

令和5年度 北九州市高齢者支援と介護の質の向上推進会議
第2回 介護予防・活躍推進に関する会議資料 会議録

1 開催日時

令和5年11月14日(火) 18時30分～20時00分

2 開催場所

北九州市役所 本庁舎 3階 大集会室

3 出席者等

(1) 構成員(12名/15名)

安藤構成員、池本構成員、石田構成員、伊藤構成員、小畑構成員、菊池構成員、
木庭構成員、永野構成員、平川構成員、宮崎構成員、宮本構成員、山本構成員

(2) 事務局

地域福祉部長、認知症支援・介護予防センター所長、長寿社会対策課長、
地域支援担当課長、介護保険課長、介護サービス担当課長

4 議事内容

(1) 次期高齢者プランについて

(2) 介護予防・活躍推進に関する分野

目標1 目指そう 活力ある100年 ～健康長寿～

施策1 人や社会とつながり続け、役割をもって活躍できる機会の創出について

施策2 生涯を通じた健康づくり・介護予防について

5 意見交換等

議題(1)について事務局から説明

(代表)

次期高齢者プラン試案についていろいろ説明していただいたので皆さまから御質問や御意見を伺いたと思います。

(構成員)

「人情息づく支えあいのまち」という凄く良いテーマですが、もう少しプランの名称をもっと強調するような、人情支え合ういろいろな事情があると思うが、純粋に支え合う側に立って介

護する人たちがいなければボランティアに頼らざるを得ない、あるいは機械に頼らざるを得ない、あるいは外国人に頼ることになると思います。そういうことが現実に来ているということ、大丈夫とだけで言うのではなくて、市民に知らせた方がいいのではないかと思います。

(代表)

ご意見、ありがとうございます。

何か今のご意見に関して、事務局の方から何かありますでしょうか。

(事務局)

ありがとうございます。

今の御意見参考にさせていただいて、そのように努力していきたいと思います。

(構成員)

次期高齢者プラン名の変更というか、新しい改称について大変興味深いなと思いました。私、健康づくり懇話会の方にも参加させていただいておまして、そこではスローガンを作成しますということで、いろんなご意見や、ご提案をいただいたところです。

ちょっと素朴に思ったのですが、こういうビジョンとかスローガンっていうのは、それぞれの計画やそのものによってたくさんできてくるものなのか。それとも北九州市として統一した、例えばスローガンとか、例えばビジョンであるとかを作っていくものなのか？幾つもあると、どれが何のビジョンなのかっていうのが、市民から見るとどうなのか、ということを感じたのでちょっと意見というか、その辺りはいかがでしょうか。

(事務局)

ありがとうございます。

名前もいろいろあると、何のプランなのか分からなくなるところもあると思うのですが、市のビジョンも並行して動いています。うちのプランにつきましては、現行で言えば「いきいき長寿プラン」が一つの愛称です。

次期のプランにおいても計画のビジョンに一番近いもので皆さんに一番伝えたいところを愛称としてつけたいと考えているところです。

市全体で統一した名前っていくというのもあると思いますし、ある程度一定の方向性というのはあると思うのですが、まだビジョンも固まっていない状況なので、この高齢者プランに関しましては、人生 100 年時代の幸福の話をできる時代に来ておりますし、このような名前の案を出させていただいたところです。

(構成員)

もう一点だけよろしいでしょうか。このプランを検討される中で素晴らしいプランをたくさん

検討されているということや、北九州市で行われている様々な事業の中で、本当に網の目が細かくなってきているのではないかと感じます。

一方で、これから高齢者がたくさん増えていく中、またこれから 2040 年に向かって人数が増えていく中で、例えば「支える」ということもとても大事なことだと思うのですが、高齢者自身が自分でマネジメントでき、自分の健康そのものを自分で調整できたり、管理できるという能力と言っているのか分からないのですけども、そういった考え方というか、自己調整能力を高めるようなものが、このプランの中に含まれていましたらちょっと教えていただければと思うのですが。

(事務局)

ご意見ありがとうございます。

自己調整能力という言葉は、直接はちょっと使えては無いのですが、まさにこの会議で、担当していただくところの、生涯現役といったところの全般がそこに該当しているというふうに考えております。

