャーナルきずな」をよりよい人権情報誌にするため、アンケートを実施しています。アンケートは協会ホームページから印刷していただき、FAXにてご送付いただくか、二次元コードから直接アンケートフォームへアクセスしてご回答ください。

回答期限は **8月30日(月)～9月22日(水)** です。

アンケート回答で希望者全員に「オリジナルマルチクロス 2 枚組」をプレゼント。

なお、プレゼント希望者は名前、送付先の明記が必要です。



協会HPアンケート

<https://bit.ly/2Vxw2ty>

読者アンケートフォーム
<https://bit.ly/3ASltkb>

ラジオ関西

「谷五郎の笑って暮らそう」

(毎週火曜日10:00～13:00)で、12:30頃から「きずな」の記事等を紹介しています。



HALF TIME



夏休み中、初めて子どもと地域のラジオ体操へ参加しました。知らない人ばかりで最初は戸惑いもありましたが、何度か参加するうちに話かけてくださる方が増え、道端でも挨拶を交わすようになりました。子どもの顔を覚えて声をかけてくださることがとても心強く感じ、地域とつながることの大切さを実感しました。

