

豊かな老後を目指して 子育て支援を

群馬大学大学院 保健学研究科 山口 晴保

高齢者が住み慣れた地域の中で生き生きと暮らし続けられる社会システムをめざした「地域包括ケア」の4回目（最後）は、老後への覚悟と子育て支援がテーマです。

NHKスペシャルで「長寿という悪夢：老後破産」という番組がありました。日本の長寿社会は、家制度（子孫）で高齢者を支えることが前提となっているので、低い年金額（生活をまかなうには不十分な額）に設定されてきました。しかし、家制度が崩壊し、高齢者が自立して生きていかなければならなくなる一方で、年金受給者数の著しい増加もあって年金額は引き下げられ、高齢者の経済的自立生活はますます苦しくなっています。高齢独居世帯では、健康があつてこそ生活が成り立つ状況です。長寿がよいことと推奨し続けた結果、85歳以上の日本女性の約9割が「おひとりさま」です。そして、月額7万円に満たない年金、これでは生活保護費以下です。その中から光熱費、医療費や介護保険料などを支払い、家賃まで払うとほとんど手元に残らない……。この、わずかな年金で細々と生活している高齢者がたくさんいます。そして預金を取り崩していき、いよいよ破産になります。その後、生活保護を受給できれば少しリッチになるというわけで、生活保護受給者の増加も国全体の社会保障費増大に拍車をかけています。



今度は、子育ての話題です。①保育園を建設しようとしたら、近くの家から「子供の声がうるさい」と反対され、屋外の遊び場を作れずに計画変更した例、②小学校の通学路を指定したら、「子供の声がうるさいからうちの近くは通らないでくれ」と苦情を呈した例、いずれも高齢者の声です。この人たちは、いつまでも自分が元気で他人の世話などにはならないという妄想を抱いているのでしょうか。しかし、95歳以上の日本人の8割は介護が必要な状態（介護認定を受けている）です。また、8割が認知症になっています。それが現実です。長生きしていれば、いずれはデイサービスの送迎車やホームヘルパーの車が家にやってくるようになります。クレームをつける高齢者は、その騒音や事故のリスクは少しも考えないのでしょうかね。このような個人主義がはびこり、かつては自分自身が大声で通学したり、自分

の子供たちが通園・通学したことを忘れてしまったのでしょう。地域全体で子育てするという姿勢が必要です。そうしてこそ、安心して暮らせる街になるはずですよ。

地域包括ケアの実現には、高齢者自身が自分の健康は自分で守るという気概と、いずれは他人の世話になる、だからお互いさま、元気なうちは他人の役に立とうという心構えが大切です。さらに、ボランティアなどとして、元気に活躍できれば申し分ないです。前橋市では、介護予防サポーター（ボランティア制度）として、たくさん的高齢者が活躍しています。他人の役に立つだけでなく、自身の介護予防にも役立ちます。人の脳には利他行為（他人への親切）で喜びを感じる報酬系があります。他人の役に立つことは、脳にとってのご褒美で、喜びが生まれ、やる気が出ます。お金をもらうことも報酬ですが、人の役に立つほうが、より大きな喜びを得られ、自尊心が高まり、生き甲斐が生まれます。これからの世の中、子育て支援が最も大切です。2050年には高齢者が人口の4割、子供が1割と、高齢者が子供の4倍にもなるのです。このまま労働世代の減少に加えて少子高齢化が進むと、国家財政が破たんします。高齢者の自立と子育て支援こそが国を守る方策です。

自分の持てる能力を発揮して、元気に脳と体を動かし、介護予防に気を配り、自らボランティアをできない方も、せめて子供の声を楽しむくらい心のゆとりを持ってほしいと思います。日本人は虫の鳴き声を騒音と感じるのではなく、心にしみるよい音色だと感じる豊かな感性を持っているはずですよ。いつの間にか、田んぼのカエルの鳴き声やコオロギの鳴き声が消え、子供の声を騒音と感じるようになってしまった日本人の感性を、とても悲しく思います。

騒音も
右脳に響く
心地よさ



やまぐち はるやす
山口 晴保



群馬大学大学院保健学研究科・教授

1976年に群馬大学医学部を卒業後、群馬大学大学院博士課程修了（医学博士）。専門はアルツハイマー病の神経病理学やリハビリテーション医学（日本リハビリテーション医学会専門医）。アルツハイマー病の病態解明を目指して、脳βアミロイド沈着機序をテーマに28年にわたって研究を続けてきた。また、認知症の進行を防ぐ脳活性化リハビリテーションにも取り組んでいる。これらの研究成果を集成し、2005年に『認知症の正しい理解と包括的医療・ケアのポイント一快一徹！脳活性化リハビリテーションで進行を防ごう』（協同医書出版社）を出版した。一方、群馬県地域リハビリテーション協議会委員長として群馬県の地域リハビリテーション連携システム作りに力を注ぎ、2006年から「介護予防サポーター」の育成を進めてきた。また、くまみ認知症アカデミーの代表幹事として、群馬県内の認知症ケア研究の向上に尽力している。日本認知症学会副理事長、日本老年精神医学会評議員、日本認知症ケア学会評議員、第27回日本認知症学会学術集会（2008.10、前橋）会長。