

あなたらしい生き方を探そう!



ビバシニア

第35号

平成29年
4月30日号

特集 子どもたちにシニアは何が出来るだろう

子ども 子育て支援の新制度とは

- ・小学生のための租税教室
- ・中学生に食育教室
- ・学童クラブなど“第三者評価”を実施
- ・子ども食堂から始まった子供の居場所

個人活動紹介

ビバシニア講座 「高齢ドライバーの認知症検査強化」

「リレーエッセー」 戦争体験を語り継ぐ

耳寄り情報 便利で楽しい文具を使ってみませんか! (その2)



特集 子どもたちにシニアは何ができるだろう

～ 孫世代に未来を託すために～



◆ 若い人や孫世代と付き合っていますか？

高齢になって同世代の仲間と趣味の会やウォーキングを楽しんでいる人は多くいますが、若い人や孫世代と一緒に行動する機会はあるでしょうか？ 世代間ギャップを感じて「話がかみ合わない」と思い込んでいると、ますます若い人から敬遠されてしまいます。時代についていくには、新しい情報を若い人からもらうことも大切です。

一人暮らしや夫婦二人暮らしが多い現代では、積極的に自分から子どもや若い人の中に入っていく努力が必要です。両親が働いている子どもたちには、シニアが支援できることがいろいろありそうです。今回は子どもや若い人にシニアが何ができるかを考えます。

◆ 孫と登山を始めたジージ

我が家の孫は今年から高校生ですが、1年以上前から主人と一緒に登山するようになりました。メタボ気味の息子を鍛えることも視野に入れて3人で近くの山に登っています。3000m級の山に登ったと豪語している主人ですが、身の軽い孫がすいすいと登って行くのにはついていけなかったようです。現在74歳のジージと47歳の息子と15歳の高校生ですが、とても楽しい一日になっているようです。共通の山の情報で話が盛り上がり、世代を超えての付き合いができています。

◆ 核家族に必要な子どもの居場所

我々の子ども時代は兄弟も多く、近所には遊ぶ友達が学年を越えてたくさんいましたが、最近はゲームや塾通いなどで公園で遊んでいる姿をあまり見かけなくなりました。両親が働いている家庭では部屋の中で、何をして親の帰りを待っているのでしょうか？

放課後の子どもの居場所が地域でもいろいろあり、児童館や学童クラブなどでも地域の学生やボランティアの協力も得て楽しいプログラムが組まれています。帰りの遅い保護者からは時間を延長して欲しいという希望も高まっています。

◆ 地域の小・中学校でシニアが活躍

横浜市には「学校支援ネットワーク」という制度があり、先生の補助として講座を修了した担当コーディネーターが、新入生の支援や校外学習や運動会などの学校行事に協力しています。

その他にも科学好き人たちの「青葉科学探偵団」というグループは工作や科学実験などを通して科学の楽しさを伝えています。

各地域にこのように子どもたちに向けた様々な活動をシニアがやっていますが、日本の文化や郷土史などその土地ならではの活動があり、このほかにも広がる可能性があります。

◆ 子ども食堂の広がり

ここ2～3年「子ども食堂」が広がっています。当初は貧困家庭や問題のある子どもを対象に、食事付の居場所を提供することが目的で、世話好きの女性が自宅を解放して始まったと報道されていました。年齢も幅が広く小学生から高校生までの家族関係が機能していない子どもたちの相談場所でもありました。



しかし、貧困家庭の子どもでなくても仕事で帰りの遅い母親が増えて夕食をきちんと食べていない子どもも多くなりました。今回取材した「かもマチ食堂」は誰もが利用できるみんなの居場所でした。(詳細は6ページ参照)

◆ 子どもたちにシニアができることは？

未来を担う子どもたちにシニアができることはまだまだたくさんありそうです。地域の情報を集めてどこかで子ども支援ができる場所を、積極的に見つけましょう。子どもたちから元気をもらい生きるパワーにつながります。(Y)



◆ 待機児童の問題

子育て支援では毎回ニュースになっている保育園の待機児童問題ですが、働く母親にとっては仕事を継続するために深刻な問題です。私の友人も昨年6月に孫が生まれて何かと世話をしてきましたが、今年4月から保育園が決まり、薬剤師の娘さんが仕事に復帰するといえます。

しかし、病気などになるとすぐお迎えに行かないとならず、祖母として協力が欠かせなくなり、地域活動はしばらく出来そうもないと話しています。母親が赤ちゃんを抱えて仕事を続けるには多くの課題があるのです。

◆ 子ども・子育て支援新制度とは？

従来の子ども・子育て支援制度は、「すべての子どもたちが、笑顔で成長していくために、すべての家庭が安心して子育てでき、育てる喜びを感じられるために」という考えに基づいて制度が作られました。子育て支援の量を増やし、必要とするすべての家庭が利用できる支援を用意し、子育て支援の質の向上を目指してきました。では、2015年4月に新しく変わった「子ども・子育て支援新制度」では何が良くなったのでしょうか？

◆ 新制度の3つのポイント

①親の就労にかかわらず、子どもが育つ環境が継続される「認定こども園」

今まで子どもを預ける場所は親が働いていたら保育所、働いていなかったら幼稚園という考え方でした。親が仕事を辞めてしまうと保育所から幼稚園に移らなければならなかったのです。今回の新制度で、「認定こども園」は0歳から5歳の子どもの教育と保育を一緒に行う施設です。満3歳以上の子どもは保護者の就労の状況の変化に関係なく、継続して通うことができます。

②子育て相談や一時預かりの場が増えて子育ての不安を解消

親子が交流できる拠点の設置数増加。一時預かりの増加、放課後児童クラブなどが自治体に義務づけられました。



放課後児童クラブの対象年齢は、今までは小学3年生までになっていた自治体もありましたが、対象を小学校6年生までに拡大することが国の指針となりました。また、すべての家庭を対象に、親子が交流できる拠点「子育てひろば」を増やすなど、地域のニーズに応じた多様な子育て支援が充実します。

