

＜ もくじ ＞	
1. 2023年度連続講座第3回の結果報告	1
2. 2023年度連続講座第4回開催のお知らせ(再掲)	2
3. 研究会からのお知らせ	2
4. 研究会からの概要報告	3
5. 事務局からのお知らせとお願い	5

## 1. 2023年度連続講座「長寿時代を生き抜く知恵 Part 2」第3回 (11/11)の結果報告

### ■ 第3回のテーマ：「人生100年時代を楽しむための準備：とても大事な排泄の話」

- 1) 日 時：11月11日(土) 14:00～16:00
- 2) 講 師：小島 みさお (シニア社会学会会員  
NPO 法人日本コンチネンス協会副会長)
- 3) 会 場：東京家政学院大学 1602教室
- 4) 参加人数：会場15名、オンライン9名  
(会員12名、非会員12名)



#### ＜概要報告＞

NPO法人日本コンチネンス協会は、「すべての人が気持ちよく排泄できる社会を目指して」活動している団体で、発足から30年となります。コンチネンス (continence) とは、日々の生活の中で排泄をコントロールできている状態を表す言葉です。排泄トラブルの「予防」「治療」「対処(ケア)」の重要性を伝える活動をしています。

今回は、高齢期の排尿の特徴と対応策についてお話ししました。要介護ではなく、フレイルが気になるシニアに向けた実践的なお話です。フレイルは、尿失禁や頻尿、残尿などの下部尿路症状との関連が報告されています。そして尿失禁は、他者との交流への影響や抑うつ傾向、閉じこもりとの関連があるとの報告もあります。

そこで、尿失禁の4つのタイプの特徴と原因、対応について説明しました。特に、腹圧性尿失禁と切迫性尿失禁の予防・改善につながる「骨盤底筋体操」を、実際に会場の皆さんと一緒に体験しました。この体操は、3ヶ月程度、毎日行なうことで、尿失禁の改善も見込めるものです。ぜひ予防のためにもお勧めします。また、尿失禁予防の6箇条(便秘や肥満に注意など)や、いざ専門医を受診するときの3種の神器(排尿日誌、お薬手帳、困りごとのメモ)についても、具体例を挙げてお話ししました。

後半、排泄に関連する用具等の最新動向にも触れました。自動で、排泄物が入ったラップを、熱で袋状に接着するポータブルトイレを紹介しました。これは、今後増加が見込まれる独居の要介護者や男性介護者でも、簡単に後始末ができるタイプです。また、ポータブルトイレ用処理袋は、災害時の備えにも役立つことをお伝えしました。そして、紙おむつを回収して再生するプロジェクトが環境省の取り組みとして進行している様子も紹介しました。

最後に、当協会では無料の電話相談窓口を開設しており、出前講座の講師派遣もしているので、「歳のせい・・・」とあきらめず、気軽に利用してほしいと呼びかけました。参加者の皆様からは、排尿日誌のほか、排便日誌の付け方についてもご質問いただきました。今回は排尿に絞ってお話しましたが、排便についても、機会があれば、ぜひお話ししたいです。(小島みさお 記)

以下、参加者アンケートからの回答の一部をご紹介します。

- \* 話題にしにくいことが、専門性と科学的裏付けで説明されて、抵抗なく聞くことができました。(会員70歳代 女性)
- \* 今までしっかり考えてこなかったことでしたが、大切なことなので介護予防の役に立てたいと思います。(会員50歳代、男性)
- \* 便秘パニックと頻尿で毎日悩んでいるのでいいお話を拝聴しました。(会員60歳代 男性)
- \* 排泄は生活の基本的部分なので聴きたいと思いました。「ラップポン」「ワンズケアトイレ処理袋」「骨盤底筋体操」などなど、具体的に教えていただきとてもよかったです。(非会員80歳代 男性)
- \* フレイルと尿失禁は深い関係がある。介護保険制度化の特定福祉用具販売種目の紹介。特に特殊尿器と介護保険からの払い戻しなどありがたい情報です。特に排泄の中で便の臭が一番問題かと思います。介護している人、されている人、入院中の特に複数部屋においては治らなくても早期退院したいと思える状態。消臭剤があるとお聞きしました。一番気になっていたので嬉しい情報でした。排泄の話は生きていくうえで一番大切な日常生活の一部。高齢者や身体が不自由な人、大切な情報がたくさんあり、シニア社会学会ならではの温かな講座でした。(非会員70歳代 女性)