(構成員)

ありがとうございました。

高齢者自身が自分の健康を自分でマネジメントできるような、例えば予防も含めて自分のデータを見て、例えば私であれば、理学療法士なので運動サポートする専門職になるのですが、自分の体力を自分でチェックをして、どのような運動がいいのかとか、これから血圧が上がっていきそうな時に、栄養の部分をどういうふうに自分で調整していったらいいのかというような、自分で管理できるような仕組みもあると良いのではないかと思いますので質問させていただきました。

(事務局)

追加で説明します。試案の 49 ページに、「健康寿命延伸を目指した健康づくり・介護予防の促進」で、やはり高齢者の方が自ら進んで健康づくりに取り組んでいただく、介護予防に取り組んでいただく、検診を受診していただいてご自身の健康状態を知っていただくということが非常に重要だと記載しております。いろいろな専門職をいろいろな場に派遣して、そういったことのお手伝いをしたりして進めておりますので、このような中で、高齢者の方がご自身の健康について、ご自身で、先程構成員の方がおっしゃられたようにコントロールをして過ごされていくのは非常に大事なことだと思っておりますので、ぜひ、ご協力をお願いできればと思います。よろしくお願いいたします。

(代表)

構成員の最後の方に言われた言葉のところについて、このプランでのビジョンの中で、目標

が「目指そう活力ある 100 年」という言葉になっているのですが、健康づくりのプランの方は 3 万 6500 日と日数で、検討会の方では、3 万 6500 が何を意味しているのかよく分からないということで、そのあたりは統一しないと、市民からは分かりにくいかなと思います。言葉の使い方を少しご検討いただければと思います。

私の方からお願いですが、先程の現状のところ、やはり北九州だけではないのですが、高齢者の人口が増えていく、85 歳以上の人口が増えていく、支える生産年齢人口の問題。これだけの高齢化で、これから事業を行ううえでの予算に対する担保というか、そのあたりはどのように考えておられるのでしょうか。

(事務局)

現在のプラン案の中に、その辺りの財源的な問題提起は、現時点では記載しておりません。

ただ、代表からもお話がありましたように、高齢者が増えていきますので、お金がかかってくる点について、どう対応していくかというところは、重要な問題と考えています。どのような形で問題提起ができるかについて検討していきたいと考えております。

例えば、医療費や介護費以外にも、高齢者の方に敬老長寿補助金、敬老祝金だとか、そういったものを助成や支援を行っているのですけれども、とても活用して喜んでいただいている、地域のコミュニケーションや、地域コミュニティに使っていただいている一方で、該当する方がどんどん増えてきているという現状もございまして、今後のことを考えると、持続可能の面から課題はございます。

(構成員)

今の代表のお話を聞いて、自分が統計を見て一貫してずっと思っていることですが、おそらく予算は絶対確保できないと思っています。これは、現実的な話だと思います。それは多分皆さん周知の事実ではあると思います。何となく高齢者というと、あたかも生産年齢人口が減少しても今の財源が担保できるかのように見えます。それは支える側の視点は含まれていないというのが一つですね。

あと大きな問題として、今、社会で障害者の数も増えていきます。例えばですけど、世界は 100 人の村で例えたらという話が流行ったことがあると思うのですが、北九州市の市民を 100 名で例えたら、2040 年のころには 40 人ぐらいが高齢者です。1 人から 10 人ぐらいは、障害者になります。子供はまた 10 人とか、皆さん働かない人達ですね、要するに教育が必要な方たちが 10 人ぐらいから 20 人ぐらいの幅で、ここは出生率が反映するかちょっと何とも言えませんが、おそらく、10 人から 20 人ぐらいの幅になる。

この話でお分かりだと思うのですが、生産年齢人口って一体何人ですかという話になります。その人たちが 1 人当たり 3 人ぐらいを支えないといけないと思いますが、その中でも医療、福祉、介護、教育というところに働く従事者の人達を除くと、産業を支えないといけない人が一体何人になるのでしょうか。

こうするとですね、10人ぐらいで100人分の生活費を稼がないといけない。1人がめちゃくちゃ高生産な仕事をするようになるのですが、これは可能なのでしょうかという話を自治体にするわけではありませんが、多分世の中の的にこの議論されていないのです。

