

そして認知症防止などの言葉で、私たちにこの精神を引き継がれてやっております。

○神戸からの東北支援

今年7月2日から5日間、宮城県の名取市、あるいは女川町を男女合わせて10名ほどで訪問しまして、名目的には東北支援と言うのですが、平均年齢70歳の活動の一端をピックアップしました。元気老人に編集していただきお持ちしましたので、東北支援での活動ぶりを映像で御覧いただきながら、感動を共有していただきたいと思います。それでは映像スタート。

平成7年に阪神淡路大震災があり、神戸の私たちは内外の多くの方々に御支援を受けました。4年前の23年3月、東北大震災が発生、その直後から私たちも「グループ わ」として義援金や救援物資を集め、その7月には第1次の救援チームを南三陸などに派遣しました。以後、今年7月第5次支援チームを派遣、支援して、交流活動を続けております。宮城県の名取市あるいは女川町も、今は復興工事で町中が工事現場になっております。山を崩して、復興住宅を建て、その土砂で町全体を堤防で盛土するというふうな計画でございますが、名取は6メートル、女川は高いところで10メートルも土盛りするそうです。

神戸からお手伝いに来ましたと言っただけで、「ありがとう、私は震災の時こうやって逃げて助かった」、悲しい話がつながってきます。顔見知りになった子供たちが元気で交流を待っていてくれることが一番のお返しでございました。

最近神戸から提案するイベントに住民参加を組み入れ、あらかじめ先方との相談が不可欠になってまいりました。来年1月には、女川の須田町長を神戸に招きまして、復興にかけるお話をお聞きする予定になっております。心の交流と言う意味では映像にございますように、今踊っている方も、飛び入りの方でございます。本当に喜んでいただいております。7月に訪問して感謝をされた宮城県の女川町での心のきずな交流を御覧いただいております。会場は2日間とも満員で100人くらいあふれまして、1日目の料理教室、関西風味の餃子、たこ焼き、おにぎりを皆で作りまして、昼食をともにし、踊り、ゲームを楽しみ、心の癒しを行いました。2日目のスポーツは、子供からお年寄りまで誰でも楽しめるディスコンというゲーム、これはカーリングのように板円盤を床に滑らせて近さを競うスポーツですが、これを楽しみまして、最後は1位に勝ち上がりました女川チームと神戸から行きましたチームとの決勝戦になり、一投ごとに全員がわき上がりまして、非常に盛り上がり、最後には、また来てね、また来るよ、の大感激で終わりました。

○高齢者の3K意識とボランティア

かつて私は、シルバーカレッジに在学中、新入生の前で話をさせていただく機会がございました。老人は3K意識を持ってほしいということをお伝えしました。まず1番目に健康でございます。2番目に心でございます。3番目には金というふうなことでこの3Kを取り上げました。いずれも生活の中に溶け込んでいくために、特別な思い込みにはなっておりませんが、それぞれに意味がございます。健康は社会との向かい合い。心は自分と周囲への配慮。金は生活の継続。オレオレ詐欺に負けないぞというふうなことも大切なことでございます。そういったことも自分に言い聞かせながらやっております。

社会貢献への取組は、御存じのとおり老人の長寿に伴いまして、65歳以上で健康な人が増加しております。ボランティアグループをこれからの活動として、地域住民との交流連携を進めまして、地域への貢献、そして浸透を、これができるように人を育てること、社会ニーズを取り込むこと、最後に無理な活動はしない、こういったところから老人の再活躍の場は、身の周りにあるんじゃないかと訴えております。これからも人材の活用と地域NPOとしてできる役割を最大限に生かしていきたいというふうに考えております。

ちょうど、画面も終わりに近づきました。本当にこういった工事現場のようなどころで毎日生活している方がたくさんいらっしゃいます。これからも御支援をよろしく願いいたします。

ご清聴ありがとうございました。

小田 ありがとうございます。三木さん、お願いいたします。

○介護予防カフェの実施

三木 私の方からは、問題提起という形でやらさせていただきますけれども、我々の方でやっています介護予防カフェ、実はこれ昨年の10月、私がまだ来る前だったのですが、神戸を代表する外資系企業のネスレ日本の方から「是非私どもの介護予防事業を、一緒にやりたい」というお話があったので、介護予防



カフェだけではなく、こういう介護予防プログラム、あるいは教室、啓発活動、これを一緒にやっ
 とうということで、これをP P Iというのですけども、協定を企業と一緒に締結いたしました。

中身については、実は本当にシンプルなものがございます。ネスレ日本というのはそこに書いてます
 ように、バリスタというコーヒーマシンを一つのツールにして、高齢者、特に元気な高齢者の方の集いの
 場をつくりたいと。それと合わせて、ネスレは世界的な、いわゆるそのヘルスケアの企業ですので、健康
 情報の発信をさせてもらいたいというのが向こうのお話で、我々にとってはこういうお話っていうの、本
 当に願ったりかなったりの話なので、是非やっってくださいということで、今始めているわけでござい
 ます。

