

第4回 市長と語ろう「まちづくりふれあいトーク」

開催日時 平成21年10月7日(水)午後6時30分～

場 所 総合福祉センター2階大会議室

テ ー マ 高齢期の健康づくりを支える

(開会のあいさつ)

【市長】

皆様におかれましては、大変お忙しいところ、このような機会をつくっていただき、大変ありがとうございます。

今日は「高齢期の健康づくりを支える」というテーマですので、ボランティアとして介護予防のためにご尽力いただいている方々にお集まりいただきました。また、今日は皆様方のいろいろな意見を新しいひとつの切り口として、気が付かないところを勉強させていただける、私にとってはありがたい機会です。

皆さん方のお話をいろいろ聞かせていただいて、どんなことが出来るかを相談できる機会にしたいと思いますので、どうかよろしくをお願いします。



(会の活動及び参加者紹介)

【参加者A】

釧路市と釧路市社会福祉協議会が平成19年10月から12月にかけて、第1回釧路市公認介護予防サポーター養成講座を開講し、その講座の修了者がボランティア登録し

サークルを作りました。私たちのサークルは、自分たちが健康であること。介護予防の知識と技術(若返りレッスン)を学ぶこと。自分たちに出来る範囲で(若返りレッスンを)地域に還元していくことを目的に活動しています。会員は現在約50人位になりました。決して多い人数ではありませんが、今後も志を同じくする仲間が増えていくことを願っています。私たちが地域で関わっている高齢者の方々の多くは、いつまでも元気に住み慣れた地域で、出来れば誰の世話にもならず暮らしたいと願っています。現在の状況を少しでも維持していただくために活動を続けたいと思っています。

【参加者B】

広報くしろで介護予防教室の開催を知り、いち早く応募し、平成19年度に参加しました。お年寄りと接することはいろいろな意味で勉強になります。男性は少ないのですが、楽しく活動させてもらっています。

【参加者C】

認知症の家族があり、私もなったら困ると思い参加させてもらっています。

【参加者D】

母が高齢になり、自分も年をとってきたので、少しでも元気が出るようなことをしたいと思い参加しました。

【参加者E】

自分の予防のために始めました。

【参加者F】

私はグループホームに介護士として勤めており、広報くしろを見て役に立ちたいと思い、参加しました。認知症の家族があり、介護予防に努めたいと思いました。

【参加者A】

社会福祉協議会で在宅介護関係に関わってきたので、お年寄りが大好きで、いろいろなことを学び仲間作りもしたくて申し込みました。今とても楽しくやっています。

【参加者G】

家の近くにグループホームがあり、話し相手になってほしいとの依頼に応じてお邪魔したところ、介護士さんが笑顔で優しくお世話をされていることに感心し、私もいろいろな知識を学びたいと思い講座を受けました。地域の皆さんに楽しく暮らしてもらえるように努力しています。

【参加者H】

ボランティアの養成講座と知らずに受講したのですが、やってみると楽しく元気をいただきました。今は自分の中の意外な面を発見できたと喜んでます。

(施設使用料の格差是正)

【参加者B】

介護予防サポーターとして老人福祉センター、コミュニティセンター、町内会館などで活動しますが、使用する施設によって使用料が異なり、参加者に負担がかかって活動の継続や回数増加が困難な状況にあります。同じ施設でも、市の事業とそれ以外では料金に差が生じています。多くの方に利用していただくためにも、使用料の格差を是正できないものでしょうか。

【市長】

老人福祉センターは無料で使用できますが、利用希望が多く、実施メニューも豊富なため、空きがないということがあります。このため他の施設を利用すると使用料がかかってしまいます。市が主催すると使用料がかからないとか、一部減免されるといったこともありますので、これらを含め使用料の格差をなくすための検討をいたします。

【参加者B】

ありがとうございます。ほっとしました。

【市長】

予防が大事といわれながら大事にされていない実態にあります。予防していただくことが将来の負担軽減につながっていくことですので、しっかりと課題を踏まえて対応していきたいと思えます。

【参加者B】

町内会館で歌謡教室を開こうと申込をしたのですが、使用許可が出るまで1年もかかってしまいました。常連のサークルが入っていて新規ではなかなか使用できません。せめて3カ月、4カ月に1回、登録替えをしてくれると会館の収入も確保されると思います。

【市長】

そんなに、登録見直しはないのですか。登録が1年では新規加入は出来ませんね。

【参加者D】

定期的開催のない第5週目でなければなかなか使用できません。

【参加者B】

私たちは、介護予防のサークルを新たに作って展開していく段階にありますので、事業を行おうとするとすぐにこの問題にぶつかってしまいます。受講したいという高齢者が増えているのに、実施できる受け皿が少ないという実態があります。

【市長】

行政とタッグを組むような予防教室と、趣味の活動を単純に比較するわけにはいきませんが、申込方法を考えなければならないと感じています。

【参加者E】

趣味など好きなことをしているから元気でいれる人もいます。それだけ元気なお年寄りが多くなったといえます。

【市長】

それは、ある意味、とてもいいことだと思います。

【参加者E】

自分でお金を出しても趣味で水泳に通っている人もいます。

【参加者F】

お金は出せないが、自分で元気でいたい。子どもに迷惑をかけたくない。しかも住み慣れた地域で住みたいとなれば、お金も余りかからない近くの町内会館を使いたいと思うはずです。

