

＜ もくじ ＞	
1. 2024年度連続講座第1回の結果報告	1
2. 2024年度連続講座第2回～3回開催のお知らせ	2
3. 研究会からのお知らせ	2
4. 各研究会の概要報告	4
5. 事務局からのお知らせ	6

## 1. 2024年度連続講座「長寿時代を生き抜く知恵 Part3」第1回(9/28)の結果報告

### ■第1回のテーマ：65歳からの長寿の家「人生100年を見据えた家づくり」

- 1) 日時：9月28日(土) 14:00～16:00
- 2) 講師：天野彰(シニア社会学会理事、建築家)
- 3) 参加人数：会場22名、オンライン8名、事後録画視聴1名  
(会員18名、非会員13名)



#### ＜概要報告＞

#### 2S+3Fの家が重要？

まずは住まいの安全と健康な老後の暮らしを見つめること。そして何より自立の姿勢を変えることです。住まいを見ることは生きること、いや“生きる意識”のリノベーションと言える。

2SのSはセルフディフェンスのSとセルフサポートのS。3FのFは人と家の障害のないバリアフリーのFとエネルギーフリーのF。そしていつまでも安心できるメンテナンスフリーの3つのF。

**老後に強い長寿の家はわが人生の時計を見ること** 「人生100年のアナログの時計の文字盤」を描き、そこに自分(親)の姿と人生を描く。そこではじめて家の様子と、どうすべきかが見えてくる。

**65歳は老前、これからを10年周期で人生と家を考える。** 毎日を明るく、楽しく、社会的に暮らす。これからこそ心身の変化を細やかに10年で区切ってみると、老前一期(65歳から75歳)。老前二期(76歳から85歳)。そして老前三期、老中か？(86歳から95歳)。三期まできたらここではじめて老後と考える！この輝きを秘めた「長寿の家」をどうつくり、どうすごすか。

老中の関門には ロコモ・サルコ・フレイルがある？

身体的な変化を示す医学・健康の概念が、ロコモ・サルコ・フレイル。簡単には身体が老いととも弱っていく段階。これこそが住まいかたと家に直接関係がある。「長寿の家」は、ロコモ、サルコ、フレイルを極力先に押しやり、そして受け入れなければならない。

#### 3つの虚弱化していくステップとは

ロコモはロコモティブシンドロームのことで、運動器症候群。体を支えている骨、関節、神経に支障が起き「階段を上り下り」「衣服の着脱がスムーズにできない」「長寿の家」が筋トレとバランス運動を含む家であれば好都合。個人差はあるが、長寿一期である65歳から75歳までの暮らしではらくにできる。サルコはサルコペニア、筋肉減少。転倒するなど身体機能が低下し自信がなくなる。いろいろ自分で考え、工夫し筋トレとバランス運動のプライベートジムとなる。フレイルとはフレイルティ、まさに虚弱のこと、要介護の病人予備軍トイレと風呂を改造する必要も出てくる。長寿の家はこういう流れを読んだ上で設計、または改造可能な位置取りにする。

#### 交通事故より多い家庭内事故死

無理なつくりの急な階段も多く、転落事故の原因となっていることが多い。

ゆっくり“行って来い”式の踊り場のあるUターン階段？これなら運悪く転がり落ちてでも半階ですみ、両側手すりですり取り場を広く取って憩いの場とするのです。まさしく3Sには3Uも重要なのです。災害や地震に勝つ！想像力で住まいの長寿を！



自助・自立 車いすより這ってでも生きる「長寿の家」。

バリアフリーの家は、必ずしも車いすで暮らせる家だけでなく。ベッドからトイレ、浴室へと自力で腰をずらして移動できるベンチ式や、そのまま洗い場のスノコまで這って行って横たわったままシャワーを浴びるなどあくまで自立を考える。さらに想像して自立の生活をする。

スノコのシャワー入浴 ベンチ式トイレと浴槽ずれて行くだけ (R 邸)