介護予防カフェについては、基本的には5名以上のグループの方に受けていただくわけですが、自
 主性によって運営してくださいということになって、代表者はカフェマネジャーと名づけて、いろんな企
 画もやっってくださいと。ただ、それについてのお手伝いは、バリスタを提供するだけではないに、例えば
 介護予防に関する情報提供、あるいはネスレ日本の方で依頼があったら、ちゃんとその栄養等の講師も派
 遣しましょう、あるいはそれで不足する場合は、神戸市の方で講師とか情報の提供もさせていただきます
 ようと。こういう形でやらせていただいている新しい仕組みでございます。

既に7月から8月にかけて、説明会を6回やりましたがかなり好評で、今のところ 122 組の方に聞きに
 きていただいて、29 か所で開催するというふうな形になっています。私どもの方では、震災から「ふれあ
 い喫茶」というのを大体地域福祉センターとか復興住宅でやっていますが、これは被災高齢者とかある
 いは地域の方のコミュニティの場合なのですが、介護予防カフェは介護予防に絞ってやらせていただい
 てる。来られる方は非常に楽しそうにいらしています。



○介護予防プログラム「元気！いきいき！！プロジェクト」

「こうべ 元気！いきいき！！プロジェクト」
 展開方法

	連携の継続	介護予防の実現	
実施事業	介護予防カフェ 参加者による自主活動 カフェへの情報提供	介護予防プログラム 介護予防プログラム ネスレオリジナルプログラム	
役割分担	市	カフェの紹介 「ふれあい喫茶」センター への要請(要否あり) 会場提供	介護予防プログラム開発 介護予防プログラム実施
	ネスレ	カフェ運営支援 (バリスタ等の提供)	オリジナルプログラムの開発

このプロジェクトの役割分担は何があるかっていうことですが、
 ネスレの方もヘルスケアビジネスですからオリジナルプログラ
 ム、特にウォーキング中心にいろんなプログラムを組みたいと言
 っています。で、私どもの方はこれを一つの契機に「元気！いきい
 き！！プロジェクト」という形で、集って、生きがいを持っている
 んな活動をするだけじゃなしに、いろんな健康づくりの仕組みもや
 りたいということで、それに合わせて、筑波大学の山田先生にお願
 いして、下肢の筋力をアップさせる目的の簡単な体操を考慮して
 いただいています。ウォーキングをいきなりやりますと、幾つかの方
 にとって非常にリスクも高いということで、誰でも参加できる、か
 つ介護予防の効果があるような運動っていうのをやっていただいて、
 ある程度効果を見ようと。こういうことから始めたいと思っていま
 すけども、これは一つのきっかけづくりだろうと思いますので、実際にこれをどうやって運営していただ
 くかというのは、皆さんにお任せしていますので、是非、今日の場合でもこういうことも一つの議論のき



かけにしていただけたらということで、紹介させていただきました。以上でございます。

小田 ありがとうございます。5人の方の活動内容や考え方が紹介されました。

中村さんから元気高齢者で、時間は豊かと言いますか、そういう方が多いというお話がありました。それから塚さんの中に出てきました、「健康、心、金」ですか。これは、活動の条件なのでしょう。

塚 この三つは心構えとして、必要なことと。老人としてやっていくために、皆若い人は老人を見ているよ。だから、こういったところを注意してほしいという意味を兼ねて、お話させていただきました。

小田 中村さんも同じですか。高齢者、元気、時間が豊か。

中村 この辺の高齢者分析は、全く同じだと思います、現状。

小田 現状同じ。偶然のように同じになりましたね。

中村 これは事実がそうだからだと思います。



小田 何歳って言ったらかしいけれども、ずっと老人で元気で、というわけには、なかなかいかないと思うのですけれども、期待されるのはどれくらいまで。

中村 自然、自分の暦年齢ですね、いわゆる自然年齢は、もう一切忘れるということだと思います。60歳過ぎると非常に個人差が出てまいります。その中でも、特によく外出の機会がある人、多くの人と会っている人、人に会うだけではなくそれがその人、あるいはその地域の活動とかに関連していて、人から感謝される立場、こういった条件を整える人は、本当に元気で長生きされているのです。さっきの堀田さんも80を超えておられるわけですよ。というふうに、周りからいっぱい見られることで、先ほど出ました健康寿命ということ、これから60歳過ぎたら自分の年齢にしませんか、みたいなことを始めてもいいなと思います。

小田 それは先ほど出てきましたサードエイジ大学ですよ、塚谷さんがおっしゃっていた。私の理解では、このサードエイジっていうのも、特に何歳からっていうのがない捉え方ですよ。