自分は、経済的なところでも産業界では不動産デベロッパーとか製造業の会社では、地場では事業取り締まりなどをしてはいますけれども、国際的に努力をして、変革が必要になっている状況で、民間も必死に生きています。財源を確保するとか、皆さんのための税金を納めたり必死になってはいますが、あの財源を、何か担保できるというのはおそらく嘘だということは、認識として正しいと思っています。担保がある前提じゃなく、これは非常に厳しいので、100年時代の中では高齢者の方は働かざるをえない状況になるというのが正直なところだと思います。

何かすごく良い言い方をしないとイケないところもあると思うのですが、自分としては、働かないといけない、皆さん頑張ってくださいみたいなのは嫌だと思って、「楽しく働くこと」は本当にできないのかと自分の会社で実験のようなことをしています。

自分の母親や、地域の方とか70代の方を雇用しているのですが、できそうだとは思っていて、生産性は良くないけれど、十分働けるというのは証明できています。このような状況などを改善する具体的な施策というか、何かないかなとずっと思っていますので、そこも含めて、高齢者が働かないといけないということを前提にして、どんな支援策をやっていくのかを少しお伺いしたいと思います。あと、2040年ぐらいの状況の話は、もう少し悲観的な方がよいのではないかと思っています。

(代表)

ありがとうございました。今のことで事務局の方から何かありますでしょうか。

(事務局)

今のお話、痛いところを突かれたと思っています。私は介護保険を担当していますが、社会保障では、全世代型社会保障というキーワードがよく報道されています。

その中では、社会保障について、各世代が必要な時に必要な給付を受けられるように、という話のほか、例えば介護保険で言うと、65歳以上の世代の中で、その能力に応じて応分に負担し合うという考えがあって、これはお金の面に限らず、その元気な高齢者が介護の必要な高齢者を支えて、人的な負担の面でも同じようになろうかと考えています。

介護人材を考えると、生産年齢人口が、働き手である15歳から65歳が減っていく中で、まだ65歳を超えても働ける限りは、社会の中で活躍して欲しいということがありますので、今、お金の面からの社会保障のあり方というのが議論されていますけど、同じ文脈の中で、皆さまが働けるということが望まれるのかなと、いうふうに考えております。

(事務局)

計画をちょっと補足させていただきます。

今、構成員が言われたようなことを、例えば、計画の冊子の方で見いただきますと9ページにあります。まず、高齢化率の上昇ということで、現状を示させていただいています。この中で85歳以上の高齢者が増加していることや、単身高齢世帯が伸びますよとか、それから11ページ見ていただくと、その中で生産年齢人口は減ってくるということで、それを10ページの表の中で、2015から2040年ということで、それぞれの人口案分がこういうふうに大きく変わってくるのだと目に見えるような形で我々としてはイメージさせていただいております。

その中で、12ページにあるように、高齢者の方は平均寿命も大切なのですけれども、健康寿命を伸ばしていく必要がある。そうすることによっても13ページ、給付費なんかは先程言いました介護保険とか、給付費が増加しているのです、この12ページの健康寿命はより重要になっていくということを書かせていただいたうえで、46ページで、分科会で議論いただいております、人生100年時代迎える中で、どうやってこの目標1中の上から6行目くらいに、「高齢者が人や地域とつながりながら社会参加を続け、そしてできるだけ「支える側」として生涯現役として活躍する」というような、我々としても計画の中の一つの大きな考え方として、生涯現役としたライフスタイルであるとか、就労の関りとかしっかり担っていきましょうという中身は計画上はさせていただいているところです。

(構成員)

例えば、今の話で言うと、生産年齢人口の話で書かれてある42万人で令和22年に2人とかですと(47:40)、その内訳が、高齢者といえば福祉で働いている人が増えていないとおかしいですよという話です。産業構造が変化しているということが、この統計ではわかりません。少なくとも10万人以上減っています。2015年から考えると。その10万に減っている内、障害者が実は増えて、福祉の割合が増えているってことは、財源は絶対少なくなりますというのが私の主張です。1人当たりの生産高が異常に上がらない限り難しいというのは自分のロジックで、少なくともは間違いないでしょうというのは、統計上多く出ない話だと思います。

