

平成28年度知事と県民の意見交換会概要

テーマ：楽しむ要素を取り入れた、高齢者に優しい地域づくり

日時：平成28年8月2日（火） 10：00～12：30

場所：湯沢市 サンサンプラザ

(知事あいさつ)

この意見交換会は、例年全県各地で開催されている。いろんな会合で地域の様々な団体の長から話を伺う機会があっても、間接的、または包括的な話になりがちで、現場の状況までは細かくわからない。施策を組み立てる上で、こうして現場の実情を聞き、私なりに課題を咀嚼・整理し、県あるいは市町村がどのような形でお手伝いできるのかを考える機会にしたいと思っている。

本日のテーマは高齢者問題。秋田は少子高齢化が進んでいると言われるが高齢化は何も悪いことではない。元気な高齢化県を目指す上では、いかに最後まで元気に過ごせるか、地域全体で問題意識をもって取り組むことが大事。今日はみなさんに活動をきかせていただき、勉強していきたい。

【活動紹介】

○市社協の取組紹介（DVD映像）

- ・住民自ら、単身高齢世帯など要見守り世帯が一目でわかるマップをつくる過程で、何も支援をうけずに暮らしている認知症高齢者の存在が浮かび上がってきた。活動員が世帯を回って要支援者の情報をキャッチ。これを専門員に連絡し、いち早く課題解決に向けて動いている。

○やすんでたんせコーナーの機能、演奏会・認知症カフェ開催などの概要について

○市内4つの団体活動紹介（DVD映像）

【参加者自己紹介】

(A氏)

6年前、義父の介護のため仕事を辞めた。現在、要介護認定3の認知症の義母を介護しながら自宅で過ごしている。

介護支援制度を利用しつつ、暗くならず、落ち込まず、自分の好きなスポーツや手芸を楽しむと同時に、家に居られる幸せをかみしめ、介護が自分を成長させる貴重な体験だと思いつつ過ごしている。

(B氏)

雄勝中央病院看護師。地域包括ケア病棟は一昨年10月に開設。自分はここに昨年4月から配属され、高齢者が自分の住み慣れたところで楽しく過ごすためのいろいろな体操を取り入れたサロンを開設し、活動に取り組んでいる。

(C氏)

小中学校教員を退職後、老人クラブに加入。以来、主に体育部会の仕事に携わっている。

(D氏)

平成18年、地域包括支援センターが設置されて以来、ここに配属されている。センターでは高齢者の総合相談、認知症の施策対応、地域づくりなどに毎日忙しく過ごしている。

(E氏)

高齢者などを支える介護士を目指して、日々勉強に励んでいる。今日は、介護士を目指す者として、みなさんのお話を聞き学んでいきたい。

(F氏)

湯沢地区交通安全協会、事業主交通安全推進協議会、安全運転管理者協会の三つの事務局長を務めている。本日は、交通安全のために立ち上げたAKJ58の活動紹介ができるということで楽しみにしている。

(G氏)

専攻科1年生だが、日々一生懸命介護の勉強に励んでいる。皆さんのお話を聞いて、今後の学習に生かしていきたい。

#### 【意見交換】

(司会)

今日は10代から80代まで、さまざまな年代、分野の方々にお越しいただいている。さっそく意見交換に入りたい。

(A氏)

私は、義母と義父のおかげで仕事を辞めて家にいられる。このことがとても有り難い。日中、畑仕事をしたり、夜、好きなスポーツサークルに出かけたり、楽しい。介護をしているおかげで、家にいられて、こうして好きなことができるのは素敵なことと思う。人から「よくやっているね」と褒められることも嬉しい。また、介護教室や交流会、認知症カフェ、市主催のささえ愛懇談会などの集まりの場では、本音を語り合い、心から愚痴をこぼすことができる。鬱憤を晴らす場所がいろんなところにあるおかげで、ストレスをためることもない。認知症の介護者をみることは決して大変なことではない、と自分に言い聞かせながら過ごしている。

(司会)

Aさんのような考えをもって介護していけば、介護を負担と思わない方がもっと増え、良い世の中になるのではないか。

(D氏)

当初、介護者だけが集まる予定で始めたささえ愛懇談会だが、その後、当事者も参加できるようにしたところ、実際に当事者自身の生き生きとした姿が見られるのが印象的。春の花見会は一生の思い出になったと大変喜ばれた。最初、半信半疑で始めた事業だったが、やってみて効果を実感。自分たちも楽しく、それが継続開催につながっている。

(E氏)