○サードエイジの定義

塚谷 ないですね。イギリスとか、アメリカもそうだと思うのですけれど、50歳以上で、もうフルタイムの活動から解放された方々、その方々が社会参加していくということで、私もロンドンのU3Aを見学させてもらったのですが、一番高齢の方で、103歳の方が毎日、月火水木金と授業に出てきていらっしゃるのです。U3Aで参加している方々も、50代から100歳までいるのですが、参加している人たちを見て、自分が60代であつたら、70代だってこういうふうな状態になるのかとか、70代だったらこういうことを勉強できるとか、自分はこれから歳を重ねるに連れていろいろな問題が出てくるけれども、そういう人たちを見ていると、やっぱり80代が元気にしておられるとか、100歳でもこんなに元気にしているということで、自分たちもすごく元気になってくるし、いろいろな人生勉強をさせていただく機会をもらえます。



U3Aという第三世代大学のネットワーク化は日本のみならず世界各国で広がっておりますので、37か国3,000ぐらいのU3Aがあります。その中でも2016年の10月に大阪でアジア太平洋地区U3A連盟の国際会議をします。それまでに私たちは10か所ぐらいU3Aを立ち上げていきたいと思っておりますので、どなたでも結構なので、小さくてもいいのですが、そういうネットワークづくりには是非協力していただきたい。みんながきっと元気になりますし、介護保険も要らない、本当に精神的、肉体的に、健康になる、社会に自分の生きる場所を持っている。期間も関



係ない、何歳になってもいいわけですし、試験も何もない、ただ楽しく学ぶことができたり教えたりできる、そういうU3Aのネットワークを、日本全国のみならず、世界各国で結びつけたい、そういう壮大な計画を持っているんです。ここに参加しておられる方でも、数名、3名ぐらいで立ち上げることができるわけです。神戸のシニアカレッジみたいな大きなところではなく、もう数名から始めて各地区にもそういうところがあれば、日本全国もつながっていきますし、世界各国もつながるのです。名前が同じということで非常にネットワークしやすいシステムですので、是非参加してほしい、社会に自分の場所をつくってほしい。家にじっとしているだけでは絶対にだめです。今まで培ってきた「知識、経験、技術」を、社会のために生かしてください。自分が住みたい国、地方、地域、そういうのを自分たちが自主、自立で参加していくことは、これから大切だと思います。

最後になりますが、エマーソンさんのボランティアリズムというのは、他人を助けようとすれば、自分をも助けることになる。これは人生で最も美しい報酬の一つである。ボランティアは誰でもできるわけです。他人を助けるということは、自分を助けるということになるものですから、ボランティアとして体力もあるうちに、社会のために尽くしてください。参加してください。それが私のメッセージです。

○高齢者の政治的有効性感覚

小田 今いろいろ、社会貢献と言われた。アメリカのAARPをはじめとして、アメリカの高齢者の参加の仕方といいますか、特に社会変革という話がありましたけれども、日本の高齢者はどうなのでしょう。

実は私、高齢者の政治的有効性感覚というので、神戸市とか兵庫県を対象にして調査をしました。政治的な有効性感覚というのは、政策とか制度を変える力が自分にはあるというふうな感覚です。高齢者の方の投票率はものすごく高いのですが、持っている政治的有効性感覚っていうのは、そのアメリカの調査と比較しても、日本はかなり低いです。「何で投票に行くのかな」と不思議なのですが若い人は投票に行かない。お年寄りも投票に行く。だけど有効性感覚は、若い人も年寄りもあまり変わらない、その辺アメリカはどうなのでしょう。社会変革、NPOの活動がそれに目指すと言いますか、そういう根本的なものがないと表面上では解決しない。これはそういう政治的有効性感覚が高いということでしょうか。



溝田 これも教育に大きく関係していると思いますが、NPOのマネジメントを勉強しにアメリカの大学院に入りました時に、リーダーシップ教育ばかりだったのです。で、リーダーとなってどういうふうにもNPOでしていけばいいのかということ。小学校の教育を見ましても、「リーダーになるためには」ばかりで、そのためなにかということやはり政治を抜きにしては考えられないっていう、それが根強く、社会にあると思いました。

小田 なるほどね。中村さん、その辺どうですか。

中村 これは物すごく関心ある課題で、もっと身近な活動に引き寄せて考えますと、今日のプラットフォームでも、あるいはいろんな事例が出ましたけれども、多くの10人、20人、30人、50人というグループには、必ずリーダーがいますよね。けどもどういう研修をしても、じゃあリーダーになってあなたが団体を立ち上げてくれますかと言った途端に、物すごく低くなります。私の感覚で、1,000人に1人ぐらいしかいないのではないかと。



小田 1,000人に1人？

中村 リーダーの人はね。

小田 ほとんどゼロですね。

中村 誰かがやると言えばついていく人いっぱいいますけども。つまりそれは、団体の運営というリスクを負うわけですよ。

小田 ということは、逆に言うと、誰かが間違った方向へ進むと、その人についてってしまう可能性があるということですか。

中村 違います。それが投票行動と同じで、投票することによって、「もう政治家に任せた」と。「もう政治のことはあなたしてね」と。けれどこれからの高齢社会は、それはだめですよ。私たち自身が、高齢者の当事者として参加して、責任と担い手の両方のことをやっていかなければいけません。そこで随分変わるとは思いますけども、今まではなかなかね、会社組織も役割分担はあるけど責任が全員に及ぶような組織形態にもなっていないので、あまりトップのリーダーが育ちにくい環境にありました。だからこれは地域社会にもろに反映しています。これからは、変わっていかざるを得ないし、変えたいというふうに思います。

