

# 平成27年度第4回 区政モニター会議 会議録（要旨）

平成27年12月7日（月）

（昼の部）午後2時～午後3時55分

区役所別館6階A会議室

- 1 広報課長あいさつ
- 2 高齢者福祉課長、介護保険課長あいさつ
- 3 テーマ「中央区の高齢者施策について」
  - （1）健康寿命の延伸を図りたい
  - （2）中央区地域見守りネットワークの強化を図りたい

## 1 健康寿命の延伸を図りたい

国の統計によれば、日本の高齢者の平均寿命と健康寿命（健康上の問題がなく日常生活を送れる期間）の差が女性で約12歳、男性で約9歳となっています。この間は何らかの介護が必要になってきます。この差を縮めできるだけ元気で長生きしていただくため、区で開催している体操教室や運動施設など健康づくりの情報や、体力維持につながる社会参加の情報、介護予防の知識を載せた「お役立ちガイドブック」を高齢者のいる全世帯に配布しているところです。今後の参考として、皆さんがどのような健康づくりに取り組んでおられ、また社会参加活動等に参加されているかをお聞かせください。その他、ご意見があれば、それもお聞かせください。

質問 中央区の高齢者の比率は他区と比べて高いのか。

高齢者福祉課長 高齢者の人口割合は23区の中では一番低い区になる。

意見 いろいろな施設やサービスがあり、ガイドブックの作成は良いと思う。

意見 日常の散歩においても、ガイドブックを使ってスタンプラリーのようにスタンプを集めたら、何か特典をもらえるという仕組みをつくれればいろいろな施設を知ってもらえるようになるのではないかと。

意見 ほぼ毎日、永代橋から両国橋を散歩しているが、中央区では高齢者クラブが中心になって川辺の花壇の世話をしてくださっているので、一年中そこを散歩するのが楽しい。

意見 近くの勝どき敬老館のスポーツ関係の講座利用者が毎日先着20名となっているので、早く行ける近所の方は毎日利用できるが、利用したくても、なかなか利用できない人も多い。公平に利用できる環境を整備してもらいたい。

意見 退職後水泳のレッスンを受け楽しみになったので、今でも週1回は水泳に行っている。ただ、周りは子どもや母親たちが多く、高齢者の方はまず見かけない。高齢者もゆっくり泳げる施設や時間帯があればいいかなと思う。

意見 関西の大学出身で、同窓会組織が東京にもあり、いろいろなサークル活動

をしているので、そこに参加している。みんな、関東のことは自分の周りの地域しか知らないので、有志が自分の地域の案内をするといって小旅行を企画してくれたりして、楽しくやっている。

意見 私は、子育て中なので子育てのため自然に規則正しい生活なり、子どもを連れて区の施設なども利用するようになった。

意見 説明や資料を拝見して、若いころから趣味や生きがいを持ち、健康な生活を送ることの大切さがよくわかった。中央区はスポーツ施設や文化施設が充実していると感じた。

意見 元同僚など、私の周りの高齢者を見ると、大酒飲みと喫煙者は早死にしている。元気でいられるコツとしては、歩く運動をすることだと思っている。1日1万歩、最低4千～5千歩は歩いている。そのほか、食べ物も大切だ。区には、これらの啓蒙にもっと取り組んでほしい。

意見 夫婦で、いろいろとまちを見たりしながら歩いている。また、よく食べる。それが健康法なのかもしれない。とにかく歩くことが大切だと思う。

意見 私は昔、とても太っていたが、1日15分の体操を習慣づけただけで、見る見る痩せて、今のように細い体形になった。元気なうちから健康づくりに取り組まないといけないと思う。

意見 中央区は健康寿命を延伸させるための取り組みや施設が充実していると思った。情報が得られる人は施設を活用できると思うが、高齢になると情報が得られるかわからない。子育てが一段落した世代は、高齢者を支援する側にならなければならないなと思った。