自分はずっと介護士を目指しており、高校を選ぶときも湯沢翔北高校に介護を徹底して学べる専攻科があることが決め手となった。施設も充実している上、教えてくださる先生方も意欲的。日ごろ、生徒同士も活発な意見交換を行い、介護士になるために意識を高め合うなど、大変、魅力的な学校である。

高校時代から通っている湯沢のまちは、地域の方々とも挨拶が交わされたり、触れあいと笑顔がある素敵なおところだと思う。

(司会)

Eさんは、「怪我をした祖母と同じ境遇の人を何とかしたい」という思いがあって介護士を志望したとのこと。こうした若くて素晴らしい考えの人が地元に残ってくれば、湯沢はさらによいまちになると嬉しく感じている。

(G氏)

もともと地元に残って仕事がしたいと思っていた。専攻科は、勉強しながら自分が働きたいところで実習したり、地域の様子を見ることができる。ここがなかったらできないことだった。

湯沢の良さは、地域の方々とも触れあえるところ。まちを歩いていると「お疲れ様」と声をかけていただいたりする。こうした人との触れあいに支えられる部分も大きい。

(司会)

専攻科の学生のお二人とも、都会ではなかなか得られない地域の良さを強く感じている点が印象的。Gさんは、高校時代、生徒会に所属してボランティア活動に参加していたそうなので、活動を通じて地域との関わりや必要性を実感したようだが、学生時代はこういう経験こそ重要。若い二人にはなんとか地元に残ってがんばっていただきたい。

(C氏)

シルバー大運動会は毎年6月第1水曜日開催の設定で、45年前から継続開催。

今年の参加者は773名。多いときは1000人を超えたが、最近は残念ながら減ってきている。市職員や市社協の若い職員24名ほどから運動会の運営に関わっていただき、助けられている。そのほか、資材運搬なども市社協の支援が得られておりありがたい。

(司会)

Cさんは自ら運動が得意にもかかわらず、長年、ひたすら企画に徹しておられる。何が喜びか教えてほしい。

(C氏)

多くの参加者の普段見られない笑顔を見られることが、自分にとって嬉しい。

(F氏)

交通安全協会の組織は、地域の死亡事故の根絶を基本目標に、地域に根ざした活動に取り組んでいる。かつては、若年ドライバーの事故防止に重きをおいていたが、いまは高齢化社会になり、高齢者死亡事故増への対応が増えた。

7月31日現在、交通事故死者は26名と、昨年同期より12名上回るペース。さら

に死亡者の8割以上が65歳の高齢者と、交通安全協会としても対策を講じなければと考えているところ。

しかし、地域の人口は減る、免許保有者は減る、加入率は下がる・・・と、協会の収入も年々減少している。こうした中、お金をかけずにできる取組がないかと考え、役員自らが動くのが一番ではないかと立ち上げたのがAKJ58。人気グループにあやかりたいと、安全(A)協会(K)女性部(J)の頭文字をとった。58は自称平均年齢(実年齢は一回り以上、上)。高齢者の事故防止は、同年代の人から声を掛けられるのが一番の効き目。

メンバーは踊りの先生や音楽の先生など多彩。歌に踊りをつけて、おばちゃんたちが地元言葉で事故防止を呼びかける台詞を入れている。春秋の交通安全教室では市内全幼稚園保育園に出向いて、着ぐるみと一緒にAKJ58が交通安全の呼びかけを行う。

こうして、自分たちの活動により、家族など周囲にその輪が広がるのが、地域の事故防止につながるのではないかと考えている。

#### (司会)

自分もAKJの活動を見たことがある。警察の講話という、昔は警察職員が難しい話をしてた印象だが、こうして楽しく、まさに高齢者に優しい取組に変わったことにより、地域にも交通安全の輪が広がっていけばよいと感じる。

#### (B氏)

地域包括病棟には去年4月に赴任。自分なりに“ここで一体何ができるか”を考え、スタッフとも話し合った結果、まずは再入院しない予防策に着眼することとなり、さらに近年、肺炎による死亡者が増加傾向にあることから、肺炎予防に力を入れることにした。

「あいうべ・パタカラ体操」は、食べ物がのどの奥まで運ばれるよう一連の筋肉を鍛える体操。摂食障害認定看護師や言語聴覚士の協力を得て、いつまでもおいしくお口からご飯を食べられるようにとの狙いで始めた取組である。

その後順調に経過したが、医師をはじめ、保健師、薬剤師、栄養士、認定看護師など様々な専門スタッフに、“自立した生活を継続するための知識や日常生活で行える運動の広報活動をやってみたい”と訴えたところ、皆から賛同が得られた。