小田 なるほど。その辺行政の代表として、三木局長はどうですか？

○固定化されない高齢者像

三木 皆さんが高齢者の議論をする時、私もだんだん、高齢者の仲間入りに近くなってきたので、つくづく思うのですけども、やっぱり高齢者像っていうのが固定してないっていうことですね。

私はずっと団塊の世代に指導されて、市役所に入って34年間、生活してきましたから。団塊の世代っていうのは、日本のリーダーシップを握っている世代なのです。ですので、ただ今言われたように、アメリカのNPOとか、リーダーシップ論っていうのは、ほとんどの日本人の方ってなかなか違和感を覚え、これは震災のときのボランティアの行動でも同じです。

ですので、日本的なリーダーシップで、これからの高齢者のあるべき生きがい活動というのが出てきて、団塊の世代の方一番人口が多いですから、発言力も強いわけです。それは、個人的に私はもう自立できるのではないかという期待をしています。

小田 会場に団塊の世代の方いらっしゃいますか？大体、昭和22年から24年生まれの方。いませんか？いたいた、私もそうですからね。こう見えて、まだ若いんです。老けて見えると、いつも70過ぎですかなんて言われてしまうのですけれども、まだまだ66歳です。

それで、団塊の世代が塊になるから社会の問題だと、日本の高度経済成長を支えてきて、一生懸命走ってきた貧しい層が一生懸命勉強して、安い学費で大学に学ぶことができた、そういう世代ですよ。だけどそれが塊になっちゃって、扶養するのが大変だとかですね。

そうかと思えば、今日内閣府の参事官が言っていました、団塊の世代に出てきてもらわないと困る。本当に出ていったら、当時の学生運動のことを知らないな。恐ろしいことになるぞ、なんて言わなかったのですけれども。

○サードエイジ大学の在り方

そういう意味では、塊がどう動くかっていうのは、これからすごく大きな課題になるでしょうし、その塊のリーダーになっていくのは誰かと。その塊を支えていくのは、どういう人たちかということで、サードエイジ大学がありましたし、AARP、それからプラットフォームの中村さんの話がありましたし、行政の期待までありました。それからシルバーカレッジ、あるいは兵庫県の場合はシニアカレッジと、名前は少し分けているのです。一緒になればいいと思うのですが、やはり予算の違いとか、どっちの補助金が多いとか、俺たちの方が敷地を持っているとか、いろいろそういうものがあるのではないかなと思うのですけども、そういうところで学んだ方が、これからこうなっていくと。

日本のシルバーカレッジにしろ、シニアカレッジにしろ、真面目ですね、受講の方が。私はカナダへ行きますよ、そういうものを見てきたら、真剣に何をやっているかといったら、お金を賭けているカードゲームなのです。それを毎週集まってやっているかと思えば、お弁当を作って1人暮らしの方をボランティアで回っていくとかです。他はダンスを踊ったり、サードエイジ大学も、イギリスのサリー大学へ行った時には、同じように人気があるものは何かといったら、美術。歴史探訪とか言って、遊びばかりなのです。

日本人の、日本の高齢者はすごく真面目ですよ。皆様こうやってずっと座っているでしょ。多分、外国でこれやったら、すぐに「うるさい」とか、手を挙げて「違うだろう」という話が出てくるかもしれないです。ところが日本人はすごくおとなしい、真面目。もっと不良になっていいのではないかなと、私は思います。日本の高齢者は期待され続けている。美しくあれとかですね。汚くたっていいと思うのですが、きれいにしようといったら無理ですからね。どうですか堺さん？

堺 私も髪の毛、随分減って……。それはそれとしまして。今おっしゃったように、私どものシルバーカレッジの中でも、散歩会は非常に人気があります。今月はどここの山へ行く、お寺へ行く。黒田官兵衛

のどこかへ行くかどうか。これはカルチャーセンターの延長かと思うような講座もやっております。

同じ人が片方でそういったことをやりながら、片方では学習支援へ行き、信号機のところへ立ち学童の見守りをしている。二面性、三面性を持ちながら好きなことをやっているというところが、不可思議なところですね。

小田 アメリカで勉強されて、長くアメリカの高齢者を眺めてきたっていう観点から言うとうどうですか、今の堺さんのお話と比較して。

○アメリカの高齢者とボランティア

溝田 先ほどの話に戻りますが、AARPに入れるのは、初めは65歳位だったみたいですけど、どんどん年齢が下がってきて50歳以上になったらAARPという感じで、クリントンさんも、ヒラリーさんも、オバマさんも、みんな50歳になると、メディアがこぞってAARPの会員になりましたってそれぐらいイベント的に、ブームになっている感じですが、団塊の世代の方もうまくそういうセッティングをすれば、心が動いて頑張ってくれるのではないかという感じがします。

