

# 大串ひろやす通信

調査なくして発言なしとは公明党の伝統です！会派の政務活動の成果を定例会ごと通信として発行しています。読まれてのご意見、ご感想をお待ちしています！



ページ	コーナー	内容
1	トップページ	◇ 人生いきいき100年時代を目指して
2~3	本会議質問	◇ ①対話型美術鑑賞の実施を！ ②加齢に伴う虚弱化の予防を！
4	ちょっと教えて	◇ 訪問調査活動の結果を区政に活かして！
4	朗報	◇ ちよだ生涯学習カレッジを卒業しました！
	コラム	①加齢に伴う変化のパターン ②フレイル予防に取り組む ③「かえるがいる」

## 人生いきいき100年時代を目指して

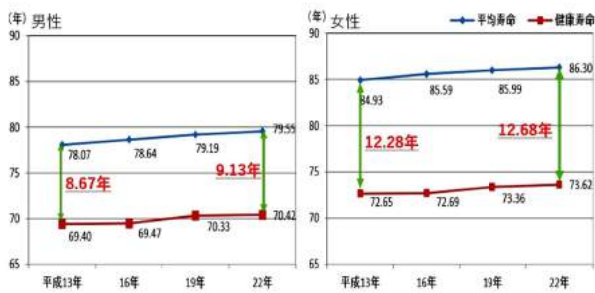


図1. 平均寿命と健康寿命の差の推移

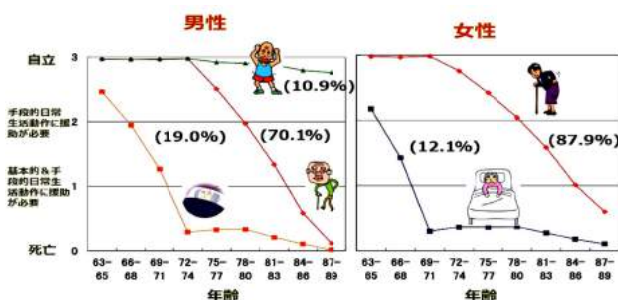
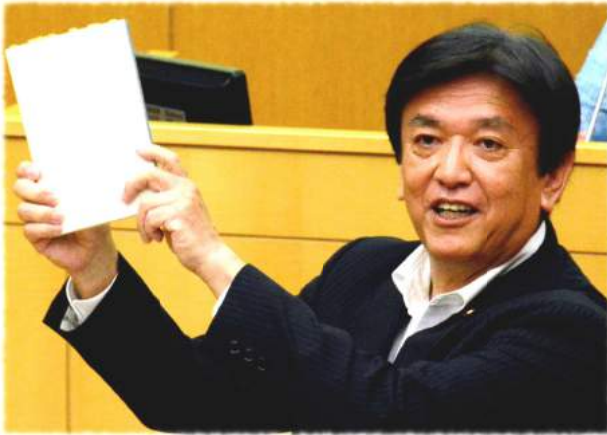


図2. 加齢に伴う変化パターン

人生100年時代とよくいわれる。確かに日本人の平均寿命は年々少しずつ長くなっている。健康寿命も同じように少しずつは延びてはいるが、その差は徐々に開いている。(図1)つまり、要介護期間が徐々に長くなっているということだ。今こそ、健康寿命の延伸が図れるような取り組みを開始していきたい。幸い東京大学特任教授の秋山弘子氏の知見(図2)も発表されている。(コラム1)加齢に伴う虚弱化(フレイル)の予防だ。秋山氏は、人生100年時代について「人生を自ら設計する時代となった。これまでの画一的な人生モデルは社会規範としての力を失いつつある」とも述べる。同感。人生いきいき100年時代を目指したい！