③多子世帯は、保育料を軽減

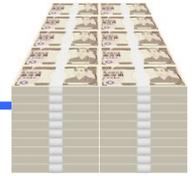
幼稚園や保育所、認定こども園などを、兄弟が利用する場合、最年長の子どもから順に、2人目は半額、3人目以降は無料となります。今までは自治体が個別に無償化を行っていたケースがありますが、国が最低基準の指針を出したということです。

◆ 利用者は保育認定・教育標準時間認定が必要

新制度を利用するには、まず認定を受けなければなりません。幼稚園、保育園、認定こども園の利用を希望する場合、保育の必要性についての認定を申請して、認定証が発行されたら保育所などに利用申し込みをするという手順です。保護者の就労時間によって保育標準時間と保育短時間に時間区分をしています。

◆ 今後の課題は

新制度はスタートしたばかりで分かりにくいことがたくさんあります。実施は各市区町村が主体となり、地域における子育ての状況やニーズを把握して質の高い幼児期の学校教育と保育の総合的な提供を目指しています。詳しくは市区町村に問い合わせてください。(Y)



◆ 小学生に税金を学んでもらう活動

目黒区法人会の青年部と婦人部が合同で地元の小学6年生を対象に、昨年からの租税教室を開催しています。6年生は社会科の授業で税金について学んでいますので、より詳しく税金について理解してもらうために租税教室を開催となりました。昨年は3校から租税教室依頼がありましたが、好評により今年は6校から依頼がありました。

◆ 租税教室の講師およびアシスタント

租税教室を開催するために、青年部と婦人部の会員は仕事の後で法人会館に集まって勉強会を開催しています。租税教室のためのシナリオがありますので、講師役とアシスタント役を決め、シナリオに沿って模擬教室を繰り返し、誰もが講師とアシスタントが出来るよう勉強します。アシスタントは講師の進行に沿ってパネルを黒板に貼ったり入れ替えたりします。

◆ 租税教室のシナリオ

小学生にわかりやすく、興味を持ってもらうために、租税教室のシナリオは工夫されています。「税金」はどうして必要なのか、どんな税金があるかを学ぶために、身近な消費税を例にして始めます。

まず、生徒一人に協力してもらい、お菓子屋さんで100円のチョコレートを買ってもらいます。チョコレートは100円ですが108円払わないと買えません。この8円が消費税だということは小学生もわかっていますが、お小遣いが減ってしまうので「税金なんてない方が良くと思う人？」と聞くと皆さんが手をあげます。

そこで消費税を例にして税金の話を進めます。商店では物の値段に消費税を足して売りますが消費税は店の収益ではありません。1年間に集まった消費税は税務署に納めますが、税務署には金庫がありませんので、日本銀行に持っていきます。日本全国で1年間にどれくらいの消費税が集まるか黒板に数字を書き込みます。17の下に0が12個つきます。17兆円です。

◆ 税金の使い方や決め方は？

この税金をどのように使うか財務省が予算書案を作りますが、これで良いかを決めるのが国会です。国会では税金の使い方だけでなく、税金の集め方や新しい税金を決めたりします。

「日本には消費税のほかにもたくさんの税金がありますが知っていますか？」と問いかけると、たばこ税・酒税・ガソリン税などと答えてくれます。現在、日本には52の国税と地方税がありますが、珍しい名前の「トン税」という税金は船のトン数にかかる税金です。

税金は、私たち国民の生活が豊かで安全で、便利に暮らしていけるように使われています。小学生にとって身近な税金として、小学校の校舎を作るのに約10億円、プールを作るのに1億円かかります。もし学校のプールを作り直さなければならなくなった時、1億人の人から集めれば一人1円になります。みんなが必要な物を作るために、みんなで出し合うのが税金ですが、1億円のレプリカを触って、その量を体験してもらいます。

◆ 身近な税金の使い方を知ってもらう

次に税金で建てられた建物と税金ではない建物のパネルを渡して、黒板に貼り分けてもらいますが子供たちは悩みます。意外とわかりにくいものです。教室を暗くして「税金の無い世界」のDVDを観てもらいます。消防自動車・ごみ収集車・警察などを呼ぶにもすべてお金がかかります。

最後に、小学生にも税金が使われていることを説明します。1年間に92万円の税金が使われていますので6年間で550万円以上の税金が使われているのです。学校の物を大切に、しっかり勉強して下さいと締めくくります。知っているようで知らなかった税金を、私たちも学ぶことが出来ました。(S)





◆ 地域の住民が講師役に

横浜市では地域の中でいろいろなスキルを持った人にマイスターの称号を与えたり、小・中学校の授業に地域の人が講師役で学ぶ授業を取り入れています。近所の中学校では毎年秋に、職業体験として様々な職業の住民に協力してもらい、その職業を体験できる授業を行っています。例えば郵便局やレストラン、美容院など10種類以上の職業の人が参加しているといえます。

私の行き付けの美容院のマスターはもう3年も参加しているそうですが、かつらを利用してカットを体験したりドライヤーをかけたりするそうです。女子生徒だけでなく男子生徒も参加して興味を持ってくれたと話しています。関心のある仕事に自主的に参加するようになっていたので人気の職業が分かるそうです。中学生ではまだ将来の職業などはイメージできないことが多いので、とても好評とのことでした。

◆ 青葉区ヘルスマイトの活動

私が10年以上前から活動している「食生活等改善推進委員会」(青葉区ヘルスマイト)では、地域のあらゆる世代に向けて食育の普及啓発を行っています。ここ2~3年子ども対象の講座が増えてきました。子育て中の若い母親向けの講座を募集しても参加者が集まらないため、幼児向けになってしまうことが多くなり、最近は小・中学生には直接食育講座をやった方が効果的と考えられるようになりました。