アメリカはしかけが多く、いろんな楽しいイベントが毎日あり、高齢者がうまくおだてられて、ボランティア活動をする、というようなところがありますので、是非団塊の世代を動かす、何か大きな神戸発信モデルをやっていたらいいと思います。

小田 なるほど。私も48歳になったときに、このAARPに嘘ついて、50歳っていうことで入ったのです。アメリカは外国人だろうとどこに住んでいようと、いろんなメールとかニュースが送られてくるので、そういうところが何かすごい。

もう一つは、1,400億円ですか？予算を考えてみれば、日本の高齢者を4,000万として、1人、1,000円出したら、すごい額ですね。政治家の20人や30人は、平気で国会へ送り込める。

けれどそういう発想というのはあんまりないのですが、AARPはそこにまず選挙に行ってお願ひすることが票集めの大きないわば圧力団体みたいになっているってことですから、日本の高齢者の団体では、あんまりそういうことを聞かないです。今日も、助け合いとありましたが、非常に近くでの発想なのですかね。どうですか、中村さん。その辺活動されていて。

○学びのプラットホーム・シルバーカレッジ

中村 政治とカネは今話題になっておりますけれども、政治と活動ということについては私もよくわからないので、その辺は距離をおきたいというふうにも思っているのですが。

ちょっと話題を変えまして、先ほど塊の世代、もっとちょい悪になれというふうな話がありました。シルバーカレッジの話も出ましたが、シルバーカレッジも結構遊びのグループがいっぱいあって、それが遊び過ぎているのですよ。私から見ると、遊び過ぎていて3年間も遊びますよ。4年目になったら卒業ですけども、もう今さら地域活動と言われてもしんどいとかね、割とそういうふうな気分というものは蔓延しているように思います。

小田 そうしたら何かシルバーカレッジの。

中村 いやいや、今日提案したいのですけども、今日はプラットホームづくりということで、シルカレは神戸最大のシルバーの学びのプラットホームですよ。あそこの校是は、「再び学んで他のために」という立派なものを持っているのですけれども、「再び学んで仲間のために」とはならないように、それをどう地域還元するのか。今その地域活動団体との線路が何もないのです。それぞれ9区ぐらいから来られていて、一番多いのは北区、西区ですけども、シルバーカレッジを修了すれば、それぞれの区に活動者登録をする。それだけでも私たちは助かります。そこに新たな人的な資源が見えますので。そういうこともないままなので、ついつい仲間化してしまう。仲間の活動に終わって、広く不特定多数の社会活動に向かっているかというふうな問題があるのではないかと思うのですよね。どう思われます、堺さん。

堺 一部、当たっているかと思います。このシルバーカレッジ、私も卒業生として一言弁護しますと、シルバーカレッジっていうのは老人に仲間入りする団塊の世代の方々や地域にとっては貴重な存在です。これはなぜかといいますと、豊富な知識経験は当然あるのですが、やはり定年退職者、あるいは子育てから解放されたの方々にとって、老人性の頑固だとか、あるいは思い上がりだとか、悪い言葉になりますがそういったところから脱却する、すばらしい再教育の場だというふうに、私は思っています。

小田 矯正教育ですね。

堺 はい。それで目が覚めて、ボランティアに向かおうという勇気が湧いてくる。これは非常に良いきっかけになっています。21年前に考えられたこの関係者の方にこの場をかりまして、改めて敬意を表したいと思っています。

小田 三木さん、一言ありますよね、それに応えられるということ。

三木 中村さんがおっしゃったようにシルバーカレッジの方は遊んでいるのではないかな。確かに、コースでみますと趣味のコースがあります、音楽とか、陶芸とか。それは、物すごい人気です。

それで我々がやってほしい福祉、環境、定員割れなのです。これは当たり前で、第三世代ってということで、自分のために勉強する。今さら働くためのスキルを勉強する人ってやはり少ないわけで、豊かに生きようとするスキルがある。私は男性ですから、しかも役人ですけど、役に漬かっていますから、やはり仲間が役所の人しかいないわけですよ。そういう男性が次、例えばシルバーカレッジに入って、堺さんみたいに楽しく合唱クラブに入られて、これは仲間づくりで地域活動をやられるという例は、僕はかなり多いのではないかな。そういう意味でいったら、社会参加の一つの手段にはなっていて、かなりニーズがあるのかな。いつも市会から、もっと地域活動と環境を増やせ増やせと言われていたのですが、いくら増やしたって集まらないのです。そここのところの需要と供給をよく考えたいなと思っています。