そこに関して、財源がこれぐらい不足する可能性がありますとか、ただ今、2040年の話で出ているのは人口統計のみで、給付費の額と介護保険料はこのまま割合でずっと増えていくと一体幾らになるのかここには載っていません。これ単純計算がすぐ出ると思います。それって出せないのですかねというのが、自分が思っていることです。

そうやって数字を見ると、初めて皆さんも、私はもう支えられないのかもしれない、本当に1人でちゃんと健康を管理して、しかも社会参画し続けた方が、まちの為にも皆さんのためにも良いのではないかというふうに、高齢者の人が悪いとは全く思わないんですよ。

なぜならば、皆さんっていうか私の親もよく頑張っていて、凄いなと思うのです。明るく私も元気をもらえます。なんかそういう父さん母さんとか、周りのお年寄りの人たちがいてくれるまちの方が好きなので、そういう意味でも何かこう、その数字上良くなるのですが、

「一人一人いきいき暮らせば幸せな形がつかれるかもしれませんよ」というような、そういう希望を持てるような、作り込みにしてもよいのではと少し思っています。

現実をところどころ抜けている数字感っていうのは、うまくそういう実態を見なくていいように作られるように、ちょっと恣意性が見えるような感じがします。これは悪口ではなくて、そういうふうに感じましたということで、載せられるものは載せていいのではないかと感じています。

(事務局)

構成員がお話した中で、介護保険など、そういった費用は、別途、数字を作成していて、この冊子(次期高齢者計画)の一番最後に、介護保険の事業計画ということで入ることになっています。給付費用とか、人口の見込みというのは、そこで2040年までは2045年までは見えるような形にしています。

その頃の保険料額は、直接示さないのですが、どうしても行政では、こういった計画を3年ごとに見直す中で、超長期については、状況が変わります。

例えば、介護保険事業計画でも、3年ごとの予測が良い方向で外れています。例えば、介護給付費とか要介護認定者数というのは、ちょっとずつ下ブレする傾向にあります。

どういうことかと考えると、高齢者の中心が戦後生まれのリテラシーの高い方が入ってくることによって、健康に対する意識といったものが影響しているのか、と思います。当然、役所が行っている介護予防の取り組みが功を奏している場合もあるでしょう。どうしても行政計画であることから、あまり長期について明確なことを言いづらいということはお承知いただけたらと思っています。

(代表)

そのような若い支える側として考えた場合に、どういうふうに見えるのか、どういうふうにかこれから見せていけないといけないのかという意味では、とても刺激のある提案をいただいていたと思います。他構成員の方よろしいでしょうか。

(構成員)

就労の話からですけれど、別添の資料で一番上のところに高齢者の就労は書かれているのですが、私も高齢者施設で働かせてもらっていて、高齢者が働くこと自体すごく大事と思っています。

働くこと自体が介護予防になり、いつまでもいきいきと暮らしていけるというところで、うちも就労について考えていきたいと思っているのですけれども、受け入れ側の意識改革の行政側の働きかけが必要という声があるのですけれども、具体的にどういったところがあるのか教えていただきたいです。

(事務局)

就労関係のご質問について、今課題として挙げているのは、受け入れ側の意識改革というところなのですけれども、産業経済局や総務局が主として所管しており、企業に理解を求める啓発というところに入れていきます。実は北九州市の高齢者就業率は政令市で比べると、今17位と低い状況にあります。

今は、産業経済局がメインで、就業支援センターにハローワークとかで仕事マッチングとか、そういったところに力を入れていますが、保健福祉局としても、皆さんに、きちんと情報として取組んで流れるような仕組みとか、企業さんに理解いただくとかの面において、連携して取組んでいきたいと考えています。

(代表)

今の部分について私も、調整会議に入っていて、別添2の上の方の、分野別会議、調整会議で出ている話と思うのですけれども(55:16)、1回目の分野別会議のところで、私も長く北九州市の活動に参加させていただく中で、高齢者の方たちが地域の中で活躍する場が、ボランティアであるとか、社会貢献へちょっと偏りすぎているのではないかと。