## 2. 2023年度連続講座 第4回開催のお知らせ(再掲)

### ◆第4回 12月9日(土) 14:00~16:00

テーマ:「老若定めなく寿命こそ計りがたし〜人生を走り抜けようとしている者の感慨」

講師: 濱口 晴彦(シニア社会学会副会長 早稲田大学名誉教授)

安田 和紘(シニア社会学会理事 元目白大学教授)

□ 主催: 一般社団法人シニア社会学会・東京家政学院大学共催

□ Zoom 併用によるハイブリッド開催

□ 参加費: 会員・非会員: 各回 1,000円 (学生: 無料)

※ オープン講座ですので、会員以外の方の参加も歓迎いたします。

※ 開催日前々日までにお申込み下さい。

※ 詳細については添付のチラシをご覧ください。

(会場は、チラシ掲載の1501教室から1602教室に変更となっています)。

## 3. 研究会からのお知らせ

### (1) 第48回「ライフプロデュース」研究会開催のお知らせ

1) 日時: 2023年11月24日(金) 17:30~19:30 Zoomにて開催

2) テーマ:「戦時中、本当にあった人造石油プロジェクト」

ファシリテーター 柴本淑子さん(編集者ライター)

※ ご連絡ご質問は、中村昌子(nakamurayoshiko6@gmail.com)までお願いします。

会員の皆さま、お誘いあわせの上、どうぞお気軽にご参加ください。

### (2) 第39回「YNS やまぶき任意後見サポート会」開催のお知らせ

1) 日時: 2023年11月25日(土) 18:30~20:30

2) 場所: 品川区東大井 5-18-1 きゅりあん 第二グループ活動室

3) 発表者: 鈴木 眞澄及びその他YNS やまぶき任意後見、アワーズ

4) テーマ: 認知症とともに生きる

「信託」と「任意後見」の併合を考えていきます。

劇団 <sup>びしょうざ</sup>「B笑座」第26回。

認知症らしさを体験することで新たな発見が生まれます。人形劇、寸劇、その他劇団員募集しています。Zoomの参加もできます。

※ お問い合わせは、鈴木 眞澄 (mme\_masumi@yahoo.co.jp) 迄お願い致します。

### (3) 第47回「社会情報」研究会開催のお知らせ

1) 日 時：2023年12月13日(水) 15:00~17:00

2) 場 所：Zoom 開催

3) 概 要：当研究会が担当する研究会合同イベントについて

※参加ご希望の場合は、前日までに森 moriyasu@ied.co.jp までご連絡ください。

### (4) 第156回「社会保障」研究会開催のお知らせ

1) 日 時：2023年12月13日(水) 18:00~20:00

2) 報告者：池田心豪(労働政策研究・研修機構 副統括研究員)

3) テーマ：「介護離職の構造 育児・介護休業法と両立支援二一ス」

4) Zoom でいたしますので、参加を希望される方は、阿部にご連絡ください。

阿部富士子 fujiko-s@jeans.ocn.ne.jp

※ご質問がありましたら、阿部(旧姓佐藤)まで 090-4436-6853

## 4. 研究会からの概要報告

### (1) 第154回「社会保障」研究会の報告

1) 日 時：2023年10月25日(水) 18:00~20:15

2) 報告者：小島克久(国立社会保障・人口問題研究所)

3) テーマ：「新型コロナ禍の台湾における外国人介護労働者の動向—公表データを用いた分析」

4) 参加人数：15名

最初に袖井座長から、今回の研究報告について、依頼に至った経緯などの説明があった。

その後報告者から、(1) 新型コロナ禍で行った台湾社会保障研究、(2) 台湾の新型コロナ対策と医療・介護などへの影響、(3) 新型コロナと家庭外籍看護工への影響、の構成で報告が行われた。

なお、報告者は東アジアの介護政策、特に台湾の介護政策を専門とする。(1) では、新型コロナの影響で、仕事・生活が大きく変わる中、台湾の研究を、介護制度への影響を含めた新型コロナ対策にシフトし、この3年間に日々行ってきた情報収集と分析について説明した。(2) では、本報告の土台となった、台湾の新型コロナ対策の概要とその特徴を説明し、特に初期の段階で迅速に各種の対策を採ったことを特徴として指摘した。その上で、新型コロナが台湾の介護制度の中で最も顕著な影響を与えたものとして、家庭で働く外国人介護労働者(家庭外籍看護工)の減少を挙げた。

