

超高齢社会ゆったりと

地域で暮らし続けるためには

日本は高齢化が急速に進み、世界に類例のない超高齢社会を迎えた。さまざまな問題があるが、住み慣れた環境での生活を望む人は多い。ノンフィクション作家の沖藤典子さん(74)と、高齢者の支援事業などに取り組む札幌のNPO法人シーズネット副理事長の奥田龍人さん(61)に「高齢者が地域で暮らし続けられるためには」のテーマで語ってもらった。



沖藤 一人暮らし中心 奥田 なるべく在宅で

■最期わが家で

沖藤 私は、最期までわが家で暮らしたい。わが家というのは住み慣れた居心地の良い空間で、人によって持ち家であったり、高齢者住宅であるわけだ。これからは一人暮らしの「お一人さま」や「老老二人さま」の世帯が増えるだろうから、そういう人たちにとりて在宅サービスを提供する必要がある。増える在宅サービス付き高齢者向け住宅の場合、北海道は札幌に多い。市町村では札幌がトップです。登録戸数は全国で10万戸ほどあり、国は約60万戸まで増やそうとしています。北海道でなせ多いのかと聞かれますが、積雪寒冷地でありながら同居率が11%(10年)と低いなどのためでは、と語っています。

沖藤 サービス付き住宅のメリットは安否確認や生活相談ですが、安否確認が完全でない所もあるようです。奥田 有料老人ホームの話ですが、茨城県では昨年、入居者が亡くなってから数日後に発見されました。沖藤 緊急連絡がすぐにつながらなかったという話を聞いたことがありません。

奥田 私は、安心を百パーセント確保することに心配な向きもあります。利用者はよく調べることがありますね。奥田 サービス付き住宅にはいろいろな業者が参入しています。この頃は医療や介護と連携したところが多くなってきたが、そうしたノウハウがあまりない業者もいます。沖藤 落ち着き先が安定しない「漂流老人」になるのは、とんでもない話です。引き受けた施設は最期まで責任を持つてほしい。そのために公的な監視の目が必要ですね。

奥田 私どもは住宅の契約内容や安否確認・相談サービスなどを評価したり、相談員の養成研修も行っています。沖藤 住み慣れた環境の中にサービス付き住宅のようなものができ、行き慣れたスーパーに行く生活をしながら介護サービスにも安心がある、というのが私のイメージする安心の尺度です。

■支え合いとは

沖藤 お一人さまの女性が、今、親類のいる他県に移るかかと相談されています。子供がおらず、入院時の保証人を考えてのことなんです。奥田 賃貸住宅に入る時など保証人で悩む人は多い。最期までの暮らしを支えるため、名古屋や東京の団体は有料で病院や賃貸住宅に入る際の身元の引き受けや手術の立ち会い、葬送に関する支援などをやっている。札幌にもそういう所ができてきました。

沖藤 互助は自発的に

奥田 安心の仕組みを

沖藤 お一人さまが増えた時に悩ましい問題です。京都の市民グループが一人暮らしの女性を支えていて、入院先の病院に病状を聞きに行った。奥田 ある民生委員がいつ

もない人が入院した際、保証人になったケアマネジャーもいました。沖藤 お一人さまが増えた時に悩ましい問題です。京都の市民グループが一人暮らしの女性を支えていて、入院先の病院に病状を聞きに行った。奥田 ある民生委員がいつ

も訪ねる家の高齢者がいないので、ケアマネジャーに聞いて「個人情報なので教えられない」と言われたそうです。その逆もあります。両者は本来、情報をやりとりして連携しないといけないはず。沖藤 行き届いた生活支援はなかなか難しいですね。奥田 入院中は介護保険のヘルパーサービスは使えないが、郵便物を家から持ってきてほしいとか、お金を下ろしてほしいといったことができて、住み慣れた生活が保たれる仕組みが必要です。高齢者の住宅相談で多いのは、退院後に自宅で暮らせないということ。ナースコールがある病院が安心といえます。