# 対話型美術鑑賞の実施を！



平成30年第2回定例会本会議質問  
大原美術館の「かえるがいる」を掲げて！

## コラム1

### 加齢に伴う変化のパターン

**秋** 山弘子氏は「長寿時代の科学と社会の構想」を  
発表し、データをもとに、加齢に伴う変化にパ  
ターンがあることを示した。「男性では3つのパター  
ンが見られた。2割の男性は70歳になる前に健康を  
損ねて死亡するか、重度の介助が必要になった。超  
高齢社会の若死にである。80歳、90歳まで自立を維  
持する人が1割、大多数の7割は75歳ころから徐々に  
自立度が落ちていった。女性では実に9割の人たちが  
70歳代半ばから緩やかに衰えていった。男性は脳卒  
中など疾病によって急速に動けなくなったり、死亡  
する人が多いが、女性はおっぱら骨や筋力の衰えに  
よる運動機能の低下により、自立度が徐々に落ちて  
いく。男女合わせると約8割の人たちが『人生第4期』  
(後期高齢者とも呼ばれる)に入る70代半ばから徐々に  
衰えはじめ、何らかの介助が必要になることが明  
らかとなった。同時に、後期高齢者には介護の対象  
というイメージがあるが、(前ページ図2)が示す  
ように大多数の人たちは多少の助けがあれば、日常  
生活を続けることができるという実態も把握できた」  
と。そして、課題を下降の始まる年齢を2年でも3年  
でも右方向に延ばすこと、すなわち健康寿命の延伸  
であるとしたのだ。

秋山氏のこのレポートにより、今後の健康づくり  
と介護予防で重視すべきターゲットとその時期が明  
確となった。健康寿命の延伸へ確かな取り組みを！

## 1. 子どもの可能性を開く 対話型美術鑑賞の実施を

**問** 対話型美術鑑賞とは、作品解説を  
一方的に聞くのではなく、作品を  
見て素直に感じたことや思ったこと、気  
付いたことをみんなで言葉にして作品を  
鑑賞するものだ。子どもたちはこの「見  
る」、「考える」、「話す」、「聞く」の循環の中  
で、多くのことを経験し学ぶことができ  
る。また、美術の鑑賞は一つの正解しか  
ないというものではない。すべてが正解  
である。よって、子どもの発言を否定す  
ることはなく、すべて受け止め最大限認  
めてあげることができる。子どもには大  
きな自信となっている。(コラム3)そこ  
で、小中学生の美術鑑賞支援として区と  
教育委員会そして美術館が連携しての対  
話型美術鑑賞の実施を提案する。

**答** 〈教育担当部長答弁・抜粋〉  
現在、区内の学校では九段小学校  
が東京国立近代美術館と、和泉小学校が  
すみだ北斎美術館とそれぞれ連携して対  
話型美術鑑賞会を行っている。今後、教  
育委員会では、区の文化担当とも協力し  
ながら、各校・園がそれぞれの実態に合  
わせ、「対話型美術鑑賞」も含めた文化  
芸術に対する取り組みを、さらに前向き  
に進めることができるよう必要な支援を  
行っていく。



# 加齢に伴う虚弱化の予防を！

## 1. フレイル予防にどう取り組み健康寿命の延伸を図るのか

**問** 加齢に伴う変化にパターンがあることが明らかとなり、75歳以上の約8割の人は自立した生活が徐々に困難となり介護を必要とするようになるというのだ。そして、その「徐々に生活機能が低下する虚弱化」フレイルを少しでも遅らせ健康寿命の延伸を図ることは喫緊の課題であるとした(コラム1)。そこで、加齢に伴う虚弱化、フレイル予防にどう取り組み「健康寿命の延伸」を図っていくのか。

**答** 〈区長答弁・抜粋〉  
超高齢社会においてフレイル予防に取り組むことは重要である。具体的には体力の維持・向上、栄養改善、社会参加という3つの要素を組み合わせながら取り組むことが必要になる。今まで取り組んできた一般施策において行ってきた介護予防や介護保険における介護予防事業などを改めてフレイル予防という観点から再編整理していく。また、人生100年時代に向けての考え方も整理していく。