◆ 家族そろっての食事は難しい時代

食生活の大切さは昔は家族で食事をしながら親がその都度教えていくものでしたが、最近は仕事を持つ母親が多く、きちんと食事を作っていないことや、家族そろって食事ができないなど状況が変化してきました。土曜・日曜以外はバラバラに食事をしている生徒も多いそうです。

今回、中学生に食育を伝えるに当たりアンケートを実施しましたが、特に朝ご飯に問題があることが浮き彫りになりました。1学年67人中1割の生徒が朝ご飯を食べていませんでした。

◆ 「朝ご飯を食べよう」

中学1年生、2クラス67人を対象に授業の一環として2時間の食育講座を開催しました。テーマは「朝ご飯を食べよう」でパワーポイントでの講座と調理実習でした。参加型で1食に食べて欲しい野菜120gを計量したり、バランスの良い朝ご飯を写真カードを使って考えてもらいました。野菜120g計量はほとんどが少なめという結果で、一日350gの野菜はとても食べられないと実感したようでした。

各グループの「理想的な朝ご飯の提案」では、朝からハンバーグやカレーがありました。栄養士の説明では育ちざかりの中学生ではオーケーのようです。当日食べてきた朝食と比べて、多くの生徒が改善したいと答えていました。

◆ 調理実習は「オムレツとレタスのスープ」

中学校のカリキュラムで家庭科の時間は少なく前半が技術家庭で、後半が調理実習を含めた家庭科の授業で、家庭科の先生も週に1日しか出ていないのが実態です。学校によっては家庭科専任がないこともあるようです。

この日の調理実習では簡単なオムレツとスープを作りましたが、調理に慣れていない生徒が多く、班によっては男子生徒が積極的に働く姿があり、時代を反映していると感じました。



感想文を見ると「食の大切さを知ることができた」「野菜を120g計って量がよく分かった」などが多く「今後は自分で作りたい」と答えた人が57人もいて、主催したヘルスマイトとしてはうれしい結果になり、やりがいを感じることができました。(Y)



シニアライフアドバイザー 山田 紀子

◆ 協会の東京都福祉サービス第三者評価

当協会の私たち第三者評価グループでは、これまで都内の高齢者特別養護老人ホームや認知症グループホームなどの介護施設、乳幼児を対象とした保育所などの福祉サービス施設に対して第三者評価を実施し、2004年以降、延べ130か所の施設を評価してきました。

この制度は、利用希望する人が施設を選択する際に、どこの施設が良いのか、その運営状況はどうなのかなど、事業者ではなく、第三者が評価し、その評価結果を「とうきょう福祉ナビゲーション」によって公開し、利用者が適切な施設を選べる情報を提供するものです。

◆ 港区の放課後学童クラブなどの第三者評価

今年度は初めて、港区の児童館（1施設）単独学童クラブ（3施設）放課GO→学童クラブ（3施設）児童、高齢者交流プラザ（1施設）の8施設について、第三者評価を実施しました。

今回は港区独自の第三者評価のため、福祉サービス推進機構が認定した評価者だけではなく、評価者以外に2名の協会会員が「訪問調査」などの評価活動を担当して実施しました。

◆ 児童館と放課後学童クラブなどについて

児童館とは、児童福祉法第40条に基づいた児童福祉施設の一つで、児童に健全な遊びを提供し、健康増進や情操を豊かにすることを目的とした「児童厚生施設」です。ちなみに、児童とは0才から18歳までを対象としているため、乳幼児から高校生までと幅広い年代に対して、健全育成を目的として運営されてきました。

現在では地域の子育て支援の拠点として、①共働き家庭やシングルマザー家庭などの子どもたちが安定した放課後を過ごせるための放課後学童クラブ、②乳幼児親子に対する活動を通じた親への支援活動、③ジュニアリーダー育成を目指した中高生の活動、④虐待や不登校、引きこもり、貧困といった子どもたちを取り巻く問題に対して、学校、保育園、児童相談所などの



公的機関や地域住民と連携した子育て支援もなっています。「子どもの困りごと」に対する地域の何でも屋さんの存在といった方がわかりやすいかもしれません。

今回の港区の評価は前述のとおり児童館だけでなく、登録した学童（1年から6年）のみ対象の単独学童クラブ、登録した学童だけでなくランドセルを置いたまま校庭などで遊べる「放課GO→学童クラブ」、高齢者から乳幼児までの交流を目的とした交流プラザの計8施設を評価しましたが、それぞれの施設の実情や目的に対応したアンケートや訪問調査を行ないました。

◆ シニアボランティアの可能性について

港区に限らず、児童館、放課後学童クラブは地域の子どもの居場所として、地域に根ざした運営を心掛けています。そのため、地域住民との連携やボランティアの発掘に力を入れています。なかなか難しい課題となっています。

このような施設でボランティアとして活動する際に注意すべきことは、基本的には他のボランティアと同じですが、自分たちの価値観や子育て観を押しつけない、職員の心の支えになれるような縁の下の力持ち的存在として、主役は子どもたちという意識を忘れずに、息の長い支援を心掛けた活動が期待されます。

◆ 「未来をつくる子ども」にも関心を！

これまで協会は、主として高齢者に対する活動をしてきましたが、シニアが自分の経験を活かせる分野に“未来をつくる子ども”を加えて新たな社会貢献活動の幅を広げていくことは、協会に課せられた役割だと思えます。



