

講話 「2040年に向けた財団活動の展望」 辻 哲夫（財団理事長、東京大学高齢社会総合研究機構客員研究員）

1. 人生100年時代の姿

今後の展望を語るに当たり、まずは、「人生100年」がキーワードになり、これが意味するのは、我々高齢者が改めて「人生100年」の生き方が問われているということです。一言で言えば、誰もが100歳まで生きられそうだと、すごい社会に変わったということです。では、実際の姿はどうかと言うと、85歳以上の「要介護」の認定率は6割弱で、平均は「要介護」ということです。つまり、人生100年とはいえ、多くの人は、あるいは誰もが、最後は人の世話になるという時代になったということです。



2. 超高齢人口減少社会の到来と高齢者世代の生き方

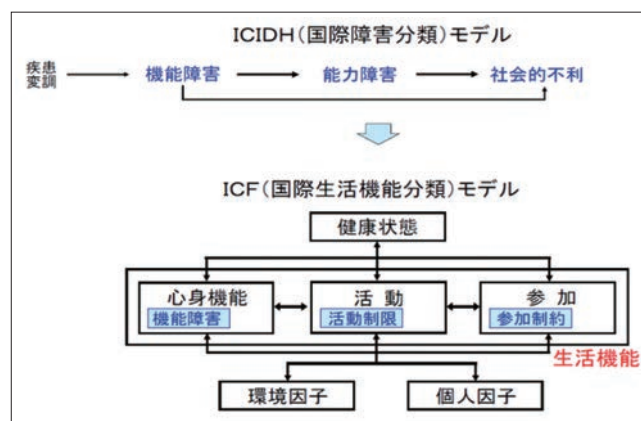
超高齢人口減少社会の到来により、我々個人が100年生きられる可能性を持つようになったのと同時に社会も大きく変わり、高齢者が個人としても世代としても、どう生きるといふことを考える必要があります。人口が逆ピラミッド型の社会ということは、高齢者が支える側に移らないと社会は成り立たないということを意味している。従って、これからはガチガチで働くという意味ではない、高齢者の就労ということが非常に重要になってきます。日本の人口は2009年をピークに減少に転じています。過去数百年あるいは千年以上もの間、人口増を前提としていた歴史を見ると、これはもう未知の社会です。未知の社会に向けて、まず高齢者自身が「範を垂れる、こういう風に生き方を変えるんだ！」と、次の世代に背中を見せる必要があるのではないのでしょうか。従って我々財団活動も、健康生きがいづくりアドバイザーの組織を中心に、実践と研究を深めていかなければならないと思います。

3. 財団活動の振り返り

財団の最大の任務は、定款に載っている三大柱です。まず、第一の柱が「健康生きがいづくりアドバイザーの人材養成」です。2番目は「健康生きがいづくりを支援するシステムの開発」ですが、各地に協議会組織を作り、組織的な活動を展開する。これがシステム開発のメインであると考えています。3本目の柱が、「健康生きがいづくり活動に関する啓発及び調査研究」であり、「フレイル予防の普及」、「100歳大学の普及」が現在の活動の基本柱です。こうした啓発活動と同時に各種の調査研究は、まさしく未知の社会に向かって高齢期の生き方をどうするかという研究活動であり、「健康生きがい学会」との連携を含めてとても重要なことです。「健康生きがいとは何か」ということを追求するということが財団の重要な任務であり、今まで「健康・生きがい」をどう捉えてきたかということ振り返りつつ、考察をしたいと思います。

<「健康・生きがい」概念の深化>

従来のWHOの定義では、病気でないとか、弱っていないということだけでなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあるとされてきましたが、ここから大きく概念が変わってきており、ICF（国際生活機能分類モデル）の概念では、心身機能が良いこと、活動力のあることという今までの健康の概念に加えて、「参加」という概念が入ってきた。これは非常に重要なことで、要するに何らかの形で人間関係あるいは地域社会、さらに政治参加等、様々なことへの「参加」ということが健康状態の一つの要素だとしていることです。



次に「尊厳の保持」という概念の登場についてですが、介護保険は2000年から施行されましたが2005年に「尊厳を保持し」という言葉が入りました。「尊厳」とは何かというと、1人として同じ人はいないという大前提のもと、その人の持て

