

「健康」「福祉」活動を通じて、まちづくりを応援したい

だいこう

大光 テイ子さん（洋野町）66歳

輝
く
シ
ニ
ア

今年4月、福祉関係の仲間とともにNPO法人エンパワメント輝きを設立した洋野町の大光テイ子さん。保健師の資格を生かし、ひきこもりの人や認知症の人のほか、生活困窮者、障がい者、公的支援のはざまにいる人など、幅広い分野の支援に対応し、地域福祉の向上を目指し活動しています。

同法人は、保健師、看護師、栄養士など福祉関係の有志11名体制。会員の半数は定年退職者で、現役時代に培った知識や経験のほか、幅広い人脈などを地域の支援につなげています。「発達障害や病気など、医療や福祉の視点での見極めが必要で、そのためには経験や知識が必要となります」と語る大光さん。町からは業務の委託を受け、ひきこもりの人への戸別訪問のほか、サロンを通じた介護予防講座なども開催し、町と連携した「健康」「福祉」のまちづくりに対応しています。

行政と地域の橋渡しとして

町が行ったひきこもりの実態調査では46人を把握。発達障害、対人関係、病気など原因は様々で、どれか一つが原因とは限らず、複合的に問題を抱えているケースもあります。これまでに約半数は仕事や治療を開始したり、公的制度の支援を受けられるようになりましたが、複雑な事情を抱え、問題解決に至らないこともあります。「家族も含めて支援が必要なことや公的支援制度のはざまにいる人への対応など、民間からのアプローチも必要と考えています。そのような意味で地域と行政の橋渡しとなっていきたい」と大光さんは話します。



出身は軽米町。昭和49年に旧種市町役場に入職。保健センター、在宅介護支援センターなどを経て、洋野町地域包括支援センター所長、洋野町健康増進課長を務めました。その後、非常勤職員として今年3月まで勤務し、4月に在職中の仲間らとNPO法人を立ち上げました。

法人の名称の意味

法人の名称について、『年だからもう動けない、できない』ではなく、『まだまだやれる、やれることがある、もう一度輝いてほしい』という意味を込めた」と話す大光さん。「年代を問わず輝き、活力ある地域を目指し、健康、福祉を通じたまちづくりを応援していきたい」と今後の活動に意欲を示しています。

政府は 6 月に、平成 30 年版高齢社会白書を公表しました。65 歳以上の人口は、3,515 万人、高齢化率は 27.7%となりました。また、本県の高齢者人口は 40 万人、高齢化率は 31.9%となっています。