◆ 横浜市の「かもマチ食堂」

3月末の水曜日、昨年10月から横浜市青葉区の地域ケアプラザで始まった「かもマチ食堂」をのぞいてみました。開催時間は15時～19時で毎月1回開催されています。参加費は未就学児・小学生は100円、中学生・高校生200円、大人は300円です。玄関を入ると子供たちのにぎやかな笑い声が響いており、下駄箱には可愛らしい靴がたくさん並んでいました。食事が始まるのは17時からですが、15時になると帰宅後の小学生が集まり始めるそうです。今回は春休み中ということもあり、会場には低学年を中心に大勢集まっていてそれぞれが、折り紙、編みもの、お絵かき、将棋、カードゲームなど好きなテーブルに座って、地域のボランティアと一緒に楽しんでいました。この時点で40人～50人の参加です。



◆ 子ども食堂のイメージ

ここ2～3年に各地で始まっている「子ども食堂」ですが、当初は貧困家庭の子どもの救済というイメージでした。しかしこれは差別問題だという意見もあり、実際には貧困でなくても働く母親が多い昨今、決まった時間に夕食を食べられない子どもが多い時代になっているのです。

地域の誰もが参加できて100円で楽しい時間が共有できる場所になればという主催者の思いが、「みんなに居場所・かもマチ食堂」になったそうです。隣席の小学4年生の男の子は「お母さんは仕事で遅く、お父さんは地方に転勤で週末しか帰れない」と言っていました。毎日、家で何をしてお過ごしているのでしょうか？

◆ メニューは毎回カレー



原則申し込みが必要です、飛び込みもオーケーのため何人が参加するか分からないという中で、メニューは毎回カレーになったそうです。本日のように地元の方からの野菜の提供があった時は、サラダや汁物などを付けるということでした。



◆ 地域のボランティアのさまざまな支援

当日、食事前の16時半ごろから地域に住む若いピアニストの鈴木タリさんが、演奏してくれました。子どもに人気のジブリの主題歌や季節の歌をみんなで歌って楽しい時間を過ごしました。

地域にはいろいろなスキルを持った人が多くいますので、その方の発表の場にもなるのは素晴らしいことです。まさに世代を超えて多くの人と交流できる場になっていると実感できました。

運営を手伝っているのは小学校のPTA、民生児童委員、ケアプラザで活動している有志など、かなりのかかわっています。事故のないように帰りのお迎えや一人で帰らないように指導、場合によっては送っていくこともあるようです。

◆ シニアができる子ども支援

元気なシニアは自分の趣味や健康のためにウォーキングを楽しんでいる人が多いのですが、未来を担うかわいい子供たちに自分のできることを提供できたら、子供たちからたくさんの元気をもたらすことができるでしょう。自分の住む地域で始まっている「子ども食堂」をぜひ一度見学してみたいかがでしょうか？何か支援できることが見つかるはずです。(Y)



シニアライフアドバイザー 古川 正行

◆ 活動開始から 20 年

平成 8 年 9 月に千葉在住のシニアライフアドバイザーの 4 期生 12 名が“年金勉強会”としてスタートしたのが「四季の会」です。例会は原則第 1 土曜日に開催してきましたが、今年の 7 月で 215 回を数えました。継続は力なりです。

◆ メンバーは

「四季の会」の活動からステップアップして巣立った方もいますが、現在の会員数は 11 名です。最近、通信教育から SLA 資格を取得した行政書士の方も加わり、幅広い勉強会になりました。平均年齢は高くなってきましたが、まだまだ先の長いメンバーばかりなので、新しい風を入れたいところです。

◆ 主な活動

「四季の会」は、“学びを楽しみながら地域のシニアに高齢期を生きるために大事なことを、アドバイスできるグループ”を目指して内外活動を行ってきました。最近の内部活動(勉強会)では「アドラー心理学」「相続関連の判例動向」「消費生活相談事例」などがあります。

例会場所の船橋市男女共同参画センターが主催するフェスティバルには毎年参画しており、今までに「健康寿命を延ばす」「相続が変わる」などを発表しました。

同様にセンターが主催する市民企画講座では、平成 19 年度と平成 25 年度の 2 回講座を担当しました。メンバーの得意分野などを活かした全員参加型の活動になりました。

◆ 他のグループへの活動支援

千葉 SLA が船橋市で開催している「生き生き教室」の企画運営の活動支援も行っています。SLA と SLC の交流の場である「サロン」では「尊厳死を考える」「みんなで学ぼう原発問題」などを発表しました。他のグループへの活動支援を行いながら、SLA や SLC との交流やメンバー自身の活性化も行っています。毎回、メンバーと会うのが楽しみになっています。

◆ 四季の散策

四季折々に、文化的で旅情的ななかりを求めて、散策を楽しんでいます。今までに「松戸散策(戸定邸)」「桜散策(北の丸公園～千鳥ヶ淵緑道)」などの散策を行い、心身の健康増進にもなっています。

◆ 過去の外部活動例

以前、もっと多くのメンバーが活動していた頃、「しろと劇団四季の会」を立ち上げ、身近な話題を取り上げ視聴者の理解を深めるため、寸劇という手段を使いました。施設訪問では、入所されているみなさんと唱歌を中心に、琴・篠笛・ギター演奏・妖しいフラなども披露しましたが、現在は、どちらも休業中です。



◆ 活動の継続

超高齢社会に負けない「四季の会」の活動に新しい風を入れるため、サロンに参加された SLC に参加発表してもらったりしています。SLC が活動している終活支援センター千葉では、健康管理士の資格を活かして「健康寿命とメタボ予防」を発表しました。これからも、メンバーの豊かな発想を促進して自己成長していくことが、今後の課題にもつながると思います。

◆ 未来永劫

私は「四季の会」の活動をとおして、古代インドの人生哲学にある、**林住期**(50 歳～75 歳：仕事を離れ、真の生き甲斐をさがす)から**遊行期**(75 歳～100 歳：自らの死に方について考える)に向かって、輝かしい人生を歩んでいきたいと思っています。