すなわち住まいや部屋が住む人をサポートしてくれ家づくり、そしてリフォームが大切。

(天野彰 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。

- \* 今日のおはなしを聞いて「住」の問題も大切であったことを改めて認識しました。老後を楽しく元気に暮らすために「住まい」の問題は避けてはいけないと思いました。(80歳代、男性)
- \* 「遊び・愉しむ・学ぶ」これからの暮らしの中で実践していきたい。すのこの横になって入れる風呂、ベッドからはってでもいけるトイレ、京都の町屋の庭の意味。楽しかった。(60歳代、女性)
- \* 日本では家建物は資産としてあつかわれています。ベビーブーマーの人達に話を聞いてほしいです。天野先生のユーモアあふれる講演に引きつけられました。(70歳代、女性)
- \* 夫婦が別室で睡眠をとることの危険性を教えられました。(70歳代、男性)
- \* 日本は災害が多い国なので、地震や水害など自然災害に対応した家に住みたいと思いますが、費用面の負担が気になります。(70歳代、女性)

## 2. 2024年度連続講座第2回～3回開催のお知らせ

### ◆第2回10月19日(土) 14:00～16:00

テーマ:「自分のいのちは自分が決める～バイオエシックス(生命倫理)を実践する」

講師: 木村 利人 (シニア社会学会会員 早稲田大学名誉教授)

### ◆第3回12月7日(土) 14:00～16:00

テーマ:「天国へのお引越し～遺品整理のはなし」

講師: 吉田 太一 (シニア社会学会会員 株式会社キーパース代表取締役)

※ 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。

□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

□会 場: 東京家政学院大学三番町キャンパス1602教室、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)

□申込方法:

①Peatixで申し込まれる場合(会場参加・オンライン参加) <https://renzokukouza2024.peatix.com/>

②Eメールで申し込まれる場合

シニア社会学会Eメール(jaas@circus.ocn.ne.jp)へ以下の事項を記載し、お申込み下さい。

- ・お名前・参加区分(会員/非会員/学生【大学名と学部を明記】)・参加講座(第二回/第三回)
- ・参加方法(会場参加/オンライン) オンライン参加の方は事前に参加費をお振込みください。

※ 詳細については同報のチラシをご覧ください。各回の開催日前々日までにお申し込み下さい。

## 3. 研究会からのお知らせ

(1) 第55回「ライフプロデュース」研究会開催のお知らせ

- 1) 日 時：2024年10月23日(水) 16:30~18:30 (Zoom 開催)
- 2) 報告者：岡田慶子 当学会運営委員 臨床心理士
- 3) テーマ：「人生は廻る輪のように」(1993年 初版) エリザベス・キューブラー・ロス博士による最初で最後の自伝、この本から私が学んだこと。

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

## (2) 第165回「社会保障」研究会開催のお知らせ

- 1) 日 時：2024年10月23日(水) 18:00~20:00
- 2) 報告者：田中義高 (こども家庭庁長官官房参事官)
- 3) テーマ：「こども政策の展望とこども家庭庁の役割」
- 4) オンラインで開催いたします。

※ 参加を希望される方は、阿部 (fujiko-s@jeans.ocn.ne.jp) にご連絡ください。資料をお送りします。

※ ご質問がありましたら、阿部(旧姓佐藤)まで 090-4436-6853

## (3) 第100回「シニア社会のリテラシー」研究会開催のお知らせ

- 1) 日 時：2024年10月24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：「サードエイジ (=シニアプレイヤー) がコミュニティで果たす役割  
—社会参加 (=就労、余暇活動、ボランティア) の一環として」
- 4) 発表者：安田 和紘
- 5) 参加費：300円

※ お問い合わせは、島村 (ken-sima1941@jcom.home.ne.jp) までお願い致します。

## (4) 第49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：2024年10月26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、学会員の方
- 4) テーマ：認知症とともに生きる