そして本報告の中心となる(3)では、新型コロナ期間中に新規受け入れを停止した家庭外籍看護工の状況の変化、その地域差の要因の分析方法と結果を報告した。衛生福利部や労働部などの台湾当局の公表データを用いて、①家庭外籍看護工が新型コロナに感染・隔離時の補償手当受給率、②休日なしで就労した者の割合の変化、③家庭外籍看護工の要介護高齢者に対する割合(家庭外籍看護工カバー率)、高齢化率、外国人人口割合など、を推計・算定した。①と②をそれぞれ被説明変数、③を説明変数とした回帰分析を行った。その結果、補償手当受給率、休日なしで就労した者の割合の変化に地域差があり、前者は外国人が多い地域で高く、後者は、家庭外籍看護工カバー率、高齢化率が高い地域で高いことを明らかにした。新型コロナ禍での家庭外籍看護工の一時受け入れ停止は、地域差を伴う形で台湾の介護に大きな影響を与えた。政策への示唆として、外国人介護労働者の受け入れ体制は、パンデミックなどの人流が制限される事態を想定して構築すること、そのような事態に際して彼らを守る仕組みを構築することが重要であるとした。

報告の後には、台湾の介護制度、外国人介護労働者受け入れの仕組み、彼らの人権確保、台湾で感染者数が抑えられた背景などについて、活発な意見交換が行われた。

付記) 本報告は、日本老年社会科学会第 65 回大会「新型コロナ禍の台湾における外国人介護労働者の動向—公表データを用いた分析」に大幅に加筆、口頭報告向けに内容を再構成して行った。

(小島克久 記)

## (2) 第91回「シニア社会のリテラシー」研究会の報告

1) 日 時：2023年10月26日(木) 15:00~18:00

2) 場 所：早稲田大学・国際会議場4階第7共同研究室

3) テーマ：①冊子の配付と精算、安田編集長の経過報告

②冊子の有効活用について意見交換

③連続講座第4回(12/9土)の講演内容についての提案と意見交換

④「濱口先生卒寿のお祝い会」企画の提案と意見交換

待望の冊子『私たちのシニアライフ—人生を駆け抜けようとしている今考えていること』が完成し、寄稿者に配付した。当冊子への寄稿者は、濱口座長をはじめ12名で、64ページにまとめられた。安田編集長の経過報告では、寄稿者の協力への感謝と共に、印刷コスト削減に苦慮したことが語られた。冊子の有効活用については、今後当冊子が多くの方に読まれること。12の寄稿文にはそれぞれ含蓄のあるキーワードがあることから、特にシニアの入口にいる人たちに読んで欲しいこと。そしてマスコミへの働き掛けも検討したいこと。

次いで連続講座第4回(12/9土)の講演内容についての提案と意見交換では、濱口座長から安田講師を中心にプログラムを組み立てて欲しいとの要望が述べられた。この12月、濱口座長が卒寿を迎えられることから、研究会として『お祝い会』を計画しており、その企画概要の提案と意見交換があった。開催日は、12月21日(木)を予定する。濱口座長は、当冊子を読んだコメントとして、時代の趨勢として社会の軸の3大規範(性別規範・年齢規範・出生地規範)に地殻変動が起こっていて、その隙間を埋めつつあること。世代間の新旧の対立はあるが、全くルールがないわけではなく、破れを補填し、ある日気づくと選択が定着し常道になっている。こうした作業が作り出す規範は「知道」とでもいうものだろう。私たちは日本に民主主義が定着する過程で試行錯誤しながら、そのような美を経験し、よりよい明日を生みだしていると述べられた。

(島村健次郎 記)

## (3) 第47回「ライフプロデュース」研究会の報告

1) 日 時：2023年10月27日 17:30~19:15 Zoomにて開催

2) 報告者：岡田慶子さん(臨床心理士) 参加者：6名

3) タイトル：読書会「DIE WITH ZERO」ビル・パーキンス著

### ◇人生を豊かに生きるための9つのルール

ルール1：今しかできないことに投資する

ルール2：一刻も早く経験に金を使う

ルール3：ゼロで死ぬ

ルール4：人生最後の日を意識する

ルール5：子どもには死ぬ「前」に与える

ルール6：年齢に合わせて「金、健康、時間」を最適化する

ルール7：やりたいことの「賞味期限」を意識する

ルール8：40~60歳に資産を取り崩し始める

ルール9：大胆にリスクを取る

私も今しかできない経験に投資するという考えに賛成である。「ゼロで死ぬ」は納得できるが、実際老後をどのように過ごしたいかによって、方針も大幅に変わってくるのではないか。子どもには、価値を最大化できる時に与える方がよいという考えに賛成である。一番共感したのは、年齢に合わせて「金」「健康」「時間」を最適化するということが、実際にはなかなか思うように