今年の白書では、高齢者の健康、日常生活や就業との関わりに関する調査結果が掲載されています。

1 現在の主観的な健康状態

現在の主観的な健康状態は「良い」「まあ良い」と回答した人は 52.3%。一方、「良くない」「あまり良くない」は 18.1%でした。

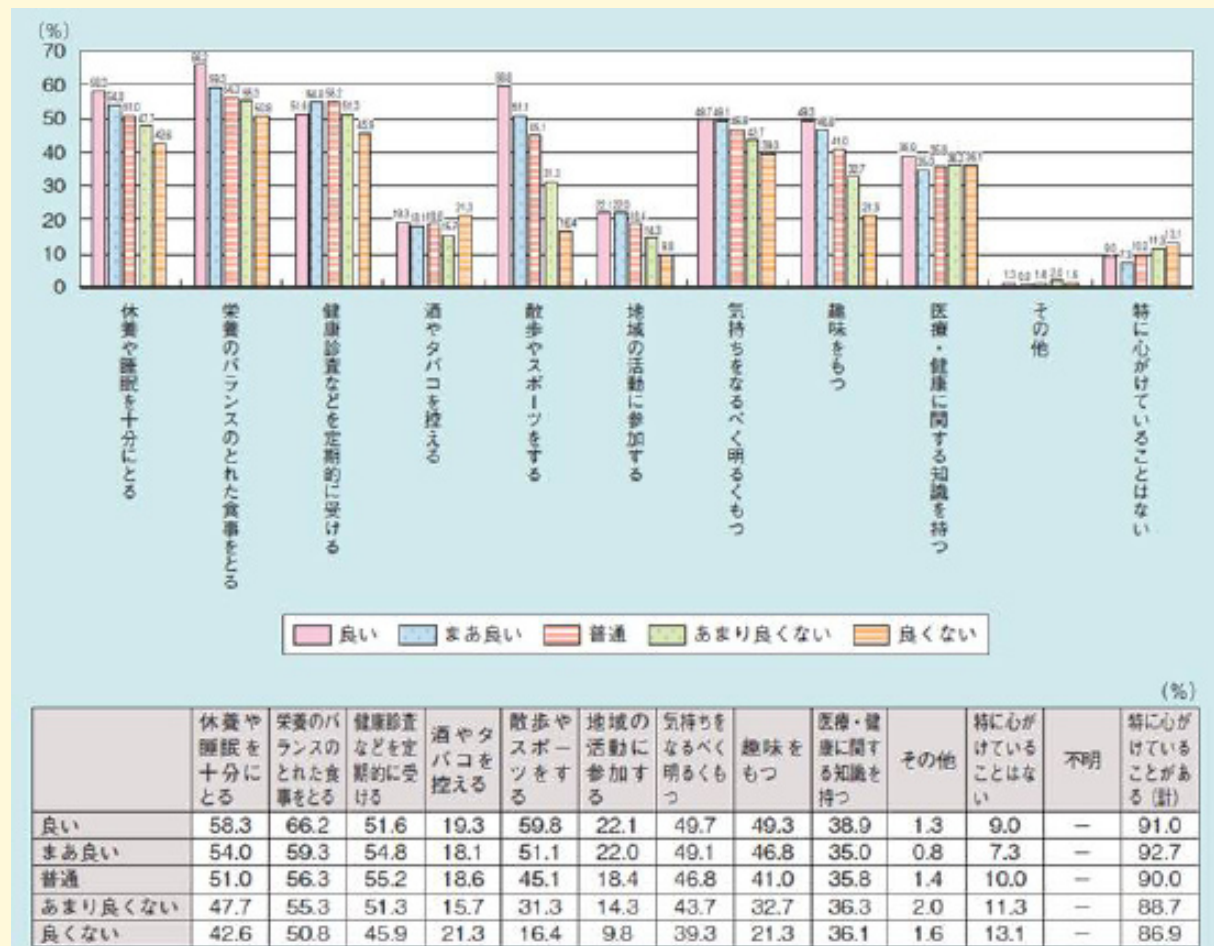
日頃心がけている健康活動（下図参照）でみると、健康状態が「良い」人は、「特に心がけていることがある」91.0%と、「良くない」人の 86.9%より約 4 ポイント高く、ほとんどの項目で「良い」が「良くない」と比べ高くなっています。「散歩やスポーツをする」では、「良い」59.8%に対し、「良くない」16.4%と、約 43 ポイントの差があります。

2 社会的な活動への参加の有無

社会的な活動への参加の有無を主観的な健康状態別にみると、健康状態が「良い」「まあ良い」「ふつう」とする人では、いずれも 3 割以上が社会的な活動に参加していましたが、「あまり良くない」では 20.3%、「良くない」では 11.5%と、低めの傾向が見られました。

調査結果を踏まえ、「健康状態が良いから日常生活において活発」なのか、それとも、「日常生活において活発であるから健康状態の自認が良い」のかは判断できないとしていますが、少なくとも主観的な健康状態が「良くない」人は、外出頻度、会話頻度、社会的活動への参加のいずれも低めの結果であることから、健康自認が「良くない」人が日常生活において不活発になり、ますます健康自認が下がるという悪循環が生じることのないよう、健康自認が「良くない」層の特性や実態を踏まえて対策を講じることが有益としています。

日頃心がけている健康活動（複数回答）（主観的な健康状態別）



資料：内閣府「高齢者の健康に関する調査」（平成 29 年度）※調査対象は全国の 55 歳以上の男女個人（施設入所は除く）

安比高原ご近所支え合いの会（八幡平市） 川島 佐知子会長 会員4名

安比高原に居住する人や訪れる人たちの高齢化が進み、安比高原を離れていく傾向にあることから、「ご近所で支え合う」新しいコミュニティづくりを目的として、平成26年に設立。安比高原エリアにおいて、講習会、スポーツ・文化交流、サロン活動などを開催することを通じて、安比を愛する人々や高齢者が、住み慣れた安比高原で楽しく健康に過ごすための地域づくりを目指し活動しています。