寸劇を取り入れて具体的にわかりやすくします。

びしょうざ  
劇団 「B笑座」

認知症を可視化し、できるだけわかりやすくします。人形劇、寸劇など劇団員募集しています。

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

## (5) 第72回「災害と地域社会」研究会開催のお知らせ

- 1) 開催日時：2024年10月29日(火) 18:00~20:00
- 2) 開催場所：早稲田大学 26号館 1102 会議室 (対面とZoomのハイフレックス開催)
- 3) 開催主体：早稲田大学「地域社会と危機管理研究所」、当学会「災害と地域」研究会共催
- 4) 報告者：吉川忠寛 (防災都市計画研究所 代表取締役所長)
- 5) テーマ：「能登半島地震の津波避難に関する報告」

※ 参加ご希望の方、お問合せは、長田 (pfb00052@nifty.com) までご連絡ください。

## (6) 第54回「社会情報」研究会開催のお知らせ

- 1) 日 時：2024年11月6日(水) 15:00~17:00
- 2) 場 所：Zoom 開催
- 3) 報告者：森嶋由紀子
- 4) 概 要：「人生100年時代のリテラシー」にICT関連を加えてご報告

※ 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. 各研究会の概要報告

### (1) 第71回「災害と地域社会」研究会概要報告

- 1) 開催日時：2024年9月19日（木） 15:00~17:00
- 2) 開催場所：早稲田大学26号館1102会議室（対面とZoomのハイフレックス開催）
- 3) 開催主体：早稲田大学「地域社会と危機管理研究所」、当学会「災害と地域」研究会共催
- 4) 報告者：野坂 真(青森公立大学経営経済学部地域未来学科 准教授)  
阿部晃成(地域社会と危機管理研究所 招聘研究員)
- 5) テーマ：野坂 真「2024年能登半島地震における生業と地場産業」  
阿部晃成「令和6年能登半島地震における集落自治の現」

輪島の調査を長年続けてきた野坂さんは、7年前の調査の後2024年1月1日地震後の輪島塗職人たちの調査を本格的に始めるために8月から現地へ赴き、今回は6人の職人へのインタビューと農業水産業、観光業についての情報収集の結果をご報告いただいた。輪島塗に関しては塗師とその他職人の地位の違いが大きく、塗師は地震後島を離れた職人のあとを継ぐ新人の確保には訓練などに時間が必要であること、前回の報告で被害のあった地粉はまだ利用可能であり輪島塗はここでしか維持できないことなどが報告された。しかし孤立地域では4日間家族コップ一杯の水で過ごした過酷な経験の話や、倒壊家屋の解体も進まない現状を耳にすると復興にはまだ道は遠いと言わざるを得ない。

阿部さんは宮城大学の教員で、東日本大震災のときに多くの方々に支援をいただいた経験があり、自分も能登の復興のために、ボランティアを兼ねて調査に参加してこられた。能登の深水町全域で避難が強いられた。各避難先を丹念に回られて、避難者の中の「自治」の実態を探っている。自治体では避難者の情報把握ができていないが、各地区の区長に話を聞いても管轄地区の状況がわからず、各地区の自治のあり方が多様でバラバラであることが確認されたという。避難する際に集落単位でまとまって避難することを主張した大沢地区では住民の居場所を区長が把握しているが、そうでないところでは旧来型の自治は成り立たず、若い世代などや商店などの間の連携で固有の自治が形成されており、復興の目標が定まらないという。今回の報告は能登の大雨被害の前日であった。（長田攻一 記）

### (2) 第99回「シニア社会のリテラシー」研究会の報告

- 1) 日 時：2024年9月19日（木） 15:00~17:40
- 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「シニア世代がサードエイジの充実・達成に向けて、望ましいコミュニティづくりを目指す」 発表者：大下 勝巳