シニアライフアドバイザー 望月 亘朗

◆ 午睡を邪魔された旧友の編集員からの電話

例年になく寒暖差の激しい4月上旬のある日、咲き誇る桜花を、羨むかのような早朝からの雨。

いつも通り、朝の行事を終え、次は散歩だと外に出たものの、花散らしの冷雨に出鼻を挫かれ「ちょっと早い習慣の昼寝を」とベッドに潜り込んだ矢先に、電話のベル。「誰だ！独居老人の午睡を邪魔する奴は！」と、ふて腐れながら受話器をとると驚いたことに、声の主はビバシニア編集長の山下由喜子女史でした。

「暫く～、元気ですか～」と、昔どおりの若々しい声、「ビバシニア」がまだ「会報」と呼ばれていた頃の、編集長の声と容姿が一瞬にして蘇り、「ア～ハイ、ハイどうにか」と、初恋の相手へのような、ウブな返事。かつて、神奈川の会報「いんふぉー」編集委員として共に取り組んだ頃の、甘酢っぱい気分が蘇ったのです。

「本、読んだわヨ、中身もマーマーだけど、ペンネームが面白いネ、についてはビバシニアの個人活動紹介欄に掲載したいので、何か一筆書いてヨ、原稿依頼が届いていなかったようで、締め切りが過ぎているけれど、4～5日は待ってあげる」と、相変わらずの上から目線。

「マ！仕方ないか、「ビバシニア」を立派に育て挙げた張本人からの、直々の申し出なのだから、従わざるを得まい」と、複雑な気持ちを抑えながら、思いのままをしたためにしました。

◆ ペンネーム「七部残康」の由来

今年2月に自費出版した「認知症予防に励む老人達の物語」のペンネーム「七部残康」(ナナブザンコウ)と読む名前は、あまり類例のない珍名です。一字一句は馴染みの字だから、素直に読めば、七部も健康が残っているのか、結構なことではないかと、理解してもらえらるだろうと付けた名で、由来などないのです。

ただ強いて言えば、後期高齢者になった年の春に「大腸がん」の切断手術を受け、翌々年に「左腎臓がん」の摘出手術、その翌々年には白内障と

前立腺肥大の手術を受けて、満身創痍の体になってしまい、これはフィクションではない事実です。だが虚勢を張って、まだ七部も健康が残っているぞ、高齢者扱いはご免だと、意気込んで付けた名前なのです。

実は、私の本名も珍名の部類に属していて、月給の口座振り込みが始まった頃から、名前の「亘」が常用漢字に無かったために、「亘朗」をギロウと読む人はゼロで苦労した記憶が強のですが、病院や銀行の窓口などでは、今でも恥ずかしい思いをしています。

◆ 物語(中身)の構成とその概略

本の構成は、合わせて二部になっています。第一話は、運転免許証更新用の高齢者講習会で、「認知機能検査」の際に、偶然、隣席に座った人と、気軽な話し合いがキッカケになって、友人としての交流が始まります。やがて認知症の恐ろしさに話しがおよび、認知症の予防に取り組もうとする仲間も増え、グループとなって「抗認知症アクションプログラム」と称する目標を自作します。月1回の定例会などで、目標の達成状況、改善点、会の維持発展などを話し合い、時には割り勘で焼鳥屋の暖簾をくぐり、楽しみながら認知症の予防に励んでいる老人達の物語です。



第二話は、私の生まれ育った山間集落での話で、今も残る私の生家(無住)に、小学校時代の悪童仲間数人とともに、2泊3日で滞在します。山菜狩りや集落発生の起源を探して集落跡を探訪し、集落の規模に不似合とも思える神社仏閣の佇まいに驚き、集落唯一の特産品とも言える蝮酒に酔い、わずかに残る集落の住人とも交流して、元気を分かち合った様を書いた物語です。

フィクション部分が6割弱の話ですが、本の売れ行きは好調で、残り数冊とのことです。(アマゾン書店調べ)



● 高齢ドライバーの事故

連日のように高齢ドライバーによる交通事故がマスコミをにぎわせています。

横浜市港南区で昨年10月、小学一年生の男児が亡くなった事故に続き、今年に入り栃木県の大学病院や都内のコンビニでいずれも80代のドライバーによる事故が相次ぎました。

平成29年3月には、高齢ドライバーの認知機能のチェックを厳しくする改正道路交通法が施行されることになりました。医師の診断を必要とする人の大幅増加が見込まれ、医療体制不足が懸念される一方で、免許が取り消されて交通手段を失った高齢者の暮らしを不安視する声もあります。

● 改正道交法施行

高齢ドライバーの重大事故を防ぐため、75歳以上の運転免許保有者に対し、記憶力や判断力の認知機能検査を強化する改正道交法が3月12日にスタートしました。3年に一度の免許更新時の検査で「認知症の恐れ」と判定された場合には、医師による診察を受けることが義務化されます。逆走や信号無視など18項目の違反をしたときも、臨時検査を受けなければなりません。警察庁によると、2015年は4027人が医師の診察を課せられ、うち1172人が認知症として免許取り消しや停止の処分となりました。新制度では年間の受診者が約5万人、処分者も約1万5千人に膨らむと予想されます。事故予防に効果が期待される一方、医師との連携や車の運転ができなくなった高齢者の交通手段の確保なども大きな課題となります。

● 検査方法

検査は楽器や動物などのイラストを見て、一定時間の経過後にどの程度記憶できているか確認したり、指定された時刻の時計の絵を描いたりします。その結果を基に「認知症の恐れあり」を第一分類とし、「認知機能が低下している恐れあり」を第二分類、「認知機能が低下している恐れなし」を第三分類としています。

法改正前も3年に一度の検査は実施していましたが、第一分類でも、一定の違反をしなければ医師の診察は必要ありませんでした。このため、次の検査までの間に認知症が進み、重大事故を起こす危険があるとの指摘がありました。

75歳以上の運転手が昨年一年間、より過失が重い第一当事者となった死亡事故(458件)を分析すると、免許更新時に第一分類とされた人は31人ととどまる一方、第二分類が181人と四割近いことが判明しました。