意見 高齢者が立ち上げたケーキ屋さんで大繁盛したケースがある。高齢者が資金を生み出すことは生きがいにもなる。そうすれば、そこで得た資金をもとに、ほかの新たな活動を支えることができるようになるかもしれない。成功事例を取り入れてもらいたい。

意見 子ども向けのクリスマスコンサートはよく見かけるが、高齢者向けのものもあっていいと思う。

意見 我孫子市には、市が運営する長寿大学というものがある。そこでは、区に行っている講座よりも、もう少し大学のようなものである。私の母がそこに在学していたが、在学中は「今度、私は大学2年生になるわ」と言い、卒業後も同窓会に行き、とても生き生きとしている。このような他自治体の成功事例も参考にしていけば、中央区の健康寿命延伸対策ももっと充実したものになり、高齢者が輝く区になるだろう。

質問 区は寝たきり老人の人数は把握しているか。

介護保険課長 介護認定を受けた方の中ではわかるが、そうでない方の把握はできていない。

意見 寝たきり老人の介護は本当に大変だ。だからといって、簡単に特別養護老人ホームには入れない。せめて長期療養型の病院を区に増やしてほしい。

介護保険課長 現在、中央区には介護療養型医療施設は山村病院しかない。国が介護療養型医療施設について制度の見直しを行っている最中であり、制度改正後でないと、どこも新たに参入するのは難しい状況だ。

意見 檜原村で、畑仕事をしたり自然とふれあいながら生活を送ることができる施設ができないものか。

意見 中央区に住んでいる人は都市型の生活が好きだから住んでいるのであって、そういう田園型の生活に興味があるかは疑問だ。

意見 特別養護老人ホームへの入居の際、同じ介護度であれば区在住年数も考慮してほしい。今は10年以上の方を優先するとなっているようだが、例えば介護度3で入所を待っているところに介護度4の方が申し込まれてきたら、その方が優先されるのか。

介護保険課長 おっしゃるとおり、現在は長期在住者には加点している。ちなみに平成25年度から順次、特別養護老人ホームのベッド数を84名分増床し、現在、申込者も約300名から約270名と若干減っている状況である。

また入所順位は各施設で半年間は固定されるので、介護度の高い方が申請してきても、その方がその日から優先されることはない。半年ごとに区で各施設の入所順位が正しくつけられているかの確認を行うので、そのタイミングで入所順位を見直している。

## 2 中央区地域見守りネットワークの強化を図りたい

中央区にはひとり暮らしの高齢者が多くいらっしゃいます。このような高齢者を見守るため、京橋、日本橋、月島の各地域に設置したおとしより相談センターを中心に、警察・消防や、地域の皆様には地域見守り活動団体として地域見守りネットワークをつくり、活動をしています。最近では宅配事業者や水道局と協力して、普段の業務で気になる高齢者の方がいたら区にご連絡をいただくといった協定などを行っています。行政、区民、民間事業者によって、高齢者を見守る網の目を少しでも細かくしていく取り組みをしています。区民の皆様は、いきなり、地域見守り活動団体をつくっていただくことは難しいと思います。まずは、地域の中でお互いに顔が見える関係づくりで知り合いになり、ご近所の高齢者の方のことが心配だから見守りたいという気持ちが自然に湧いてくるものと考えています。皆様方が、地域で顔が見える関係づくりに何か取り組まれていることやヒントがあればご教示いただきたいと思います。

意見 地区の民生委員の方も忙しくて、なかなか高齢者宅を頻繁には訪問ができないので、私の地元の町会では、ふれあい福祉委員会を設けて、1カ月おきに町内の高齢者を招いて、いろいろなサービスをしたり、婦人部の方が高齢者宅を訪問し、民生委員のお仕事を手伝っている。こういう町会活動はすばらしいなと思う。

