

生きがいについて

キーワード

- 1 生きがいとは、全ての人の生活の質をいかに高めていくかということ
豊かな気持ちで、日々を過ごし、老い、生涯を終えることのできる社会を
- 2 生きがいは、人それぞれ異なる多様なものであり、変化するものである。
- 3 生きがいそのものは個人的なものである。個人、地域、行政それぞれが何をすればよいか
- 4 団塊の世代の力をいかに活かしていけるか。

<考え方>

- 1 **生きがいとは、全ての人の生活の質をいかに高めていくかということ
豊かな気持ちで、日々を過ごし、老い、生涯を終えることのできる社会を**

人それぞれ状況や思いは異なっているが、それぞれの置かれた状況において、日々の生活の質をいかに高めていくことができるかが、生きていくために必要である。この生活の質を高めるものを「生きがい」と考える。

「生きがい」というと、生活に余裕がある人が求めるもののように捉えられがちだが、そうではない。病気になっても、介護が必要になっても、障害があっても、あるいは家族に介護が必要な方がいても、生活が苦しくても、何か「生きがい」がなくては生きていけない。

誰もが、生きがいを持ち、住んでいる街で終焉を迎えられる地域社会の実現を目指していきたい。

<現状と課題>

- 2 **生きがいは、人それぞれ異なる多様なものであり、変化するものである。**

生きがいとは、人それぞれ多様なものである。働くことであったり、学ぶことであり、教えることであり、趣味やスポーツであり、企業であり、地域貢献であり、……。また、一人の人間にとっても、生きていく上で変化していくものである。

平均寿命が80歳を、高齢者人口も全体の2割を超えようとする現在、高齢者にとっての「生きがい」も大きく変わってきている。

高齢者とは介護が必要な人（新宿区の要介護認定者の比率 平成16年度末で高齢者全体の約18%）だけではない。実は多くの方は元気に活動できる方である。

高齢者も、趣味的なものだけでなく、就労、起業、生涯学習、地域貢献等いろんな生きがいを求めている。

今までのような、高齢者を全て同じとして考えたり、「高齢者の生きがい=趣味活動」と捉えるだけでは不十分である。

新宿区の高齢者の多くは、高齢者だけで生活している人が多い(高齢者1人世帯、高齢者夫婦のみ世帯は、20,804世帯で全体の13.4%、高齢者のいる世帯の56.9%(平成12年国勢調査))ことに気をつけなければいけない。

< 解決・改善の方向性 >

3 **生きがいそのものは個人的なものである。個人、地域、行政それぞれが何をすればよいか**

生きがいは、人それぞれ多様なものあり、個人的なものである。他人から与えられるものではない。また、行政や地域が全て担うことは無理である。行政、地域、個人の役割分担を踏まえて考えていきたい。

「障害」や「老化」といった一般的にはマイナス面として捉えがちな事も、当事者にとって大きな「生きがい」として、自らを、生活を高めることもできる。

生きがいを実現するための要素には次の事が考えられる。

拠点が必要。施設の有効活用
情報やネットワーク作り
人材。指導者作り 仲間作り

従来高齢者の生きがい施策の中心であった、高齢者向けの施設、高齢者クラブについては、依然利用者・参加者は多いものの、年々低下している。特に新たに高齢者になった方の参加は少ない傾向が見られる。

心配度、と要援護度に応じて、「元気な人」「元気だが人嫌い」「心身機能低下で心配な人」と分類してはどうか。

・「元気だが人嫌い」 将来を考えると心配な点あり。何か交流のきっかけ等をつかむ仕組みが必要。一番対策が難しい。ゆるやかな連携の仕方を考える。

・「元気な人」 ボランティア活動や、高齢者クラブ等の紹介、参加を募る仕組みを考える。

・「心身機能低下で心配な人」 元気でないからといって「生きがい」がなくていいということではない。それぞれの状態にあった「生きがい」を感じる事が重要。極論だが「豊かな気持ちで死を迎えられる社会」を築く。

(行政)

行政の果たす役割は、活動拠点といった施設整備、活動への支援、仕組みづくりが望まれる。

(拠点)

- ・「ふれあいサロン」や介護予防の拠点としての「地域包括支援センター」など、地域の特性にあった施設のあり方を検討していく必要がある。
- ・ことぶき館の活用について。現在の利用のあり方の改善（利用者、利用方法の固定化への対応）、多世代との交流、世代を超えて活動できる場として 介護予防の拠点
- ・区施設の有効活用 廃校になった空き教室等

(その他)

- ・行政の生きがい対策への課題
 - メニューは豊富にあるが知られていない
 - 場所が遠い
 - 参加するメンバーが限られているため参加しにくい
- ・情報を伝える方法への工夫が必要である。文字情報だけでなく、口コミも重要
- ・閉じこもっている方が、活動のきっかけとなる事業を用意する・
- ・活動に対する有効な支援策の用意する。
- ・仲間作りの支援として、区や社会福祉協議会の役割の重要性。民間企業への理解

(地域)

地域における見守り活動が重要になる。

課題

- ・町会や既存組織の閉鎖性、高齢化地域の見守りが必要
- ・高齢者クラブは、地域社会において、高齢者のコミュニティとして集まれる場所を作っていく役割を果たしていきたい
- ・高齢者クラブの活動を支えていくリーダーを作っていくことも必要。

(個人)

生きがいは自ら努力して作っていくもの。どんな状況に置かれても、決して失ってはいけない。

自分を活かすことこそ、生きがい。何かの役割を持つこと、人の役に立つことも生きがい。得られた知識を地域に還元してほしい。

<もう一つの課題として>

4 団塊の世代の力をいかに活かしていけるか。

今後、いわゆる団塊の世代が定年になり、地域社会へ参加することになる。

団塊の世代の方は、自分の経験を活かして地域で、活動していきたいという想いを持っている。彼らの能力、実行力は、これからの地域活動にとって期待は大きい。

しかし、現在のところ団塊の世代は、仕事が忙しかったり、家庭の問題で忙しく、地域との繋がりが薄い。また、現在ままの高齢者活動、地域活動にはなかなか馴染まないのではないか。

これからの高齢社会の中心である、団塊の世代と地域とのつながりを作っていくことを考えなければならない。