

第1回 滋賀県高齢化対策審議会 人生100年ワクワク検討部会 概要

1. 日 時：平成31年3月27日（水）午後2時から午後4時まで
2. 会 場：県庁本館4階 4-A会議室
3. 出席委員：遠藤委員、神部委員、馬場委員、櫃本委員、吉仲委員
4. 開 会
 - (1) 大岡医療福祉推進課長あいさつ
 - (2) 委員自己紹介
5. 議 事

【議 事】

(1) 人生100年ワクワク検討部会の設置および部会長の選出

神部委員を部会長として選出

(2) 今後の部会の進め方について 資料に基づき、事務局が説明

- ・調査については、県庁職員を公募して調査グループを立ち上げ、その結果を踏まえながら検討していくこととなる。これまでの高齢者に関する調査で、足りない分については新たな調査を行う必要がある。
- ・この部会では、社会的弱者のケアの視点ではなく、「ワクワク」する高齢者をいかに増やすかという視点、マインドの切り替えが必要だと思う。元気高齢者をもっと元気にするために、不安の解消だけでなく、「ワクワク」という方向にどうもっていくのか。高齢者の本音をいかに引き出せるかが重要である。またワクワクする高齢者になるために働き盛り世代から育てる仕組みも必要だと思う。
- ・調査対象者も全県民というよりは、地域で活躍している人など対象を絞って聞く必要もある。
- ・後期高齢者が増えてくる時代において、豊かな前向きに明るい未来を生きられるようにするには、元気高齢者を増やしていかななくてはいけない。元気高齢者とは、ときどき医療、ときどき介護を受けながら自分らしく過ごす高齢者のことである。滋賀県はどのような「元気高齢者」を目指すのか。その定義をみんなで考えて発信したらどうか。「頑張って元気に過ごしている人」を応援する方向で進めていきたい。

(3) ワクワクする高齢者のライフスタイルについて

- ・年齢に関わらず、チャレンジでき、そのチャレンジを周囲が応援してくれればワクワク

クできるのではないか。エイジズム(年齢主義、高齢者差別)とは異なる考え方として、プロダクティブ・エイジングという考え方があり、高齢者を社会の依存者ではなく、生産的、創造的な存在とみなそうという考え方である。共生社会に向けて、高齢者のプロダクティブな活動を保障していく必要がある。

- ・ワクワクの重要なキーワードは「つながり」「居場所」「仲間」であり、それらを通じ、いろんな人とつながることで人生を充実させ、ワクワクを実感できると思う。

- ・レイカディア大学の学生は、みんな生き生きしている。退職後は地域とのつながりが大事であり、学生アンケートでは、大学の卒業後のボランティアの参加割合が、90%以上であることが分かった。ボランティアのテーマは、福祉や環境分野が多く、社会に必要とされているという意識や役割を持てることが大事だと思う。

- ・老人と言われることに反発する人が多いが、老人であっても元気であると認められればいいのだと思う。老人クラブは、健康・友愛・奉仕の視点で活動している。私は、40年間、仕事や地域活動、趣味サークルなど様々な活動をしているが、みんなそういう人ばかりではない。元気だけれど、遠くにいけない、何かしたいけれど、身体のこと心配といった中間層の人たちをひっぱっていかなくてはいけない。ワクワクするとは近くにお友達ができ、何かできることではないか。自分がボランティアで関わっている地域サロンは、地域の様々な高齢者の居場所となっている。元気な人が地域で動いて、体力に合わせて選択できる居心地のいい居場所づくりができればいいと思う。

- ・役割があり、喜んでくれる人がいることがワクワクするための大事な要素だと思う。例えば、趣味の手芸でつくったものを誰かがもらって喜んでくれることで、自分の趣味以上の喜びを得られる。農業をされていて、できた農作物を人にあげることで元気になっている人も多い。50歳以上の女性の方で何かやりたいと言われる方は多い。地域の課題に対し、その解決に向けて新たな役割ができることで生き生きと活躍されている。移動支援について話し合っていると、「車の運転なら手伝える」という人が手を挙げてくれる。何気ない活躍の場が見えることも大事だと思う。

- ・小学生のフローティングスクールの事前学習や事後学習に関わっている環境のボランティア活動があるが、交通費などの活動資金について、財団の助成などを受けて活動を実施されている。活動の内容によっては、お金が回る仕組みも大切だと思う。

- ・ワクワクというのは、人から与えられるものではなく、自分で感じるものだと思う。そのきっかけになるのが、人とのつながりや居場所である。人が健康を感じるのは、生きる意欲があるかということ。医療や介護に優先されて、生きる意欲が置き去りにされていないか。高齢者になればなるほど、「ありがとう」と言われたときに健康を感じるという調査結果がある。「ありがとう」が引き出せるように、お互いの力を引き出せることが大事であり、一方的に「ありがとう」を言わせるような「してあげる」行為は、元気高齢者を潰すことになる。「ワクワク」するには、元気高齢者を潰していることを無くすことかもしれない。みんなが本来もっているセルフケアをつぶさず、引き出すと

ということが大事だと思う。

・高齢者の自立を考えた場合、経済的自立だけでなく、精神的自立が大事。これは、自己決定できるということ。自分で決めることで前向きに生きることになり、ワクワクする人生につながる。また自己決定ができるように、多くの選択肢を用意する。急増する高齢者にワクワクできる道を示し、選んでもらうということが大事だと思う。

・元気高齢者をもっと元気にするために、「役割」「感謝」「有用感」を獲得することが大事だということを伝えられるよう、次回は、調査内容について考えていきたい。