小田 年とったら結構正直になるのですかね、そういう意味では。自分のやりたいことをせっかくだからやろうということになるのでしょうか、何か一言ありますか。

中村 シルバーカレッジの続きなのですが、確かにこの頃、本当に社会活動に参加されるグループが増えてきました。それは中に実習教育を入れておられる成果が少しずつ見えてきたと思います。ただ卒業されて、いろんなグループができて、地域に帰ってくるのですが、ここでちょい悪になれないもう一つのバリアがある。公的な施設では、1本飲めない、アルコールがつかないのです。男性を呼び込もうと思ったら、絶対に1本つけないと来ない。最後反省会とかをして、よしじゃあちょっと飲もうかという場面に飢えているのです。サラリーマンをやめると飲み友達が近所にいませんから、そういうのも公民館だとか公的な施設の中で、「ちょっとくらいだったらいいじゃないか」と、何のために乾杯条例が作られるのかわかりません。公的な施設でそういうふうな、少し和むようなことも、これからの新しい社会づくりの中には、エッセンスとして入れていく必要があるのではないのでしょうか。

小田 それは言えるかもしれない。それは新しい制度ですよ。今までの足かせになっていたもの。それ、行政の役割大きいですね。一杯飲ませるか、飲ませないかで随分変わってくるという。

堺 随分世の中変わってくる。

小田 三木さんどうぞ。

三木 今、コーヒーまでですけども、おっしゃるように火曜日に乾杯条例ができました、議員提案で。ただ、僕もアメリカへよく前の仕事で行っていたのですが、やっぱりアメリカですと会議をやった後、すぐ軽く飲みますよね。日本人の悪いのは、「飲んでしまう」わけです。やっぱりそこは、女性には違和感があると思います。その辺は、皆さん、特に団塊の世代から、変えていただけたらと思うのですが。

小田 日本人のそのアルコールの摂取の様式というか、マナーを変えないといかんという話らしいですね。

○団塊世代に期待されるコーディネーターとしての役割

塚谷 それと、団塊の世代というのは、今まで、時代の転換期で常に波を起こしてきました。新しいワークスタイルも歳をとってくと頑固になってきますけれど、団塊の世代の人は、まだ頭がやわらかいというか、そういう方々は、まだ新たなことに挑戦するエネルギーも残っておりますよね。そのためそういう人たちが、何回もU3A、第三世代大学のことを言うのですが、イギリスでは、この講座の中に地域の問題を討論する講座もあります。そういう場合、地域の問題、例えば高齢者がカップラーメンしか食べていないという場合、地域の方々または他のNPOさんと一緒に、農家からふぞろいの野菜を買ってみんな一緒に2種類ぐらいのランチメニューを作り、歩けない人に関してはミールズ・オン・ウィールズと言うのですが、運んでいくことで、コミュニティビジネス、CBとよく言いますが、団塊世代の人は特にリーダーとなって、先駆けてやるトリガー、仕掛け人、コーディネーターって言うのですが、イギリスでもそういう人がなかなか少ないのですが、団塊の世代の人たちは、まだそういうエネルギーもあるし、何

かしようかという意欲もあるので、地域の問題を事業にして、コミュニティビジネスとしてやれば、ちょっとお金も入ってくるし、やりがいもあって、もっと積極的に社会参加してもらえるようになるのではないかと考えております。

小田 それでは、どなたでも構わないので、御意見、質問、ありましたらどうぞ御自由に発言してください。要するに、これこそ参加なのです。いま参加しないとできないです、いつ参加しますか、今でしょう。どなたか、お願いします。

(会場A) 私、シルバーカレッジのOBなので、大変興味深くお話をうかがっておりました。結論から申しますと、中村順子さんがおっしゃったとおり、遊び過ぎじゃないけれど、仲間意識が強すぎるんじゃないかと。私もそうでした。ただ、いきなり実務から地域社会貢献へ、いきなり頭を切りかえるのとても難しいので、シルバーカレッジで勉強して、遊んで、他のためにという、それを3年くらいかけてマスターして、地域社会に貢献するという意味では、すばらしいカレッジです。

私も70歳になり目覚めまして、資格をとって、ヘルパーをやってみようと思ったのですが、残念ながら社会がなかなか受け入れてくれなくて。70歳という年齢と、男性であるという理由で6か所断われ、7か所目でやっとヘルパーの仕事につくことができました。やってみたらモテモテで、お年寄りの方に。年齢が接近しているというのと、年いった方々は、若い男性好きですから。私はその中で若かったのと、とても楽しく、多少貢献できたといえますか、時給800円ぐらいもらいましたが、すばらしい体験をしました。

小田 いや、すごいですね、拍手ですね。

○健康寿命の試算方法

(会場A) ありがとうございます。もう一つ、先ほど中村順子さんが、健康寿命を自分の年齢にしたらしいということで、すばらしいと思ったのですが、健康寿命を自分でどうやって知ることができるのでしょうかというので、神戸市の場合、健康寿命が78点何歳で、日本で一番健康寿命が長いのが愛知県か静岡県か72歳とかなんかですね。神戸市ってこんなにすごいのかと思ったけど、なんか、算定基準が全然違うらしく、そういう意味で、自分の健康寿命というのは将来どうやって知ったらいいのかなというのを、御質問させていただきます。