- 意見 私は近所のいきいき館に週3回ほど通っていて、そこの職員は親身になって接してくれる。周りの高齢者にも行くように勧めているが、人間関係がわずらわしいのか、なかなか利用してもらえない。
- 意見 子どもがいるので、子育て支援活動に参加しているが、そこで思うのは、お互いに顔が見える関係づくりといっても、日ごろの地域活動を積み重ねて長い時間をかけてこのような関係を築いていくしかないと思う。つながりたいとき、助けが必要なきにつながることのできる関係そういう緩い関係が理想かもしれないという意見を聞く。
- 意見 私はまだ若い世代なので、見守り活動に対して高齢者の方がどんなニーズを持っているか、期待されているのかがよくわからない。
- 意見 高齢者を見守る団体の活動があまり知られていないので、メールで広報すれば何かやりたいと思っている人も多いと思う。
- 意見 地域の行事、盆踊りやもちつき大会などにいかに参加を促していくかがポイントではないかと思う。戸建てに住んでいる高齢者のことは町会でも把握できるが、マンションに住んでいる方はなかなか地域の日も届きにくい。町会の行事になるべく参加していただき、地元の顔見知りになることが必要だ。サークル活動に参加することも有効だと思うがなかなか入りにくい。区には、もっと高齢者クラブなどPRしてほしい。
- 意見 私が中央区に転入してきた際、友達をつくるにはどうしたらいいかとシニアセンターで伺ったら、何かの養成コースを受講したらいいのではと聞いて、読み聞かせ養成コースに入った。おかげでたくさんの人と知り合えて、今は詩の朗読や紙芝居などを機会があれば行っている。
- 意見 緩いつながりを求める人も仲間が多いほうが良いという人もいると思う。両方に対応できるよう気軽に参加できる場所が多くできるといいなと思った。
- 広報課長 2年前の区政世論調査で、マンション内に知っている人の少ない方が多いとの調査結果があった。お子さんがいれば顔見知りになるきっかけは十分あるだろうが、お子さんもなく、高齢になってから中央区のマンションに転居した方は孤立しがちになってしまう。区の給食サービスやごみの個別回収サービスなど、何らかのサービスを利用している方は、そこを通じて見守りもできるが、何もサービスを利用していない方の見守りが難しく、区としても頭を悩ませている。
- 意見 マンションの郵便受けを見ても、名前を書いていないお宅が多く、だれが住んでいるかわからない。個人情報を外に知られるのを極端に嫌がる人が多いのかもしれない。私も20年近く、今のマンションに住んでいるが、隣の方しかわからない。ほかは顔を覚えているが、名前は知らない。
- 意見 マンションに住むひとり暮らしの方が相当多いと思う。マンション住まいの高齢者の方の見守りは真剣に検討すべき課題だと思う。

広報課長 若いうち、あるいは年をとられても元気なうちは見守り活動に対する期待、ニーズはなかなか理解できないと思うし、そういうものもないのかもしれない。しかし、いざ寝込んだりしたら、そのときにはもう声を上げるのが難しくなるかもしれない。やはり日ごろから積極的に、地域とのつながりを持っておくことが必要だと思う。

意見 私はマンションのエレベーターでは、同乗者にはなるべく声がけをしている。そうやって顔見知りになっていくしかないかなと思う。

意見 自主防災活動がマンションでも行われているが、そこで使われている「無事ですカード」みたいなものを日常の見守りにも使えないかなと思う。

広報課長 区では、災害時に特に支援が必要な高齢者や障害者等の名簿を作成しているが、平常時からご自分の情報を防災区民組織等の支援者に渡すことを同意しない方も多い。

介護保険課長 高齢者の中には緩やかな関係を求める人もいるし、濃密な関係を求める人もいて、そこはさまざまで、それゆえ対応が難しい。区としては、そういった視点だけではなく、例えば宅配業者のように日常業務として高齢者宅を訪ねるところと連携して、何か工夫ができないかと考えている。

意見 高齢者の方を見てちょっと心配だなと思っても、民生委員の方も知らないし、どこに連絡をとればいいかわからない。

介護保険課長 とにかくそのような場合、一人で悩まずおとしより相談センターや町会、民生委員、そのほか話しやすいところに連絡を入れてほしい。

— 了 —