医療関係者によると、認知機能は急激に低下することもあり、横浜市で事故を起こした男性も、3年前の免許更新時の検査では問題がないとされていました。このため「免許更新時でなくても、高齢運転者の現状をタイムリーに把握する必要がある」としています。

● 運転免許の自主返納

平成10年から、運転免許の自主返納という制度が始まりました。全国的に、交通事故件数自体は年々減少しているものの、高齢ドライバーによる交通事故は増加する一方ですが、自主返納を促進するため、さまざまな特典を受けられるようになっています。



運転免許を返納した方は、「運転経歴証明書」を申請することができます。この証明書は、運転免許を返納した日からさかのぼって5年間の運転に関する経歴を証明するもので、これまで安全運転に努めてきた証明や記念の品となるものです。「運転経歴証明書」を提示することにより、高齢者運転免許自主返納サポート協議会の加盟店や美術館などで、様々な特典を受けることができます。

警視庁は高齢運転者に対する相談窓口として運転に不安を感じている高齢運転者、またはその家族の皆さんに適切な助言・指導ができるように、「高齢運転者相談窓口」を開設しています。運転に不安を感じたら相談しましょう。(S)

私の戦争体験記

シニアライフアドバイザー 宮澤 溥



◆ 開戦の当時

太平洋戦争が始まったのは、忘れもしない私が5歳半の時でした。当時私の家は豊島区長崎一丁目にあり、昭和16年12月8日午前7時のニュースで「臨時ニュースを申し上げます。臨時ニュースを申し上げます。大本営陸海軍部12月8日0時発表、帝国陸海軍は今8日未明西太平洋においてアメリカ、イギリス軍と戦闘状態には入り」という言葉が飛び込んできて、父が大きな声で「戦争が始まった！」と叫んで、私は何となく不安に駆られたことを今でもはっきりと覚えています。その時、母は台所で朝食の支度をしている最中で「ついに戦争になってしまったの？」とたいへん驚いた様子でした。姉たち3人はそれぞれ学校に行く準備をしていると驚いた様子などはよく分かりませんでした。

戦争が始まった直後は、私はまだ小さな子どもであったせいも、食べる物や着る物などにもそれほど不自由を感じることもなく、また戦争の恐ろしさも分からずに世の中の時代の風潮に乗って、近所の同じ年頃の子もたちと毎日兵隊ごっこや戦争ごっこなどをしながら遊んでいました。そのうちに食べるものも配給制になり、次第に物不足になっていきました。

◆ 兄の出征と国民学校への入学

昭和18年の2～3月頃、日の丸の旗をたたんで襷掛けした長兄が、神社でまず戦争祈願をして、その後町会の人や家族・知人・友人など多くの人の歓呼の声に送られて戦場へと出征して行きました。もちろん、私も周りの人と同じように日の丸の旗を頻りに振りながら、「必ず生きて元気な姿で帰ってきてほしい」と兄と神様をお願いしたことを小さいながらはっきりと記憶しております。

後に残された祖母をはじめとする家族の何とも言いようのない寂しそうな様子が今でも目に焼き付いていますが、結局、戦後になっても兄は帰ってきませんでした。

◆ 国民学校入学

兄が出征した年の4月、私は長崎第四国民学校の1年生になりました。黒い革製の新品のランドセルを背負って元気よく勇んで校門に入っていました。校庭の正面には天皇・皇后両陛下のご真影を奉った「奉安殿」と、脇の方には薪を背負って本を読む「二宮金次郎像」があり、その後、朝礼や登下校するときには時々拝礼をするようになりました。



◆ 空襲の到来と学童集団疎開

昭和19年に入り、食料をはじめとした物不足は一段と深刻さを増していき、「儉約」「拳国一致」「欲しがりません、勝つまでは」などという標語が使われるようになりました。

戦況は大本営の発表と反対に厳しさを増してしきりに防空演習が行われ、やがて空襲の到来が現実となりました。

私は昭和20年2月に福島県の「原の町」に学童集団疎開することになりました。ある日の夜の7時ごろ、山手線で池袋から上野まで行き、常磐線で「原の町」まで夜行列車に乗って翌日朝、5時ごろに到着しました。途中、水戸近くで軍事機密地域を通過するときには、同乗した軍人から窓の鎧戸を閉めて外を見ないように言われました。

◆ 疎開先の生活と終戦

間もなく「原の町」は敵の艦砲射撃と艦戦機の襲撃を受けるところとなり、当時の平経由で山の中の「土湯」に移動して暮らし、終戦の年の10月に帰ってきました。

疎開先でいじめられたこと、玉音放送を聞いたこと、池袋が焼け野原になり富士山が見えたこと、栄養失調で母に背負われて帰ってきたこと、自分の家が焼けてなくなっていたことなど、今ではすべてが懐かしい思い出です。



協会からの報告

全国一斉電話相談「シニアの悩み110番」



全国一斉電話相談「シニアの悩み110番」開催

開催日：3月25日(土)・26日(日)

午前10時～午後5時

場所：協会事務所 相談員・スタッフ：29名

年に2回開催される全国一斉電話相談が協会事務所で開催されました。参加協会は関東SLA協会・中部SLA協会・中国SLA協会・東中国SLA協会・九州SLA協会の5協会でした。マスク対策などは各協会で行いました。

関東はNHKテレビで字幕報道と読売新聞に掲載していただきましたが、2日間で33件の相談がありました。件数は少なかったのですが、相談内容について相談員で共有して意見交換などを行いました。時事通信の竹葉記者も参加して相談員の皆さんと情報交換もできました。