小田 ありがとうございます。中村さん、何か語れますか。

中村 私も最後に提案をしようと思っておりました。神戸医療産業都市で、三木局長は随分辣腕を振るわれたわけですが、そういうお金持ち相手の医療もいいのですけれども、一般市民向けに神戸市における健康年齢測定値のような割り出し方ですよね、チェックリストなんかもあると思うのですけれども、そういうものを医療産業都市のすばらしい知識をお持ちの方々のネットワークでつくっていただいて、当てはめて神戸で高齢になって仕事が要るときは、その基準で履歴書を書くようにすればいいですよ。どうですかその考え、可能性を聞いていいですかね。

三木 前職のことを言われてしまってドキドキしているのですけれども、おっしゃるように神戸の場合、最先端の医学者がおり、この方は治療だけでなく、予防にも興味があります。認知症でもリハビリに興味がある方もいます。

我々が、介護予防カフェを何でやっているのかと、厚生労働省の方で介護予防を科学的にやっているような気配があまりないので、今言われたように健康寿命も、例えば土地によって大分尺度が違うのではないかと、こういう問題点は惹起されています。

ですので、2年前ぐらいのデータと、私が今日出しましたデータは全く違います。介護の期間を入れてなかったというのがあるわけで、この辺は、神戸からも提案したいなと思っています。特に健康チェックリストは、65歳以上の介護保険の1号被保険者にとっては非常にお邪魔なものらしいのですが、それでも物すごく回答率が高いです。認知症に関して言うと先端医療の研究機関で、そのチェックリストだけで、論文が一つ書けたみたいですから、一生懸命考えていきたいです。また、市民病院にもいい先生がいっぱいいるので、神戸大学の先生と、市民病院の先生と一緒にやっていきたいなと思っています。

小田 活動能力の指標とか、健康寿命の指標とかいろんな指標づくりというのは大変で、指標によって随分結果が変わってくるっていうのもあるので、いろんなものを参考にしていかななくてはならないと思います。まだいらっしゃいますか。もう一方、二方。

堺 今の話に関連しまして、私ども「グループ わ」では、大阪大学さんと連携しまして、老人の心の病、あるいは心の変化、歳とともにどういった精神状態になっていくのかということ、追跡調査されている集団でございます。これは任意でここ数年続いておりまして、今のようなお話で、精神面から見た老人の動向というのですかね、そういったものを研究されているチームがでございます。認知症もさることながら、各分野でこれから取り組まれるのではないかと思います。

○全員参加型の高齢社会に向けて

小田 ありがとうございます。結局は、その本人、あるいは家族が健康で、元気で、できるだけ長くというのが一つの基本でしょうし、そうしたものがなければ、社会参加ということを考える気力も、実際の活動する体力もないわけですから、それをまず支える条件は何だろうかということも、社会参加を促進していく上では非常に重要で、そういう意味ではこれからのプラットホームは、元気で、経済的にもゆとりのある方たちだけで形成されていくというわけではなくて、そうでない層も取り込めるというか、あるいは関与できるようなものも求められてくるという感じがします。

それではもう一度パネリストの方にここに残したいというところを出していただきたいのですが、三木さんからお願いします。

三木 今日は触れなかったのですが、私どもは介護保険の要支援の仕組みが変わるところで、今日お話のあった、高齢者の方のサービスをする側としての参加、これが鍵だと思っております。うちは子育ても一生懸命やっております、若い方が必要以上に高齢者のサービスに手をとられるという、都市としても難しい話なので、高齢者の方で支え合う、地域の中で支え合うというのが一つの基本だと思いますので、是非そういう仕組みを皆さん方御提案いただいて、我々も応援させていただこうと思っております。以上です。

小田 ありがとうございます。続いて、堺さんお願いします。

堺 私も参加型の高齢者という意味で、例えばマンションの管理組合だとか、あるいは自治会、それから老人会、婦人会、いろんな形で従来からの会が地域でございます。お祭りの推進の会だとかございまして、最近やってやろうという方が極端に減っております。PTAもしかりです。そういったことを、ここで団塊の世代の方に奮い立っていただいて、やるぞという形で盛り上げていただきたいなというふうに思っています。どうか皆さん、足を引っ張らないようにしていただいて、応援しているという形でお願いしたいなと思います。

小田 ありがとうございます。続いて、溝田さん、お願いします。

溝田 私、ニューヨークにいました時に、老人ホームを随分調査いたしました。その時、特養って言われるナーシングホームでは、1泊5万円するような、大理石張りのすばらしいホームがありました。1泊5万円ということは、ひと月で150万円ですね。当然払えないので、皆さんそういうところに入らなくていいように頑張っているという。何も無いから頑張れるってところもあるので、是非毎日の生活に不満を言わずに、自分で何ができるのだろう、何が自立につながるのだろうということを考えながら、笑顔で頑張っていていただきたいと思います。