②濱口座長のレポート「人生の居場所が変わるとき、新旧の人生と対面する」の解説と討議

大下さんは、参加者に事前に配付した資料に沿って、2つのポイントに絞り発表された。1点目は、今回のレポート作成のスタンスは、コミュニティづくりへのチャレンジこそシニア世代のライフスタイルに相応しいとの強い思いであること。「人生の最盛期」であるサードエイジ充実との関わりの中で考えた。サードエイジとは現役を退き、個の充実・自己実現を図る人生の最盛期を言う。2点目は、コミュニティへの参加が社会的役割の実践を通して、自らのサードエイジを豊かにするとして、人と人とのつながりを作ること。地域の役に立つことの充足感が自己肯定感を高めること。生涯現役を完遂するなどを列記された。そして最後に、人生の最盛期と言われるサードエイジをコミュニティづくりに充当することによって、住みやすく好ましいコミュニティづくりと自らの人生高年齢期を実りあるものにするという、いわば一石二鳥を意図したと結ばれた。

濱口座長は、①今日コミュニティを論じることは難しくなっている。コミュニティが地域社会として受け止めていられずというわけにいかなくなったという背景があること。②コミュニティに込められた共同性は希薄化されるままであったこと。この実情に穴をあけたのがジェンダー問題である。最近では言及されなくなったボーボワールの一言「女であることが政治的である」という一言を思い起してほしいこと。③コミュニティを論ずることの難しさをそれなりに取り上げている最近作は、

有斐閣のPR誌『書齋の窓』2024年9月号、町村敬志「コミュニティ論の新しい見取図を求めて」が参考になるとコメントされた。 (島村健次郎 記)

### (3) 第53回「社会情報」研究会の報告

1) 日 時：2024年9月25日(水) 15:00~17:00

2) 場 所：ちよだプラットフォームスクウェア501室

3) テーマ：安田(和)さんのスマホデビューをテーマに進める

4) 概 要：

【安田(和)さんの資料「スマホビギナー報告」に沿って進行】

- ・2024年8月に、auでアンドロイドのスマホを購入。auには初心者教室がないのでITSコムでスマホ初心者教室を受講(高齢者5人、若い女性講師3人)。
- ・『使いこなしガイドブック』に従い、「基本操作」「電話」「インターネット」「地図」「カメラ」の操作を自宅でトライ。LINEは団地あざみ野クラブの友人が操作・設定。クレジットカードやポイントアプリもインストール。他に、天気やニュースアプリをインストール。
- ・使用頻度の多いのは「電話」「メール」「写真」。若い人と利用方法が違うので、スマホ依存にはならないのではないか。
- ・写真は、ズームイン(拡大)の操作方法がわからず、カメラ(以前は持参していた)のほうが楽。また、写真のPCへの取り込みができず、子どもにやってもらった。
- ・ポイントの溜め方がわからない。
- ・素早い操作ができないが、使って慣れるしかないと思っている。

(森やす子 記)

### (4) 第164回「社会保障」研究会報告要旨

1) 日 時：2024年9月25日(水) 18:00~20:00

2) 報告者：小野浩平(SOMPOホールディングス渉外部課長)

3) テーマ：「SOMPOケアが取り組む科学的介護経営」

4) 参加人数：14名

2015年にワタミの介護を買収したことを契機に介護事業に参入し、介護付有料老人ホームとサービス付き高齢者住宅を中心に業務を展開。介護事業のマーケットシェアは大手3社で全体の3%程度にすぎない。現在、取り組んでいるのは、第一に厚生労働省委託の実証事業である。テクノロジーの導入によって業務を整理し、職員の負担を軽減し、入居者のQOLを高めながら、施設の職員配置基準3対1を緩和することを狙っている。だが緩和することで介護報酬を切り下げることが目的ではない。

第二は、データを収集分析してケアの見える化を図る egaku(えがく)である。職員の業務や利用者の個人データを収集分析し、無駄を省いて最適な介護を実現する一方、利用者の健康状態についての将来予測を行う。これによって1施設あたり年間800万円程度の利益増が可能であり、介護人材の削減を図ることで介護人材不足をある程度解消できる。第三は、人材育成であり、SOMPOユニバーシティにおける社内研修によって技術を高め、仲間をつくり、処遇改善を図ることで離職率の改善につなげることができた。