関東SLA協会からの提言

・一人世帯の高齢女性からの相談が多く、女性の寿命が世界一であることを感じました。

悩みの多くは、親族関係の悩み相談でした。夫婦世帯・家族同居世帯でも親子関係や嫁姑関係の悩みがありました。

・今回は相続に関する相談が多くありました。相続税の改正を知らない相談者が多く、税金の心配をしている相談が多くありましたので、相続税について詳しい広報の必要性を感じました。

税制改正によって、基礎控除額が3000万円と法定相続人の控除が一人600万円なったことで、自宅を持っていると相続税がかかると知っている人が多くいて、いろいろの控除があることなど知ってもらう必要があります。土地家屋などの相続を先延ばしにして次の世代に持ち越し、相続を複雑にしているようです。相続税について高齢者にわかりやすく説明したパンフレットや面接相談が安価でできる機関があると良いと思います。

・遺言書の意味と書き方の詳しい説明も必要です。

<全国SLA協会の電話相談件数>

関東SLA協会	中部SLA協会	中国SLA協会	東中国SLA協会	九州SLA協会	合計
33件	31件	5件	11件	32件	112

相談内容分析

区分	順位	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
		遺言相続	家族親族	健康医療	経済	人間関係	終末期	介護福祉	住居	成年後見	生き方	その他	仕事	消費生活	年金保険
合計件数	112	26	24	14	9	8	7	7	6	5	3	2	1	1	0
性別	男性	3	4	5	3	5	1	2	0	1	0	1	0	0	0
	女性	23	20	9	6	5	6	5	6	4	3	0	1	1	0



<可愛い鉛筆セット>

消しゴム付き曲げて遊べる不思議な鉛筆 20本とジャンケンができるじゃんけん鉛筆 30本のセットです♪子供会やビンゴ大会の景品として定番アイテム♪セット価格1,480円(税別)



<4役スタンド>

1台4役 文具ステーション ペン立て セロハンテープ台 クリップ収納 メモ帳立て デスクを可愛く整理整頓が出来ます。価格1,400円(税別)



<起き上がるシートポジット>

プレゼン資料の大切な部分には蛍光ペンでマークをしたり、付箋紙を貼り付けてマーキングをしたりできます。同じように、相手に渡す資料で注意を引きたい部分や、地図などにも同じようにマーキングを行うような時に、ちょっと変わっている目立つマーキングシールを使うのも良いし、一見すると普通のシールのように見えるが、貼るだけで強調したい部分が一目でわかるという優れものです。価格410円(税別)



<どこでも黒板>

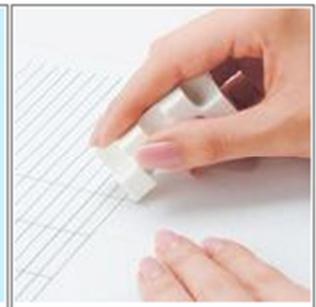
ハサミでも簡単に自由に切れちゃう♪貼ってはがせる どこでも黒板シート 45×200cm お絵かきや看板メニューにチョーク 5本付き 価格880円(税込)



<角消しスティック消しゴム>

互い違いに並んだキューブのカドは28カ所あります。この独特の形状で、消しゴムが減っていくと次々と別の新しいカドが使えるようになります。

新しいカドで消す快感が何度も味わえる新タイプの消しゴム。グッドデザイン賞受賞商品。価格150円(税別)



<マウス型カッター>

自由に曲線が切れる便利なカッターです。価格1,620円(税別)



便利で使いやすく面白い文具が次々に誕生しています。たまには新しい文具を探しに出かけてみませんか。(5)





協会だより < 最近の協会の活動と協会事業など >

★交流フェスタ～つなげよう！地域の絆～

第13回通常総会の後、自主活動グループが運営する「交流フェスタ」が開催されます。

日時：5月27日(土) 13:00～16:40

会場：明治薬科大学 剛堂会館

<プログラム>

第1部 講演「認知症の過去・現在・未来」

講師：エミール・オストベリ氏

第2部：自主活動グループ紹介（作品販売）

第3部：交流会



★SLC 養成講座9期修了者グループ「二水会」

シニアライフコーディネーター養成講座9期の皆さんが昨年立ち上げた「二水会」は、毎月第二水曜日の午後に、協会事務所にて会員同士の勉強会を開催しています。

4月には会員の岸さんの「介護タクシーの実態」

についての話で、多くの会員に聞いてもらいたい貴重な内容でした。



★クラウドファンディング活用で商品開発

SLAの小川信子さんは、発明協会会員でもあり、数々の発明の特許を取り商品化してきました。新しい商品開発のために今注目されているクラウドファンディングでサポーターを募集して「肩掛けホットインナー」を商品化しました。

2月のビバシニア講座で、小川さんにクラウドファンディングや発明について紹介いただきました。年齢を感じさせないお元気な様子に大いに刺激を受けました。「肩掛けホットインナー」について

興味のある方は事務局までお問い合わせください。



★「ビバシニアノート」好評販売中

“100まで輝いて生きる”をテーマに、今後の人生の目標を書き込んで自分だけのノートに作り上げてください。終活を考えている方に、ぜひ参考にさせていただきたい冊子です。

ご両親、ご親戚へのプレゼントにも好評です。

(お申し込みはホームページまたは事務局へ)
A4判52ページ 頒価1部500円(送料別)

★堀江菜穂子さんの詩集「さくらのこえ」

脳性まひの菜穂子さんの詩集は、当協会が製作販売を担当して、全国から申し込みがあり、3月末までに3,500冊以上販売いたしました。第四版の増刷をいたしましたので、ぜひご購入ください。

申し込みはホームページまたは協会事務所へ。

(03-3495-4283)

★シニアのいきいき生活を応援する講師派遣

当協会は、シニアのいきいき生活を応援する講座の講師依頼を受けております。また公民館等行政からの「セミナー・講座」の企画についてのご相談を受けています。

詳細は事務局へお問い合わせください。

< 広報誌「ビバシニア」の広告を募集します >

・主な配布先：会員、シニア関係団体、首都圏行政の高齢者支援部署、マスコミ誌生活・家庭関連部署、ミニコミ誌等・発行部数：4,000部

・発行：4月、8月、12月(年3回)