名前は「サロン4北」。4階北病棟にあることからこの名前がついた。

サロンでは、医師からは脱水予防を、また看護師長からは心の栄養について、理学療法士からは骨粗鬆症やロコモ体操などいろんな運動や体操を教えてもらう。私自身は救急分野が得意なので、トレーニング用AEDを使ったり救急車の呼び方などの講習をやってみたり。薬剤師からはお薬の飲み方、栄養士からは新型栄養失調の話など講義をしてもらう。

「あいうべ・パタカラ体操」は57回開催、参加者延べ1,239名、1回あたり平均28人の参加を得ている。「サロン4北」は開催45回、参加者延べ1,410人、1回あたり平均31人参加。対象は、入院患者とその家族、また見舞い客など。スタッフが1回20分のために資料をつくる。

せっかく今日この機会をいただいたので、もっとこれを広報して地域に広げていきたい。

#### (司会)

今話をきいて、地域の医療機関にも気軽に相談できるように感じられたのではないかなと思う。

さて、ここまで一通り話をきいてきたので、ここで知事からお話を伺いたい。

(知事)

今日はいろんな立場の方々が、熱心にいろんな取組をしていることに感心した。

県が大きな問題意識をもっているのが、在宅介護における、介護する側の肉体的精神的な疲労。都市部では介護疲れから悲惨な事件が起きている。Aさんから話があったような介護者が集まる集いの場所は、県内にどのくらいあるのか。湯沢はうまくいっているようだが、他の地域ではどうか。こうした場はとても必要性が高いと思う。やり方は様々だと思うが、役所主導だととかく固くなりがち。この集まりは自然派生的に生まれたものか。

(A氏)

最初は社協でお膳立てしていただいた。ささえ愛懇談会は市主導の開催。

15人くらい集まれば、2時間ではとても時間が足りず話し切れない。自分は昼食を挟んでもいいから、もう少し長くいられるとよいと思っている。

9月のささえ愛懇談会では、自分らでいものこ汁を支度し、食べながら話して過ごす。

(知事)

具体的にはどういう場所でやるのか。

(A氏)

できるだけ無料で借り受けられるところ(広域交流センター、福祉施設の会議室など)で。次回は市の岩崎ふれあいセンターを予定している。

(知事)

こういう集いの場は、介護保険のサービス外になるが、非常に良い取組と思う。

地域によって事情も異なると思うが、介護する者同士、似たような境遇の人が悩みを打ち明けることで、精神的な負担が相当軽くなるのではないか。行政の立場からは、こうした場を活用して、共通の悩みの部分にどのような関与ができるか、非常に関心がある。

実際、全県の状況はどうなっているのだろうか。各地域にこういうものがあるとよいのだが。

それから、Bさんの話。私自身も、4年前軽い脳溢血で療養中に同じ体操をやった。実際、ある程度の年齢になれば、この体操が効く。こういう簡単な体操を、老人クラブなどの集まりの場を活用してやってみてはどうか。健康教室みたいな講義よりはるかによい。あまり専門的なものでないもの、普通の人ができるものが拡がるといい。

そしてCさんのような老人クラブを自主運営している方。最近は老人クラブに加入しない人も多いのでは。趣味のサークルの方が同年代が集まりやすい。今後高齢者も減る中で、全県的に老人クラブの活動自体が課題を抱えていることは確か。

ただ、全県の老人クラブのネットワーク。この強みを生かすべき。まとまった人数に情報を流すときには非常に有効な手立てと思う。一番困るのは老人クラブにも入らない、任意のサークルにも入らない、外部と何の関わりも持たない高齢者。孤立が難しい問題である。

東日本大震災の際には、老人クラブの人たちにいろんな面でごんばってもらった。被災3県の交流会でも、若い人との関わり以上に、老人同士、同年代の関わりが喜ばれた。老人クラブの役割が際立っていたと記憶している。

地域包括支援センターは、これから全ての情報の掌握と対応、さまざまな個別事案への対応について大きな責務を負っている。一人一人、また施設によっても、事情が異なるが

ゆえに対応の難しさがあるが、マンパワーにも限りがあるなど、この辺が課題であり、大きな問題意識を持っている。

ところで、EさんとGさん。専攻科介護福祉科は何人？出身はどこが多い？

(G氏)

1年生は13人。2年生が14人。近隣出身者が多いが、中にはにかほ市出身の人も下宿しながら通学している。

(知事)

専攻科への入学動機は、やはり専攻科があったから？

(G氏)

私は介護士になりたいという志望が強かったが、就職する前にしっかり勉強したいと思っていた。専攻科がなければ、県外に出て行かなければいけなかった。

(E氏)

私も同じく、専攻科がなければ県外に出ていたかもしれないし、そもそも介護士にならなかったかもしれない。やはり専攻科があってよかった。

(知事)