【市長】

サークルを登録して1年間活動できるという面では、地域の中にある地区会館の役割を果たしているわけですが、定例的なもの以外は1年間待たなければならないのは、課題と言えますね。

【参加者C】

活動できる会館がほしいのです。

**【市長】**

いろいろな意味で優先順位をつけることの是非もありますが、例えば、今後益々その重要性が高まる介護予防教室などについては、老人福祉センターや地区会館などで利用する機会を確保できないか、その可能性について担当課に検討させたいと考えております。

（定年前の男性の参加促進と男性用プログラムの工夫）**【参加者B】**

男性が地域で介護予防教室などの事業への参加が少ないのは、定年前に地域でのさまざまな活動などへの参加機会が少ないからだと思います。定年前の男性をさまざまな活動に参加を促す施策が必要だと思います。また、私たちが取り組まなければならないことですが、男性の利用者が増えるようなメニューやプログラムの工夫をしてほしいと思います。

【市長】

50人くらいの中で、男性は何人おられるのですか。

【参加者A】

4、5人しかおりません。

【参加者E】

Bさんのように、定年後は何かをしようと積極的に参加する意欲のある方は、介護予防でも何でも自分からかかわっていきこうとしますが、そうでない方はこれまで一生懸命働いたのでゆっくりしたいと考える方が多いと思います。

【参加者F】

グループホームでも、男性は声をかけても動きませんが、女性は一緒に何かをしようとする人が多いようです。男性は好きなゴルフは誘われれば行きますが、自分から進んで一人で何かをやるうとする人は少ないと思います。

【参加者A】

女性は、仕事や育児、主人からも解放されるので元気になって長寿になるのだと思います。男性と女性の性格の差があると思います。

【参加者F】

今の若い男性は、自分から家事や育児に積極的に参加しているので、定年を迎えても自分で何でも出来るようになると思いますが、団塊の世代と呼ばれる世代の男性は、違うと思います。

【参加者A】

定年前の男性の参加を促すとのことですが、主人は定年まで仕事ばかりで社会参加に目を向ける余裕がありませんでした。私は、定年になったので少しゆっくりしていなさいという気持ちになっています。

【市長】

高度成長期のモーレツ社員と呼ばれた方たちは大変きつい生活をされてきたと思いますので、地域活動に目を向けられなかったのかもしれませんが、定年を迎えスポーツや趣味の世界など多方面にわたって活動をされておられる方もおります。そのような方たちを社会参加、例えば町内会活動に取り組んでいただけるような何か良い方法がないものかと考えています。仕事から解放されてからは、身近な組織である町内会を社会参加の第一歩として選んでいただけたらありがたいと考えています。

物忘れをするようになり、老いに対する不安を持つような年齢になったとき、自分たちの地域や町内会で介護予防の活動をしていけば、社会活動に興味のある方が新たに参加するようになると思います。このような活動の輪が、現在の会員は50人ですが、やがて100人位に広がり、地区会館や福祉センターなどで全市的に実施されるようになれば、行ってみようという人も増えていくのではないかと思います。

【参加者B】

清掃活動などの形で社会に貢献をする企業が増えていますが、このような機運が高まると、定年前でも地域の人とかかわりをもてるようになります。清掃活動ではありますが、外に出るきっかけになるのではないのでしょうか。

【市長】

全市一斉清掃の時でも、奥さんだけが参加するのではなくて、身近な活動として、ご主人も参加できるのが町内会です。10月は町内会の加入促進月間ですので、加入率を上げようと今一生懸

命やっています。先日公立大学の学生と対話したときに聞いたのですが、山形県出身の大学生が釧路に来るときに、親から「釧路に行ったら町内会に入りなさい」と言われて来たそうです。私は子どもに町内会に入れと言ったこともなければ、自分が親に言われたこともありませんでした。企業でも、さまざまな社会貢献が求められる時代になっています。例えば釧路市でも、市のいろいろな事業、工事や物品などを請ける会社に対して、社員の方々の健康保険加入をお願いし、確認の書類を添付してもらうようにしています。そうすると、みんな加入することになっていく。こういう誘導策があります。福祉の分野では、障がいのある方を雇用している企業は、障がい者就労貢献企業として認定して、優遇する制度を設けています。そのように誘導するというのもあると思います。



（介護予防教室のPR）

【参加者B】

地域での介護予防教室などを多くの人に利用してもらうために、老人クラブや町内会などを通じてチラシを配布しPRをしています。なかなか利用者増につながりません。もっと身近なところから、きめ細かく利用を呼び掛けることが必要と考えるので、市や関係団体の更なる協力を求めたいと思います。具体的には、町内会の中に地域ふれあいサロンというのがありますが、何回PRしても、町内会の140戸のうち、2人しか入っていません。全体としては登録が30人いて、実際15人が常連です。一生懸命やっているつもりですが、これだけでは限界であると思います。利用者増というよりも、一回来た方が来なくなるという実態もあります。