独自の取り組みとしては、次の事業があげられる。①Future Care Lab(新しい技術屋や仕組みを試し、現場への導入可能性をさぐる)、②Food Lab(口から食べられるような料理の開発)、③生きがいプロデュース(介護保険外のサービスを有料で提供)、④ケアラズスクール(自治体や企業と協力して家族介護者向けの講座を実施)、⑤子ども食堂(毎月1回、施設入居者と地域の子どもの食事を共にすることで、子どもに高齢者を理解させ、将来の介護人材につなげたい)、⑥キッズニアへの参加(子どもに介護を体験させる)。

参加者からは、テクノロジー導入や egaku の普及可能性について質問があり、費用の点でそれ程簡単ではないとの回答があった。さらに地域において中小の介護事業者との連携を図ってほしいという要望があった。

(袖井孝子 記)

## (5) 第54回「ライフプロデュース」研究会の報告

- 1) 日時：2024年9月27日(水) 17:30~19:30 (Zoom開催)
- 2) 報告者：柴本淑子 当学会理事 元シニア誌『毎日が発見』編集長
- 3) テーマ：「ペリリュー島の戦いとは何か」

**日米両軍5万人による死闘** 戦時中、日本軍が駐留していたパラオのペリリュー島に米軍が攻撃をしかけ1944(昭和19)年9月15日から11月24日までの73日間、日米両軍5万2000名による壮絶な死闘が繰り広げられた。日本軍の戦死者は1万22人、生き残ったのは34人。一方の米軍の死者は1684人、負傷者7160人。

**73日間の持久戦ののち玉砕** 日本軍はペリリュー島にある500以上の洞窟に手を加えて島全体を軍事要塞化。地下陣地で米軍の攻撃をしのいで戦力を維持、組織的なゲリラ戦法は米軍を苦しめたが、武器も水も食糧も薬も補給のないまま持久戦の末、米軍に甚大な損害を与えて玉砕した。

**未だに2000柱の遺骨がそのままに** 2015年、現在の上皇・上皇后両陛下が慰霊のためペリリューを訪問。しかし、島には2000柱ほどの日本兵の遺骨がそのままになっている。

### 参加者の感想

- ・兵士たちは天皇の励まし(御嘉賞が11回)に感激して戦った。軍国教育が徹底していたとはいえ、当時の兵士の気持ちを思うといたたまれない。
- ・戦後80年もたつのに未だに遺骨が収集されないのはなぜだろうか。
- ・パラオはダイビングスポットとして人気があるが、パラオに行ったら今も戦車や洞窟跡などが残るペリリュー島も見るといいだろう。(柴本淑子 記)

## (6) 第48回「YNS やまぶき任意後見サポート会」の報告

- 1) 日時：2024年9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 (鈴木眞澄 記)

## 5. 事務局からのお知らせ

### ◆公開シンポジウム「人生をどう締めくくると終活ブームの背景にある家族と社会の変化」開催のご案内

主催：一般社団法人 日本家政学会 家族関係学部会・東京家政学院大学共催

- ・日時：2024年10月26日(土) 13:00~16:00、受付12:30~【1号館1階】
- ・会場：東京家政学院大学 千代田三番町キャンパス(千代田区三番町22) 1号館4階1407教室
- ・参加費：無料 / 申込期限：10月21日(月) <https://forms.gle/pgsuxPug9uw9sqyr8>
- ・プログラム：司会 藤崎 宏子(元お茶の水女子大学)、安藤 究(名古屋市立大学)  
報告1：「死後福祉」をつくる—無縁社会における支援システム— 井上 治代 氏  
報告2：変容する家族と葬儀—私たちは葬儀に何を求めるか— 渡邊 千恵子 氏  
報告3：財産の家族的継承と社会的継承—自己決定としての遺贈寄付— 星野 哲 氏  
討論：名古屋市立大学教授 安藤 究 氏

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/