沖藤 昨年から介護保険の定期巡回・随時対応サービスが始まり、緊急コールを押すなどすればヘルパーが駆けつけます。医師や看護師、理学療法士のチームによる連携した仕組みも大切。奥田 このサービスを行っている事業所は、横浜に次いで札幌が14カ所(1月末現在)と多いです。沖藤 友人の医師から一人暮らしの孤独感と闘うかが問題と言われたが、病院や特養などに入れば孤独感が癒やされるかというところではないでしょうか。看護師が気がついたら亡くなっていたこともあります。

奥田 地域の人たちがどう支えるかも大切です。沖藤 互助というのが分かりにくい。自発的な意思による互いの関係が互助で、過度の互助の強調は市民生活への干渉だと思えます。奥田 町内の人の除雪などの作業はいいが、電球の交換など家の中に入るのを避けられます。

奥田 自宅に亡くなる一人暮らしの人が少しずつ増えています。孤独死とか孤立死といわれるが、私は上野千鶴子さん(社会学者)の言う「在宅ひとり死」だと思う。たまに一人で行くことも、ヘルパーさんが来てコミュニケーションがあったわけですから孤独ではないですね。沖藤 たとえ在宅で一人であっても社会的支援を受け、本人が納得していれば、その死は「納得死」です。親類との連絡がない、調理や掃除をしないなどといった人が、他人と接せず亡くなるのは違います。



ノンフィクション作家
沖藤 典子さん

おきふじ・のりこ 38年、室蘭市生まれ。北大文学部卒。日本リサーチセンターなどを経て、79年に「女が職場を去る日」を出版しノンフィクション作家に。日本文芸家協会会員。介護や医療、女性の生き方などをテーマに執筆。07年度「内閣府・男女共同参画社会づくり功労者表彰」を受賞した。NPO法人「高齢社会をよくする女性の会」副理事長、日本介護福祉士会理事。「それでもわが家から逝きたい」「介護保険は老いを守るか」など高齢社会関係の著書多数。相模原市在住。



NPO法人副理事長
奥田 龍人さん

おくだ・たつと 52年、札幌市生まれ。同志社大法学部卒。道立肢体不自由者訓練センターの福祉指導員や北海道中央児童相談所の相談員などを経て、96年に医療法人深仁会に。ケアマネジャーなどに携わり、深仁会グループのソーシャルワーク支援部長。12年2月からNPO法人シーズネット副理事長として、シニアの住まいの質向上や孤立死防止などに取り組む。札幌市介護支援専門員連絡協議会相談役。12年4月に発足した北海道高齢者向け住宅事業者連絡会会長。札幌市在住。

■生きる心構え

沖藤 私は医療の事前指示書を書いています。私の医療に関する希望は、こう希望している、といった内容です。思ったようになるかどうかは分からないが、これから重要になると思います。

奥田 人の希望は変わるもので、エンディングノートの内容は定期的に読み直した方がいいです。沖藤 私は、高齢者はもう少し自信を持たないとだめだと感じています。年のイメージに少し振り回されています。昔と今の60歳では、体も精神の構造も違う。もう70歳

奥田 貯筋や友貯など、沖藤さんは良い言葉を使っていますね。沖藤 筋力をためる貯筋、友貯は友達をためるという意味です。元気に老いるには、そういう前向きな生き方が必要で、そのためには自分で自分を励ますしかない。嫁や娘に愚痴を言っただけで買おうという時代ではない。老いは冒険の季節。冒険の先に大往生があります。奥田 介護保険などの知識も大切ですね。沖藤 情報を持っていることが重要です。私たち一人一人の死生観や生活意識、情報を成熟させていく必要があります。

沖藤 自信と誇り胸に 奥田 介護の知識大切

沖藤 私は医療の事前指示書を書いています。私の医療に関する希望は、こう希望している、といった内容です。思ったようになるかどうかは分からないが、これから重要になると思います。

奥田 人の希望は変わるもので、エンディングノートの内容は定期的に読み直した方がいいです。沖藤 私は、高齢者はもう少し自信を持たないとだめだと感じています。年のイメージに少し振り回されています。昔と今の60歳では、体も精神の構造も違う。もう70歳

◇おとわり 「月曜討論」「記者の視点」「風論説委員室から」は休みました。