【参加者C】

私が参加させてもらっているところは、結構参加者が多いので、その地域によって違うのではないかなと思います。

【参加者D】

75歳以上の敬老大会が地区会館であり、私もサポーターとして出席したのですが、チラシを配ったときは、誰も申し込みがなかったのですが、隣近所での声掛けやお誘いをしたら、40人くらいになりました。チラシではなく、地域の人が声掛けすることが一番だと思います。まずは身近な人が地域の人を支えるのがいいと思います。

【参加者B】

やはり、地域の特性があるのでしょうかね。70歳以上は35人おりますが、敬老の日の集まりの際に声掛けをしても反応がありません。2年前からパンフレットなどでふれあいサロンをやりますよ、と話しかけたりしているのですが。

【参加者E】

私のところでは、いきいきサロンの中で15分から20分、介護予防のことをさせていただいています。「介護教室を開きたい」と市の方に話をしたらしいのですが、会館も老人センターもびっしりで、開けません。毎月第3金曜日に介護予防のことをやっているの、それが広がってくれればいいなと思っています。

【市長】

皆さんがいろいろとやっただいていてということは、大切なことだと思っています。市としては、介護予防をどんどんやってもらって、皆さんに健康でいてもらうことは、大事なことだと思います。

【参加者A】

地域密着型の福祉全国セミナーというのが開かれて、他のところから勉強に来るということですし、全国的に高齢化が進み、地域みんなで支えていかなければとの思いでみんな活発に行動しています。釧路では、私たちあゆみの会のボランティア活動は誇れるものですし、SOSネットワークは釧路発祥です。障がい者の方も地域全体で支えていくことが、高齢化社会には絶対に必要なことだと思います。介護予防教室がいっぱい出てきてほしいというのもありますし、市をあげて、全体で支えあっていかなければならないと思います。

【参加者D】

せっかくボランティアでがんばってやっという意思を皆さんお持ちなので、それを大事にしていれば、ありがたいです。

（会場周辺の環境整備）**【参加者A】**

介護予防の取り組みの拠点である町内会館や、老人福祉センターなどの場所が分かりづらいので、誘導表示などを工夫して欲しいです。これらの施設などには、周辺の道路などが整備されていないところや、駐車場が足りないところがあるので改善をお願いします。

駐車場が本当に狭くて、脇道に停めることもあるし、利用する方も大変です。利用する方が皆さん歩いて来れるのであれば良いのですが、遠くからも来る方もいます。

【参加者F】

ボランティアのためにボランティア用の駐車場を空けておくこともできません。

【参加者D】

私は見に行くと、駐車場のないところや狭いところは、車では行きません。送ってもらったり違う方法で行っています。体の不自由な方もいるので、そこに行く方を最優先させたいので、駐車場がないときは、送ってもらっています。

【参加者A】

駐車場の改善というのは、ボランティアのために、というものではなくて、利用者の方のためなんです。

【市長】

現実的に、地区会館などで駐車場が少ないというのは、車を想定して設計されていないからなのでしょうね。近隣の方が来るものだと考えたのでしょうか。

道路などの問題については、しっかりと進めていきたいと思っています。今までは簡易舗装が多かったのですが、これからは、本当のがっちりした恒久舗装ではなく、50センチくらい掘る舗装をしていきます。そうすると、これまでの簡易舗装と比べると、結構長持ちするので、それをどんどん推進していきたいと思っています。公共施設があるところを優先的にやっというと考えています。

(その他)

【参加者D】

介護予防のサポーターを始めたあとと、それ以前の高齢者医療の実態は調べられるのでしょうか。どれだけ効果があったのかを知りたいのです。

【福祉部次長】

介護給付がどのように変化したかは、分かると思います。

【福祉部長】

介護認定の数も分かります。

【参加者D】

そういうデータを取って行ってほしいですね。

【福祉部次長】

介護予防の効果を数値で示すことは必要だと思いますので、考えていきたいと思います。しかし、高齢化の進展に伴うものなどさまざまな要素が含まれるため、必ずしも予防の効果が数値として表われない可能性もあり、今後検討していきたいと思います。

【市長】

積極的に参加してくれる人が増えていくということは、大きな効果です。そういう中で、サポーターの方も増えていくというのは、とてつもない効果だと思います。

(閉会のあいさつ)

【市長】

今日は本当にありがとうございました。ボランティアの方々というのは、本当にすごいなという思いをさせていただきました。自分たちのできることをしっかりすすめていこう、という気持ちに触れさせていただき、大変力強く思いました。権利を主張されることが多い時代になってきたと感じていますが、そのような中で、できること、やれることに取り組んでいこうというのは、まさに日本の文化、人としての文化なのだと思います。このように文化を培っていただいているということに、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。逆に私のほうが勇気をいただいた、という気持ちで、皆さんに心から感謝をしたいと思っています。遅い時間にこのように時間を作っていただきまして感謝しております。本当にありがとうございました。