はいかないのではないか。

#### ◇参加者からの感想は以下の通り

- ・生前贈与は早める必要なし。経験に必要なお金は自分で準備すべき。経験することばかりがしたいのではなく、自分らしく時間を何に使うか、何がしたいのかが問題である。
- ・「死」はいつ襲ってくるのか誰も分からない。シミュレーションが実際には困難だと思う。
- ・考え方は賛成であるが、この本には「メンタル面」についての検討が決定的に欠けている。
- ・若い頃の3週間のヨーロッパ研修旅行で、人生観が変わった。経済的な負担があったけど、この研修で身についたことが今に生かされている。
- ・1969年生まれ(54歳)の著者ビル・パーキンスが著したこの本、今回の参加者は、60代70代、現役時代を生きてきた時代背景が異なるので、参加者の生きてきた軌跡が反映された、実体験に基づく辛口コメントが大変興味深く、読書会におけるこのやや辛辣な、率直に「物申す」スタンスのコメントこそ、「ライフプロデュース」研究会の持ち味のひとつだと思った。(岡田 慶子 記)

#### (4) 第38回「YNSやまぶき任意後見サポート会」の報告

- 1) 日 時：2023年10月28日(土) 18:30~20:30
- 2) 場 所：品川区東大井 5-18-1 きゅりあん 第二グループ活動室
- 3) 発表者：鈴木 眞澄及び会員(YNS やまぶき任意後見サポート会)
- 4) テーマ：認知症とともに生きる

#### 劇団 「<sup>びしょうざ</sup>B笑座」第25回。

「人形劇」も混ぜて、楽しく寸劇を行いました。Zoom参加者も増えました。今後に活かしたいと思います。(鈴木眞澄 記)

#### (5) 第46回「社会情報」研究会の報告

- 1) 日 時：2023年11月15日(水) 15:00~17:00
- 2) 場 所：上野区民館 301号室
- 3) テーマ：当研究会が担当する研究会合同イベントの準備進行と役割分担について
- 4) 概要

##### ①合同イベントの説明(八巻)

- ・登壇者や報告概要を説明。
- ・基調講演(八巻さん)  
パネルディスカッション(千葉商科大学よろず隊、ナルク市川田口さん、あざみ野団地安田さん)
- ・11月9日千葉商科大学を八巻・森で訪問。  
よろず隊の顧問の齋藤紀子先生にイベント概要を説明。

##### ②合同イベントの準備進行と役割分担

- ・過去の進行表を参考に、進行の確認と役割分担を決めた。
- ・登壇者以外のメンバーが全員参加で準備から当日運営を行うよう、分担した。

##### ③当日の時間配分

- ・過去の例に沿って概略を決定。

##### ④その他運営委員に依頼する作業

- ・写真撮影

(森 記)

## 5. 事務局からのお知らせとお願い

### <会員情報変更時のご連絡のお願い>

事務所移転後は、各種ご連絡をeメールや郵送で行うことが多くなっております。会員情報(氏名・住所・メールアドレス等)に変更が生じた場合は、速やかにご連絡くださいますようお願いいたします。

なお、電話による連絡はご遠慮いただいております。シニア社会学会事務局あて連絡は、eメール：  
jaas@circus.ocn.ne.jp 又は郵送いずれかの方法にてお知らせください。

### <2023年12月JAAS Newsの発行日>

次回JAASNews第292号の発行日は、2023年12月20日(水)です。原稿をお寄せ下さる方は、12月15日(金)までに、学会宛のeメール添付にてお願いいたします。

シニア社会学会 事務局一同

一般社団法人 シニア社会学会・事務局  
〒101-0054 東京都千代田区神田錦町3-21  
ちよだプラットフォームスクウェア1037  
eメール：jaas@circus.ocn.ne.jp URL：http://www.jaas.jp/