外来植物を駆除し、在来植物を守る会（盛岡市） 安原 昌佑会長 会員24名

中津川河川敷の環境保護と在来植物の保護を目的として、平成14年に設立。近年、河川敷を中心にオオハンゴウソウなどの外来植物が繁茂し、日本タンポポや勿忘草等の在来植物が減少していることから、在来植物が生育しやすい環境を整備するために除草、植樹などを行っています。また、会員の多くが高齢者で、高齢者の仲間づくり、健康増進にもつながっています。環境整備は、地元の子どもらと一緒にやるほか、環境をテーマとした講演会も開催しています。



地域おこし歴史懇話会（一関市） 鈴木 幸彦会長 会員17名

岩手県南地方に豊富に遺されている古文書の調査・整理・保存を講ずるとともに、地域の歴史や文化を研究する機運を醸成し、地域おこしに寄与することを目的として平成20年に設立。専門研究者の最新の研究成果を学ぶ歴史講演会や学習会を開催するほか、郷土の歴史や文化を伝承しようと地域住民や高校生のボランティアとともに古文書の解読や史料の整理、保存作業などを行っています。



（ここで紹介したすべての団体では、事業の一部に、公益財団法人いきいき岩手支援財団の「ご近所支え合い活動助成金」が活用されています。）

県内の大学OBや元製造業出身者らで結成した「いわてシニアの会」（小野寺融会長、平成29年1月結成、会員23名）は、若者の地元就職への促進などを目的とした講演会を月1回開催しています。会場は、岩手大学理工学部敷地内の一祐会館のほか、盛岡市・プラザおでってなど。毎回の講演会には県内企業2、3社を招き、会社説明の他、学生との意見交換の場も設定。小野寺会長は、「学生たちは、岩手で学んでいるので、岩手に定着し、ここで活躍してほしい。我々が現役時代に培った人脈、経験、知識が、人口減少対策の一助となれば」と期待を寄せます。

若者の定住、企業への支援

同会は、定年退職者の仲間づくり、居場所づくりを目的に、岩手大学理工学部名誉教授の清水健司氏が呼び掛けたことがきっかけで結成。定年後の生き方などについて、話し合いを重ねる中で、「自分たちの知識や経験を地元のために生かせるのではないだろうか。地元への恩返しになるし、生きがいにもつながるのでは」という話になり、事業の計画に至りました。

講演会は29年5月からスタート。1年間で20社ほどの企業を招き、各回100名程度の人に参加。講演では、県内の製造業関係者が業務内容を紹介



小野寺融会長（左）と志田満事務局長

するほか、ものづくりの現場の様子を伝えています。この講演会は30年度も引き続き開催する予定です。

また、同会では、岩手大学・一祐会館に会員が常駐し、定住・移住等の相談窓口も設けています（火曜から金曜の13時から15時まで）。その他、事業や人材育成など、企業が抱える課題にも相談に応じています。

新たな事業への意欲

「結成から1年の間に、徐々に会員が増えてきている。会員同士でもまだ顔を知らない人もいるため、情報交換の機会をつくりたい」と話す小野寺会長。会員同士の交流の場を増やし、次の新たな事業を生み出すきっかけにもしたいとしています。「様々な分野で活躍し、経験、知識が豊富なシニアがもっと増えれば、楽しみも今以上に広がる。自分たちの生きがいとともに、地域の活性化につながるよう、チャレンジしていきたい」と今後の活動に情熱を傾けています。

いわてシニアの会のホームページアドレス

<http://www.fukura.ne.jp/~i-senior/>

（この事業の一部に、公益財団法人いきいき岩手支援財団の「ご近所支え合い活動助成金」が活用されています。）



企業を招いた講演会の様子（岩手大学・一祐会館）

岩手県高齢者社会貢献活動サポートセンターは、特定非営利活動法人いわての保健福祉支援研究会が岩手県から委託を受けて運営しています。

〒020-0871 岩手県盛岡市中ノ橋通2-4-16 やまのえんビル1階 tel 019-604-8862 URL <http://www.hfk.or.jp/>