## 2. 「千代田区人生いきいき100年時代構想」の策定を提案する

**問** 高齢者が健康でいきいきと暮らせるための指針、(仮称)「千代田区人生いきいき100年時代構想」の策定を提案する。所見は。

**答** 〈保健福祉部長答弁・抜粋〉  
超高齢社会への対応は、総合的かつ多角的に考える必要があり、次期高齢者福祉計画・第8期介護保険事業計画を策定する際に、現状分析を踏まえて課題を整理し議論を深めていく。

### コラム2

#### フレイル予防に取り組むために

フレイル予防の取り組みとは「人が自立して生きていくための基本的な機能である『食べる』『歩く』『人と会話する』」ことにターゲットを置いたもので「適切な栄養の摂取」、「体力の維持・増進」、「社会参加の促進」を進めることとされる。健康長寿のための三つの柱だ。これは地域ぐるみの運動として皆が主体的に参加して初めて可能となるものだ。そのために行政としては、

- ① フレイル予防についての普及・啓発
- ② 産官学民連携でフレイル予防を推進するためのプロジェクトチームを立ち上げる。
- ③ 高齢者検診の特定検診項目に生活機能評価項目を追加する。
- ④ 生活機能評価(フレイルチェック)を行う。
- ⑤ 高齢者の就労と学びの場の提供
- ⑥ 高齢者が健康でいきいきと暮らせるためのハード・ソフト合わせた指針の策定

などを用意する必要がある。



# ちょっと教えて



## 訪問調査活動の結果を 区政に活かして!



一軒一軒訪問してのアンケート調査

4月より6月まで訪問調査活動を行いました。アンケートは、介護、子育て、中小企業、防災・減災の4分野です。4つのテーマにとどまらず区民相談に発展したり、今まで気付くことのなかった新たな課題も発見できました。これらのアンケートは私の貴重な財産となりました。ご協力いただいた皆様に感謝申し上げます。誠にありがとうございました。

私の場合、介護予防に関するものが一番多く、多くの方が試行錯誤しながらも健康づくりや介護予防に取り組んでいることがわかりました。さっそく、今定例会にて「加齢に伴う虚弱化(フレイル)予防」を取り上げ質問しました。(1、3ページ) 今後もいただいた一つ一つの声を政策に反映できるよう頑張ってまいります。

### 編集後記

今年の暑さは「命にかかわる暑さ」と言われている。本当にそうだ。とにかく尋常ではない。先日も保護者の方から体育館に冷房をつけてもらいたいとの相談があった。すぐ区へ緊急の対応をお願いした。町会では、

# 朗報



## ちよだ生涯学習カレッジ を卒業しました!

7月17日に「ちよだ生涯学習カレッジ」第一期生の卒業式が行われました。学長の佐藤晴雄先生は挨拶で「指示待ちの人間にはなるな。常に疑いを持つこと、そして①何を埋めるのか、②何を正すのか、③何を作るのかを考えよう」と。賛成だ。「地域と学びのコーディネーター」として卒業できたことを誇りに思う。

### コラム③

#### 「かえるがいる」

倉敷市の大原美術館の「教育普及活動この10年の歩み」の冒頭に、保育園の子どもたちが対話による美術鑑賞を行った時の様子が書かれている。美術館所蔵のモネの「睡蓮」の前である。

「数人の保育園の子どもたちが館内の床に腰を下ろしている。モネの睡蓮の前である。

『なにが描いてあるかな』子どもたちと学芸員の会話が弾みはじめた時 4歳の男の子が立ち上がり、『かえるがいる』と目を輝かせて絵を指さした。

『え、どこにいるの』と学芸員。

『いま水にもぐっている』

……

学芸員はこのリアクション、この感性に思わず息を飲んだ。以来、この『水にもぐったかえる』は館内の語り草となり大原美術館の無形の宝となった。それは大原美術館教育普及活動に限りない可能性を示してくれる原点であり、同時にこの活動に絶えず新鮮なエネルギーを注入し続けてくれる源泉でもある

と。「かえるがいる」は大原美術館の「この10年の歩み」のタイトルとなった。

毎年この時期、高齢者の見守りを行っている。ペットボトルとネッククーラーを持参し「熱中症に気をつけて」と注意を促している。地域の皆で支え合いこの夏を無事に乗り切ろう!

大串博康