る力を用いて、その人らしく生きるということに関しての尊厳は同じ。すなわち、その人らしく生きるということが「尊厳」であって、この「尊厳」は全ての人に平等にあるということです。介護保険に「尊厳」の文字が入り、それが進化し、地域包括ケアという考え方で花を開いた。地域包括ケアの考え方は「尊厳」というものを原点にしており、2020年の介護保険法改正で、第5条第4項に「地域住民が相互に人格と個性を尊重し合いながら参加し、共生する地域社会の実現に資するように努める」、要するに皆異なる人格と個性を持っている。個性は皆異なるが、人格の「尊厳」は皆同じ。これを尊重し合いながら共生社会を創るという革命的な変化が今起ころうとしている。人生100年において老いる、ということを深掘りしていくと、こういう非常に大きな社会変革を目指していることがわかってくる。

「健康・生きがい」というのは結局何なのかということですが、「健康」というのは、これまでの元気であるということのみに留まらない、「参加」できることが重要だという新しい概念が、また、たとえ認知症になってもその人らしく生きるという「尊厳」という言葉がでてきた。こうなると、「健康」という言葉だけでは語り尽くせない、本来あるべき多くの意味を含んだ姿があるわけです。そこで「健康・生きがい」という言葉は前述の意味をも含んだとても良い言葉であり、そのような観点から私は、「健康・生きがい」の中ポツを抜いて「健康生きがい」という概念を一体的に目指していくべきものではないかと思っています。言葉で言えば「できる限り元気であることを目指すが、弱っても終りではない。生理的な健康は低下していても生きがいを持って生きることが大切」ということです。

平成元年に行われた老人福祉法の基本理念の改正が、この財団ができた大きな根拠となっています。その第2条に「生きがいを持てる健全で安らかな生活を保証されるものとする」とあり、要するに「健全」というのは元気ということ。それで弱っても安らか、安心が保証されるということは、その土台に「生きがい」があるということです。「生きがい」が土台になっていることで、「健康」で安らかな生活が保証される。その中で、「生きがい」は、他者、第三者との関わりが大切だということが浮かび上がってきます。優先順位はないが、一人称の生きがいよりは二人称、二人称よりも三人称。このような流れで「生きがい」というものを捉えていきたいと思います。そういう意味で究極の「健康生きがい」は「何らかの形で社会に関わり続ける」。最終的には「社会との関わりの中でその人らしく生ききる」ということではないかと私は思います。「健康生きがい」というものの考察を深めながら、我々は社会を良くしていきたいと思います。この概念を理解し、さらに理解を深め地域住民の「健康生きがい」の実現に寄与するよう皆で活動したいと思います。

4. 財団の今後の展望

各地の健康生きがいづくりアドバイザー協議会の活動を基本に置き、日本の「健康生きがいづくり」のより良いあり方を追求し続けるということが大切です。その意味で、活動の柱はまず健康生きがいづくりアドバイザーを増やし、協議会の組織を強化する、まだできていないところに協議会をつくっていく、ということ。そして、当面の活動の柱は「フレイル予防の推進」と「100歳大学」です。フレイル予防については、私は「フレイル予防推進会議」を立ち上げました。弱る前に自分たちが頑張れば、老いは遅らせる。こうしなければ介護保険は倒れる。私は強い確信を持ってフレイル予防の推進を全国展開したいと思っています。色々提案していきますのでフレイル予防をよろしくお願ひしたいと思っています。

「100歳大学」は、人生100年の時代の新たな学びとして、この国を変えるための大きな戦略です。國松善次副理事長のもと、燎原の火が広がるような今後の展開を期待します。そして、時代の変容を捉えたたゆまざる研究活動は、吉田隆幸副理事長のもと、80代をよりよく生きるための研究とその成果から書籍の発刊、さらに50代からの生き方研究、また、女性の社会参加についての研究も始まった。素晴らしいことです。我々は学び、研究し、前へ進むという精神が非常に大切です。これが健全に進んでいることに感謝いたします。

まずは協議会が基本です。これから各地の協議会が主役になっていくように展開したい。一方で財政力も必要です。「フレイル予防」の普及啓発のためのデータ収集事業・提供事業の収益力強化にも取り組んでいます。こうしたことも含め、益々の発展を目指して取り組んでいきたいと思っています。

財団の今後の展望

【活動の基本】

各地の健康生きがいづくりアドバイザー協議会の活動を基本に置き、各協議会が連携し、日本の健康 生きがいづくりのより良いあり方を追求しつつ、前進する。

【活動の柱】

1. 健康生きがいづくりアドバイザーの養成と協議会の組織強化
2. フレイル予防の推進
3. 100歳大学の普及
4. 時代の変容を捉えた弛まざる研究活動

【留意点】

各協議会が連携し主体的な活動力を強化することに取り組む一方、財団の財政力の強化が必要であり、財団執行部においてフレイル予防の普及啓発やデータ収集に関連する事業の更なる展開に取り組む必要