やはり先程構成員がおっしゃった、働くということはもちろん経済的な収入も含めて、そういう場というのは、実際は中小企業や零細企業の中で北九州の技術力を持ってそういうところで仕事を続けていらっしゃる方たちもいらっしゃる中で、あまりそういうところが表に出てなくて、高齢者の方々に地域貢献をかなり求めているような事業の多いのではないかとということをお話しました。

そのところで、調整会議の中で、やはり他のところも見直されていて、高齢者の方々にはどんなことを続けてやりたいのかということが実現できるということ、どう道筋をつけていくのかという面での今のお話が出ています。

だから、市の中でも横断的につなげていかないといけないと思いますし、皆さんにお知らせしていく機会というのも増やさないと、そういう働き方があるのだということも見ていただきたいということで、この中に入れればと思います。

(構成員)

企業側の感覚でお話しますと、例えばある企業で70歳くらいの方一番年配の方でいらっしゃいます。また取締役で入っている方と、監査役もいらっしゃるけど、製造技術開発アドバイザーみたいな形で働いてくださっている方もいらっしゃいます。

確かに非常に活躍してくださっていて、社歴も長い会社なので、「昔のこれどうなっているの」と言われて、紙で昔の資料が残っていても、もう若い人が作成するのは不可能に近い状態と思うのですが、その方が生き字引みたいになっているから、生き字引そのものを残していた方が効率的で良いみたいな考えがあると思います。

それは製造の会社で、実際の技術的なところで多少活躍できる場所だと思いますが、製

造業が全体の25%ぐらいで、そこに経営者として残すとかアルバイトとして残すとか、具体的なことを産経の方と福祉の方で少し話されるといいのかなと思います。それからサービス業も多いです。

結局は、飲食や宿泊、福祉とか医療・福祉のサービス業です。人が稼働する事業。肉体労働があまりに多いのです。

我々はその分野で社会実験的に高齢者の方で実施していますが、やはり企業の受け入れ側のマインドみたいな話をされていましたが、これ意識醸成でどうにもなるみたいな問題ではなくて、ビジネスモデルを根本的に変えないといけなかったり、例えば、うちは単純労働の事業しかやらないようにしています。高齢者を雇用するためにあえてそうしているのですが、バナナジュースなんてバナナと牛乳を混ぜてというわけでバナナ切って誰でもつくれるのですよ。

あんこも機械が作ってくれます。あんこを焼く時の作業は多少技術はいりますけど、その他技術はほとんどいりません。レモネードもレモンのシロップ作って炭酸で割ったり、お湯で割るだけなので誰でもできます。宿泊の事業は、清掃と洗濯で回るので、家事労働ができれば十分回せる事業で構成しています。

ただ、これでやってみましょうと言っても付加価値はつかないので、付加価値をつけるために僕らがプランニングを一生懸命やったり、マーケティング力を入れています。それで買ってもらえるようにしてみました。

一方で、お客さんがたくさん来ると、高齢者の方で回していますので、若い人がやる生産性の半分ぐらいになるケースも当然出てきます。そうしたら今度は1人当たりの生産高が下がるじゃないですか。売り上げが落ちるとい話になるので、これを意識の改革で売り上げを上げてほしいとはらないですし、高齢者の方を雇用してもらう方が助かるので雇用してくださいと言われても、民間事業者から「我々としては、いやさすがに資本主義経済競争なので、やっぱり若い人を雇った方が、効率がいいのですよ」って言われると、どうしても高齢者の方を雇用できなくなるのですよね。

同じ時給 1,000 円払うなら、当然 3,000 円稼いでくれる人と、500 円しか稼いでくれない人とどちらがいいですかと。経営者からすると 3,000 円稼いでくれる方が雇いたいですね。ここが1つの壁だとずっと思っています。

我々が、何を社会的に目指そうとしているかという、生産性面を比較されないような事業体を作ろうと思っているのですが、飲食や宿泊の付加価値の限界が結構あるのです。単純に私がたくさん稼いで、赤字を穴埋めするという仕組みになってしまっているのです。私が健康だったら何とかなるような社会福祉が会社の中で行われるようになっていきます。

でも、それでもいいかなと思っているので、自分としては今やっていますが、これは企業の責任として、企業側の意識醸成でやってくださいって言われると、経営者の方がよっぽど聖人君子とか何かないといけないという話になってくるので、個人的には何か特区制度とか使って、雇用のグラデーションを作るっていうのはひとつあると思っています。

