

介護に携わる人の応援マガジン

月刊 介護保険

2015
5
vol. 231

特集

制度改革を 円滑・着実に実施

厚生労働省が全国介護保険担当課長会議

現地ルポ—自治体編

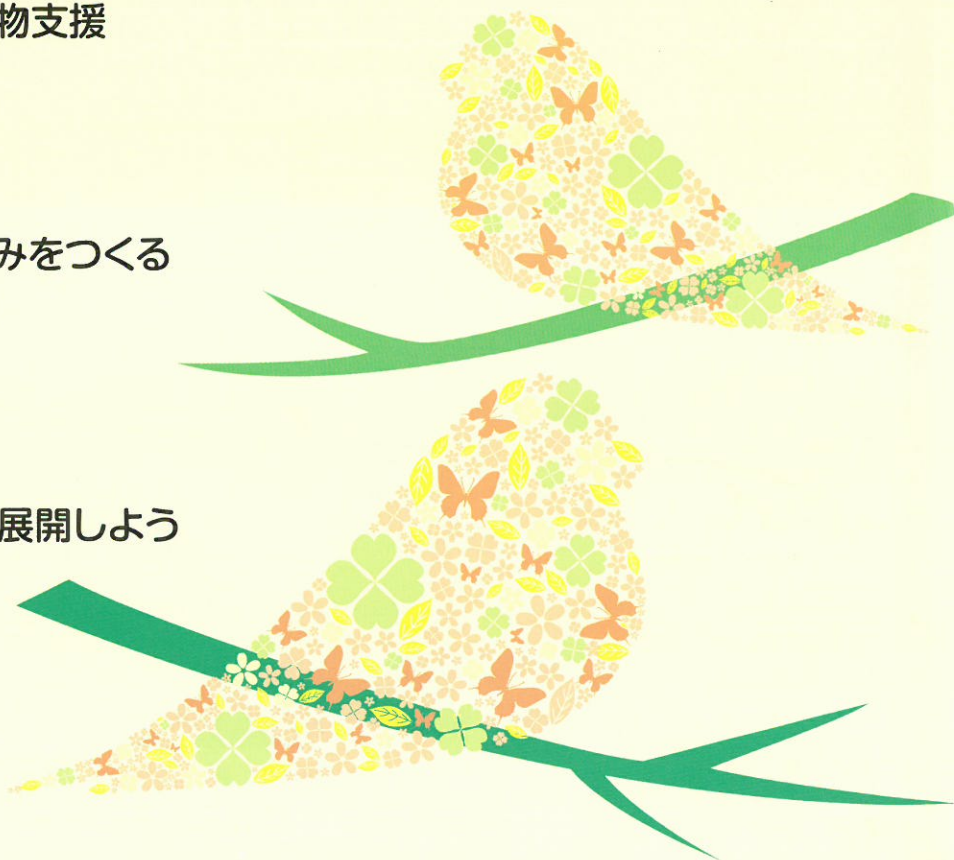
住民のアイデアで多様な買い物支援
福岡県北九州市の取り組み

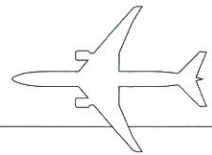
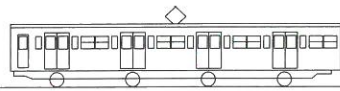
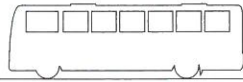
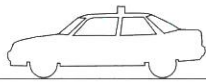
現地ルポ—事業者編

求める暮らしに合わせて仕組みをつくる
住宅型有料老人ホーム「アクラスタウン」
(福岡県太宰府市)

レポート

現地の状況にあわせて事業を展開しよう
強みを武器にいかに海外進出するか





第26回

街

へ出よう！

〈介護予防・日常生活支援総合事業編〉

“キョウイク”は社会的な処方

人がよりよく生きるために大切な「教養」と「教育」。子どものころに習ったこの言葉も年をとれば、「キョウヨウ」は『今日する用事があること』。「キョウイク」は『今日行くところがあること』。この二つはボケ予防になるので大切だ」と田舎の叔母に教わりました。おそらく地元の健康教室あたりで教えてくれたのでしょう。わかりやすく先生はとても教え上手だなと思いました。こうした豆知識を得ておくことは、年齢に限らず大事な生活の知恵であり、認知症の家族を看ている人ならば、なおさら合点のいくことだと思います。

介護予防を目的とした高齢者の健康教室は全国の自治体で盛んに行われていますが、以前は大きな町でも参加者集めに苦労しているという話をよく聞きました。しかし、最近は参加したくても抽選になってしまい、「参加できるかどうかわからない」という声を聞くこともあり、都市部での高齢者の急増を肌で感じます。

「当選して参加できるかどうか不安」という声の主は、今年米寿になる方です。75歳のときに市の呼びかけに応じて健康教室に通う一期生となりました。素直に先生の言葉に従い、10年間続けて85歳になったのを機に、「ちょうどきりがいいから、やめようと思っている」と仰るので、「ここまで元気にいられたのは教室のおかげもあるのだから、もう少し続けてみてはどうか」と話したところ、先の話になりました。以前は、「元気に長生きしよう」とみんなで一緒に通うのが楽しくて、互いに誘い合って応募したのだそうですが、最近は希望する人の数が増えすぎて、競争率が上がってしまうから「簡単に誘えなくなってしまった」と苦笑いしていました。

こうした事業が毎回満員御礼となり、健康を意識することが市民の間で高まるのはよいことですが、行政側の目的は人数集めだけでなく、必要な人にサービスを届けることが肝心です。むしろ普段から家に閉じこもりがちな方にこそ、こうした活動に参加してほしいと考えているのではないのでしょうか。

では、高齢者がどうして地域で開かれる健康教室を知り得たかといえば、町の広報もあるでしょうが、趣味の会や体操など、ほかの教室で一緒になった友人から教えられたということが少なくありません。友人から聞く評判や口コミがもっとも信頼性の高い情報と考えているようです。

高齢になって生じる日常生活の変化によって、徐々に行動範囲が狭くなることは、健康面を考えると大変危険なことです。とくに車が移動手段である地方では、こうした生活圏の変化が高齢期に顕著に現れます。市区町村が主体となる介護予防事業は、医療費や介護費用を抑制することで社会に資するという意図があります。人々が公共を意識するのは教育などの後天的な要因によるところが大きいそうで、一方、日本人には生まれながら地域コミュニティを大事にするという性質があるそうです。孤独が健康を害するというのを再考する“キョウイク”が、社会的な処方としても必要だと思います。



NPO法人
日本トラベルヘルパー協会
理事長 篠塚 恭一

PROFILE しのづか・きょういち

株式会社SPIあ・える倶楽部代表取締役。
平成18年にNPO法人日本トラベルヘルパー
(外出支援専門員)協会を設立。