小田 ありがとうございます。

塚谷 何回も言うのですが、やはり例えばU3Aという学びと教えの場、こういう団体だけじゃなしに、シルバーカレッジさんがたくさんありますから、外に出ていく機会を作っていくことと、家にあまり閉じこもらないで、あんまり悩まないで、みんな社会に自分の場所を持って、交流をして、そして元気に生きていていただきたい、それが精神的、肉体的にも健康になることですから、頭を使って遊びながらもいいですから、もっと社会に出てほしい。家に閉じこもらないでいろいろな人と交流を図っていただきたい。私たちU3Aはそういうシステムですので、是非参加していただいて、元気で健康寿命を長くしていきたいと思います。

小田 ありがとうございます。

中村 新しい生き方をするというふうなことで、テーマが進んだと思います。プラットホームということ。私は市民の方と、それから行政の方に二つお願いがあります。

一つは市民の方、今25万人の元気な高齢者がいらっしゃるのですが、1割の方も活動をしておられない

と思います。私は、当面1割の方が社会活動に継続的に参加していただけるような柔軟なプラットフォームをつくっていきたい。個人の市民は、私有財産を公共財に変えていくという中での取組が必要かなと。

行政の方は、まさにプラットフォームの整備というのは非常に格差があるわけですね。従来、伝統的な団体、あるいは事業の出し方にしても、福祉は社協さんとか、地域がらみは地域福祉センターだとか、決まりきったところを出していた。でも、今回の介護改編は違いましたね。あらゆる団体に等しく情報を出されて、だからたくさん手を挙げたし、「よーし、やっぺいこう」というところが、もう順次参画をしてきていると思います。そういう意味において、行政は公平、公平とよく言われるけれども、もっとこのあたりで公平に見てほしいというふうに思います。

そういう中で、お互いができないことを行政、市民が協力をし合いながら、本当に20年前にね、あの時は無自覚に助け合ったわけですよ。これを意識的に仕組み的に助け合うような神戸市になったらいいなというふうに思います。

小田 ありがとうございます。そうですね、神戸市がそういう意味での最先端都市ですかね、医療先端もそうですね、そういう意味での先端ということですね。

いろいろお話が出てきました。少子高齢化っていうのは、避けることができない現象だと思います。私自身は、いろいろ分析してきた結果から、社会が豊かになったこと、これが人類積年の願望であった長生きと、それから豊かな生活を実現させたので、生活が豊かになればなるほど、人口は高齢化していくという、これが事実ですね。ですからもう避けようがない。もし高齢化をあるいは高齢者問題を避けようとしたら、高齢者の寿命を決めなきゃならない。何歳になったらもう終わり。これできないです。じゃあ、貧しさを選ぶかと。これもできない。

国の統計の予測で、1,500年後に日本の人口は1人になるのですね。どんなにあがいても、1,500年しかもたないと、今の状態で行ったらっていうことですね。その過程でまだ、1,500年あるのだから、何とかしなくちゃいけない。でも高齢者の数も割合も増えていくなれば、もう高齢者が社会の中で何かするしかないっていうことになるわけですね。今までは扶養される、支えられる側だったけれど、今度はそれだけじゃなくて、自分たちが生産年齢人口と言われる若い人たちのパートナーにならざるを得ない。パートナーになるにはどうしたら、何ができるかということが、今日いろいろ出てきたと思います。年金の年齢を上げる、では、労働力として働けというのも、一つの流れとしては先進国であります。けれどそれだけの高齢者を、労働市場が受け入れてくれるかというところでもない。そうすると、働かなくても食べるだけの条件を与えて、後は他の貢献の仕方があるだろうっていうことを、考えていかなきゃいけない。もうそれが、今日ここで言っている全員参加という意味ではないかなと思うのです。

それぞれの得手不得手があるはずですから、みんな同じことをやるわけにはいかないもので、不得手なものを無理してやるということは、高齢期にはしんどいことです。得手なものを選んで、自分がそれを伸ばしていく、それを伸ばしていけるような条件を周りが見つかるという、こういうことがこれから必要になってくるのではないのかなと思います。

社会参加というのは、私から見れば一つの流行になっていますけども、一種の強迫観念のように、何か参加しないといけないみたいだぞと、家の中で私みたいに今でも一生懸命データを分析したり、難しい本を読んだり、たまにはネットで将棋をやったりしているのですが、閉じこもりはいかんなんて言われたら、ちょっと生きる術がなくなるので、そういう生き方もあると。それも許せるような社会はどういう社会なのかっていうことも、みんなで考えていかないと。さあみんな手をとって外に行きましょうって、みんなが外行っちゃったら、どんな社会になるのだろう。俺も社会参加するから、仕事したいから職をよこせて本気になって、みんなが大声を上げて、そういう運動したら社会はそれを受け入れてくれるだろうかって、そういうことまで考えないと、簡単に全員参加ということも言うてにこにこして終わるわけにはいかないのではないかなという気がします。

ということで、皆さんに私は拍手をしたいと思います。拍手をどうぞ。どうもありがとうございました。