どういう意味かという、社会保険料や雇用制度など法律で守られているものって、本来65歳以下の人を適用するために作られていて、生産年齢人口の人たちの雇用条件を守るために作られています。

例えば、最低賃金にしても、就労日数にしてもそうですし、休日の取り方とか、普通の働く人たちに向けて作られる制度や法律だと思います。

これを、特区で規制緩和をすることはどういうことかという、高齢者の方は時給500円にします。例えばですよ、65歳以上、70歳の方だと時給500円で働けるようにしましょうとか、週2労働の社員を作ってみましょうとか、色々なバリエーションを出して、一気に労働条件が緩和されたら、雇用先としても福祉じゃなくても雇用しようって思う人が増えると思うのです。

何かそういう具体的な政策提言というか、法案みたいなものが、何か出るというなどは思っているのですが、そういったところも含めて、今後このプランでいいかどうかは別の話ですが、北九州市の中でそれができたら面白いのではないかなと思っているのと、法律の限界というのはすごく感じていて、同じ時給に並べてしまうと、どうしても同じ競争のテーブルに乗るので、そうすると就労支援とかがない限りは、普通のそこそこ元気な高齢者ぐらいたと、若者に負けてしまいます。単純に働きたいだけです、という話ならボランティアになりますが、それではやる気も出ないじゃないですか。

例えば、「時給500円でインセンティブをこれだけ出します、皆さん、頑張れば時給1000円になるかもしれません」という雇用形態なら頑張ってくれるかもしれないと、そういう何か面白い社会実験をしてみてもいいのではないかなと思いますし、日本全体としてはそうしないと多分回らないだろうと自分は思っているのですが、やはりそういう意味では先進的に北九州市がやってもみるのもあるのかなと思っています。

(代表)

今後の参考にさせていただきます。

まだ、御意見あるかとは思いますが、次の議題2の介護予防・活躍推進に関する分野施策1の「人や社会とつながり続け、役割をもって活躍できる機会の創出について」と、「生涯を通じた健康づくり・介護予防について」と、事務局からの説明を2つ続けてしていただきまして、皆さんの声をお願いしたいと思います。

(事務局)

議題(2)について事務局から説明

(代表)

それでは今の施策1と2につきましてご意見等いかがでしょうか。

(構成員)

初めて介護予防の実態を知ったので、北九州市がこんなに充実していたのだと、23万人の健康な方がいらっしゃるというのは本当にすごいことだと思う。

ただ自分は、KPI、健康の問題はない方が今割合として何%なのかというところが一番重要な指標だと思うので、目標1の「目指そう活力ある100年」の成果指標として、過去1年間に地域活動に参加したという割合が、一番最初に出てくる成果指標だと思うのですが、そこには何か健康な方の数と就業者数が良いのではないかと思います。

(代表)

ありがとうございます。それでは構成員何かありませんでしょうか。

(構成員)

私が所属する健康推進員の会では、各市民センターで活動しているわけですが、これらに参加されない方がおられるのですよ。そういう方をどうやって引き込むかいうようなことを今我々一番悩んでいるところです。そういった方々をどうやって引き込んでいくか。

もう決まった人しか来ないですからね、市民センターには。そういった形で、何とかその皆さんを引き込んでいける施策というか、我々が悩んでいるが解決できていない状態なので、もし皆様の力が意見をいただければ、どういうふうにしていかに皆さんに知っていただくか、活動を知っていただくか、どのようにして参加していただくか、皆さんのいいお知恵をお借りたいと思っています。

(代表)

そのあたり、活動についてどうようにお考えでしょうか。

(事務局)

無関心層というか、そういったことに興味がない方をどのように健康づくりに振り向かせるのかというのは随分長いこと大きな課題があると思っております。

健康づくりの方でも、そういった中で健康リテラシーの向上を図るための講演会であったり、今、市政だよりの方にも林英恵さんのコラムなどを載せたりなどの取組みをやっているところではあるのですが、市民センターの場に来なくても、アンケート調査なんかを見ると、ご自身でそういう場に行かなくても、健康づくりにウォーキングなどに取り組んでいる方もいらっしゃる。