専攻科があるのはここだけ。

ところで、来週、交通安全に関する緊急会議が開かれる予定。今年は交通事故件数が非常に増加傾向にある。特に農村部における軽トラによる事故。また、横断歩道のない、比較的通りのよいところで、道路を高齢者が横断して事故が起きている。自殺率も問題だが、今年は交通死亡事故が異常な増え方で、我々も問題意識を持っている。

認知症等の介護者が集まる場所の状況は、全県的にも見てみないといけないと感じた。

市町村や場合によっては社協と、きめ細かく入っていかないといけないと、改めて勉強させていただいた。

(司会)

知事には細かい部分までお話をいただき、特に認知症カフェや集いの場の必要性にまで踏み込んで提言をいただき、感謝申し上げたい。

さて、これからは、少し踏み込んだ話をしていきたい。

Aさんは「サロンに、不健康な方にも参加してほしい」というお考えのようだが、私も同感。むしろ孤立している方、体の状態が思わしくない方こそ、なんとかサロンに出てきてほしいと思っているが、その方法が浮かばない。Aさんは民生委員もやっておられる。何かよい手立てがあるものだろうか。

(A氏)

最近始めたことのひとつに、サロンの開催場所のトイレを和式から洋式に変えたことを挙げたい。トイレの使用に不安を抱えている高齢者の心配がなくなり、出てこれるようにした。それが今始めた、小さな取組。普段あまり出たがらない人にも、サロンに出てほしいと願っている。

(司会)

こうした細やかな配慮により、一人でも利用が増えるのではないかと感じる。我々もこうした取組を参考にしながら、工夫していきたい。

(知事)

健康な人でも、60歳を過ぎると、洋式トイレや手すり、階段がないと大変になる。あえてバリアフリーというのではなく、至る所につけるべきではないか。ちょっとしたことだが、配慮すべきと思う。

## 【休憩】

(司会)

医療と介護との連携が叫ばれて久しいが、Dさんは、連携を超えて統合だと仰っている。私も同感で、より密接な連携がないと問題解決しない。“より精度の高い情報交換”という部分について説明してほしい。

(D氏)

国では、介護保険導入当初から、医療と介護の連携の必要性を説いているが、未だ為されていない。連携とは、顔が見える関係づくりや情報共有する程度ではやっていけない、ということにやっと皆が気づいたのではないか。真の意味での連携とは、例えば、医療側が求めるミリ単位の情報を介護側も勉強し、情報をやりとりすること。これにより、在宅介護の質もさらに良くなるのではないかと思う。

医療と介護、それぞれ似たような業界だが、考え方や言語なども少しずつ違う。この現状を打破するため、両従事者が一緒に研修会を設ける計画もある。お互い目指すところは一緒なのに、アプローチが違うがゆえにうまくいかないこともあったのではないか。

(司会)

これまで、会議等では医療と介護の連携が話題になることはあっても、なかなかより一歩進んだ話にはなりにくかったように思う。この点で期待することは。

(B氏)

“医師は敷居が高い”と言われる。雄勝中央病院は医師の数も少なく、時間がとれないことも問題がある。今後は在宅介護の時代に入るのだから、と、訪問介護を看護師の実習に取り入れている。院内でいくら指導しても、在宅に戻った方の立場や考え方を取り入れていけないとうまくいかない。

(司会)

医療側も、大分考え方が変わってきていると感じる。

ところで、地域という部分でFさんにお聞きしたい。「誰かのために役に立ちたいという思いが、地域社会における一人一役、そして豊かな人生につながる」という言葉が印象的。具体的にどうということか、教えてほしい。

(F氏)

メンバーが活動を何より楽しんでいる。昔に比べればやれることは減ってはいるが、元

気で、ご飯もつくれるし、掃除もできる。地域で役割をもらうことが、自分で動ける高齢者にとって何よりの生き甲斐だと感じる。

練習に入るまでの間も、地域の話、漬物の話で盛り上がる。とにかく顔を合わせるのが楽しく、自分たちが地域のために何より役に立っているという気持ち。そういう気持ちを探せることが大事。辛いと思えば辛いが、できる範囲で自分が社会の役に立っているという思いが生き甲斐につながっていくのではないかと。事故防止が目的だが、何よりメンバーの生きる力になっている。我ながらいい活動を立ち上げたと自負している。