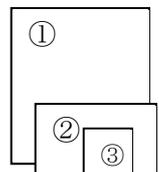
・広告料

① 1ページ全枠 100,000円

② 1/2ページ 50,000円

③ 1/8ページ 10,000円

(ご依頼によりデザイン制作を承ります)



< 編集後記 >

子どもたちを取り巻く問題は色々ありますが、シニアが積極的に関わって昔の遊びや文化を伝えていきたいと思います。忙しい母親のサポートだけでなくシニアも元気をもらえます。

山下由喜子、佐藤昌子、中村和宣

「ビバシニア」第34号 発行日/平成29年4月30日 (頒価：1000円)

< 発行人 > 特定非営利活動法人・関東シニアライフアドバイザー協会 佐藤 昌子

〒153-0063 東京都目黒区目黒 2-10-5 ライオンズマンション101 TEL: 03-3495-4283

E-mail: info@kanto-sla.com URL: <http://kanto-sla.com/> FAX: 03-3495-4342

関東シニアライフアドバイザー協会・広報出版の本紹介

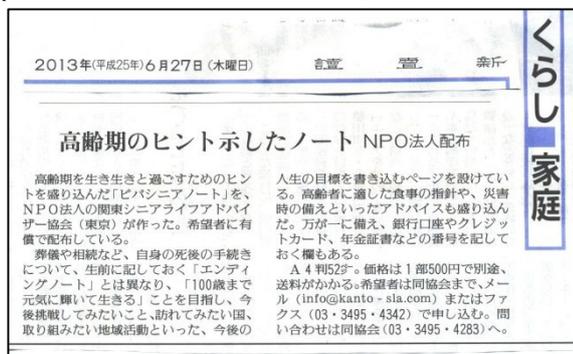


頒布価格：1冊500円（税込）
お申し込み・詳細は協会事務所へ
TEL：03-3495-4283
ホームページからもお申し込みが出来ます

NPO法人化10周年記念誌 ビバシニアノート好評発売中

100歳まで輝いて生きるためのヒントがいっぱい
お手元に置いて生きる活力となる冊子です。
このノートはシニアの皆さんのためだけでなく、若い世代の皆さんには、自分の過去と未来を見つめなおして、新しい自分発見の参考にしていただけるものと確信しています。

（2013年6月27日、読売新聞で紹介されました）



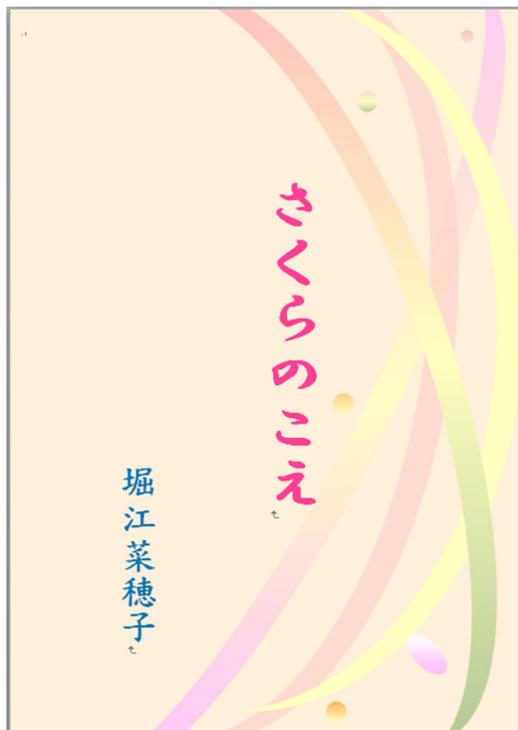
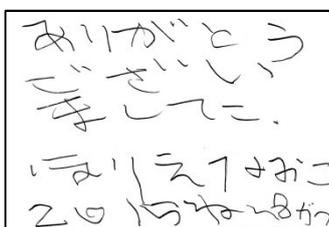
堀江菜穂子さんのこころの詩集 第四版増刷しました

脳性麻痺により体に重い障がいを持ちながら、それだからこそ一日一日を大切に生きる 堀江 菜穂子さんが、日々の生活の中で感じた喜びや生きることの意味を詩に綴りました。是非多くの皆さまにお届けしたいとの願いをもって発行しました。

（発行日：2015年6月30日）

2015年4月25日 朝日新聞・夕刊（関西地区版・社会面）、7月29日 同新聞・夕刊（関東地区版・社会面）で紹介されました。

菜穂子さんの直筆です



頒布価格：1冊500円（税込）
お申し込み・詳細は協会事務所へ
TEL：03-3495-4283

< 常設電話相談 >

シニア何でも電話相談」

月曜日～金曜日 11時～15時

03 - 3495 - 4283

団塊の世代や中高年が直面している諸問題について、シニア問題の専門家が電話で丁寧に対応いたします。ひとりで悩まないでお電話ください。



NPO法人 関東シニアライフアドバイザー協会

◆面接相談もあります: 専門家がご相談を受けます(有料)

東京晴和法律事務所

TEL 03-6278-7722/FAX 03-6278-7723



- ・受付時間 9:30AM~ 5:30PM
- ・E-Mail t-seiwa@t-seiwa.com
- ・住所 東京都中央区築地 1-12-22
コンワビル13階
- ・最寄駅 東銀座駅 (日比谷線・浅草線)

在籍弁護士 8名

弁護士 伊藤 健一郎

弁護士 榎園 利浩

弁護士 大関 大輔

弁護士 藤本 正保

弁護士 丸山 一郎

弁護士 山口 勝久

弁護士 和田 慎一郎

弁護士 十時 麻衣子

Tokyo Seiwa
law office