ただ、社会との繋がり、地域との繋がり、人との交流というのが介護予防や認知症の進行緩やかにするというのは大きな意味があるところでございますので、地道ではありますが、そういったできるだけ多くの方がお越しいただけるような仕掛けについても皆さんの御意見伺いながら、私共も考えて参りたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願い致します。

(代表)

他に構成員いかがでしょうか。地域の中でなかなかそういうところに参加されないことについて。

(構成員)

声掛けが大事じゃないかと思います。これは高齢者が多すぎてですね、やはり助け合いというか、皆さんと助け合って声掛け、今のところはそれが一番大事だと思いますよ。

皆さんそれで頑張っているんですけども、通いの場に行く人は決まっています。もう行かない人はほとんど行かないですね。それは声を掛けても行きません。

(構成員)

いつも思うのですが、自分も仕事していなかったら外出しないのですよ。一見社交的に見られるのですが、非常にインドアでして、1人の時は本読むか、家で何か資料とか、考え事をしていたりとか、統計を見たりとか、すごい陰キャな生活をしております。

あとは僕、高齢者になった時にそういう声掛けされるのはちょっと恐怖だと思って。今でもマンションに友達がいないのでどうしたらいいのだろうと思っています。

ただ僕も好きなことは興味関心があるし、社会の役に立ちたいと思うので、何か役割が与えられれば、当然外に出るかなと思います。今の話を聞いても、KPI としては、仕事をしている人、社会参画している人が多い方が良いと思います。

今日この場で出会えた皆さんも、この時間が仕事じゃなかったら違うところにいらっやいますよね。こういう会議があるということで集まったはずなので、何か義務化された方がやる気が出る。人間は怠惰な生き物なので、基本的には朝起きてやる気が出ないところを、やはり志望提起みたいなものがあると違います。もう働いていなかったら毎日家から出なくなっちゃうくらい面倒くさがりなので、逆に言うと本当に素晴らしい活動されているなと思いました。

皆さんに声掛けして市民センターに来てもらって、みんなで健康づくりをしようと言ってくれる人がそんなにいらっやるのは非常にいいことだと思うのですが、多様な趣味に合わせた活動で、普通の会報とか、普通に遊びに行く用事でもよいと思います。何かそういう外に出るきっかけとしては、やはり義務化されている方が出やすいので、働いている方がよいのかなというのをシンプルに思ったという話です。以上です。

(副代表)

生涯を通じた健康づくりというところで、要はやっぱりフレイル予防とう形になると思うのですが、フレイルというのは皆さんご存知のように、加齢とともに心身が衰えるのをいうのですが、これに早く気づいて早く支援することで健康な状態にある程度戻せます。だから健康予防のフレイル予防のために、先ほど言われたように三つの柱ですね。

まずは栄養。栄養は食と口腔ケア。

それから身体活動。これは運動と社会活動があります。

あと社会参加ですね。人との繋がりというのが一番重要と思うのです。

これを結局、いかにこの三つの柱を三位一体で底上げできるかっていうのが一番大きな鍵だと思います。

その場合に、やはり高齢者の方に、自分がプレフレイルの状態なのかフレイルの状態なのかを気づいていただかないといけないので、その辺のところではいかにその高齢者個々に意識変容であるとか、行動変容というものを持っていただけるかというところに、力を入れていかなきゃいけないと思いますし、社会参加にしても、その地域との繋がりも人との繋がりがあるので、これに関しても、このコロナにおいて地域活動というか生活地域活動を元のコロナ前の状態に単に戻せばそれでいいのか、ということも考えないといけないと思うのですね。

やはりウイズコロナとか、ポストコロナを見据えた地域の今後の新たな地域像というものを考えて、その辺で取り組んでいかないと、単に以前の状態に戻せばそれでOKというわけじゃないということを私たちも注意していかないといけないと思っています。

(代表)

ありがとうございました。

それでは、全員の方の御発言を聞けなくて申し訳ないのですけれども、終了時刻が迫っておりますので意見交換を終了させていただきます。まだ本日御発言がなかった方々対しては、事務局の方から意見をお伺いするという形を御説明いただきますので今日は会を閉じさせていただきます。ありがとうございました。