**(司会)**

まさに、今日のキーワードをまとめてもらったようだ。役割が生き甲斐につながる、お互いにそれをつなげていくことが大事だということ。

最後にひとりずつ順番に、それぞれの分野立場から今後期待することについてお願いする。

**(A氏)**

住み慣れた地域で、老後を過ごさせたいとは、よくいわれることだが、義母は、最近自分の家すらわからなくなっている。しかし、ショートステイから帰った翌日など、どことなく安心している様子が窺える。自宅であることがちょっとでも分かっていると思うだけで、これから先、大きな病気をしないかぎり、できるだけ自宅で看取りたいと思って介護している。

**(B氏)**

「サロン4北」の広報活動を、今後は病棟を超えて、地域に積極的に発信したい。また、先ほど知事からの提言で、老人クラブの会合を活用した取組についてお話があったが、とても参考になった。

**(C氏)**

健康かつ長寿であることほど幸せなことはない。

運動会のほか、ゴルフ、ゲートボールなどさまざまな大会を企画しているが、参加して楽しかったという話を聴くこと、運動をつづけてそしてみんなが元気でいられることが何より。

**(D氏)**

地域包括支援センターは高齢者の相談窓口でもあるが、必要な社会資源を創り出すことも大事な業務のひとつ。冒頭、知事がお話されたように、今後元気な高齢者をいかに増やしていくか、また、元気な高齢者こそが貴重な社会資源ととらえ、社会資源＝元気な高齢者をどんどん増やす仕組みづくりを行っていきたい。

**(E氏)**

今回の話し合いに参加して、高齢者同士の触れ合いがとても大事ということがわかった。

介護士を目指す立場として、これからも高齢者を支えたいし、高齢者が安心して過ごせる環境作りを目指して、今後、学校でさらに勉強し、校内での話し合いやボランティア活動にも積極的に参加していきたい。



(F氏)

我々の活動はまさにシルバーパワーの結晶。メンバーには足腰が立つうちは動いてもらいたい。活動への思いはあっても、結果がすぐ現れるわけではない。

この活動を始めた当初、“この活動で全国表彰がほしい”と、冗談半分、本気半分でメンバーに話した。次に目指すご褒美があると、もっとがんばろうという気持ちになれる。今後も、この気持ちで地域の交通安全運動に携わっていきたい。

(G氏)

進学や就職で一旦、県外に出て行った人がどうやったら戻ってきたくなるか、考えている。高齢者が元気なまちであれば戻ってきてもらえるのではないか。今後、元気な高齢者の方が生活しやすい地域づくりに向けて、自分ももっと勉強していきたい。

(司会)

今日は、専攻科の若い学生さんをはじめ、みなさんから強い地域愛を感じた。

皆さんそれぞれに、地域を何とかしなければという思いでそれぞれの立場でがんばっていただいている。みなさんの思いを地域にどんどん広げながら、困った方への支援の輪を拡げて地域のためにがんばっていったらと強く感じた。

最後に知事から一言お願いしたい。

(知事)

今日は、高齢者問題という大変シリアスな問題がテーマ。課題が多すぎて、そう簡単にベストな答えを出せないが、みなさんから前向きな話を聞いて非常に心強く感じた

司会のHさんのように、エネルギーにこうした問題に飛び込んでいる姿は、社協の活動の原点でもあり、本来の意味での仕事をしっかりやったださっているように思う。

医療保険や介護保険を継続する上で、日本には財政的な課題が多い。

また、急性期病床を、医療と介護の中間型「療養型病床」に少しずつ転換するという必要だ。

今後は総合病院といえど、一つの病院で全ての病気に対応できることが難しい時代になってくる。例えば、雄勝中央病院は〇〇の病気の専門というような、全県的な役割分担が必要。総合病院から徐々に脱却し、専門性のある医療機関が全県にある形が望ましい。二次医療圏で広域対応できればよいが、そうはいかない。県南県北中央あたりで役割分担し、ある程度急性期病床がなくなったところは療養型に転換し、ここを通じて医療と介護との連携を進めるなど、今後は、これまでの連携の形も変わってくる状況にもなる。両制度の持続性を考えれば、若い人に極端な負担を強いるわけにはいかない。これをある程度フォローするのが、まさに地域の役割であり、鉄則。地域、そしてボランティアがいかにしてその部分を補うかが重要なカギを握ると思う。

課題は多いが、こういう動きをさらに拡大して全域に広げていただければと思う。

以前、全県の子育て支援グループにおいて、横のつながりがいい、ほかで何をやっているかが意外とわからないという意見があった。ネットワークにより、全県でノウハウが共有される仕組みづくりは重要だ。

介護者が情報や体験をどのように共有しているか、本庁に戻って調べたいと思う。

今日お話を伺った内容について、議事録から課題を抽出して、参考になる部分は県や市町村の施策に反映させていきたい。

(終了)