

あなたは **人生100年時代** どう**生**きますか？

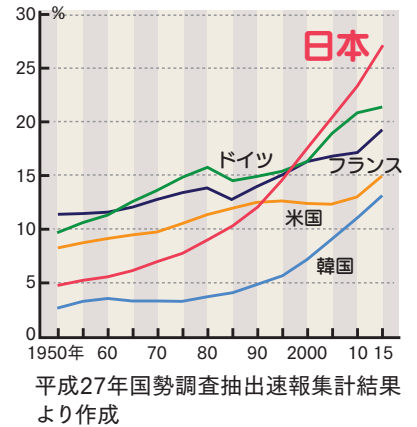


2007年に生まれた子どもの半数が107歳まで生きる時代 ※

日 本は今まさに、人生100年時代を迎えようとしています。これまで環境問題であればドイツ、教育問題であれば北欧諸国と、日本の目指すべき未来像は海外から輸入し、国内で最適化を図ってきました。しかし、超高齢社会については**日本が世界の最先端**にあり、模範とする未来像はありません。

そのため、この時代をどのように生きたいのかを行政、市民、民間の三者が対話を重ね、**協働で確かな未来をつくり出す**ことが重要です。

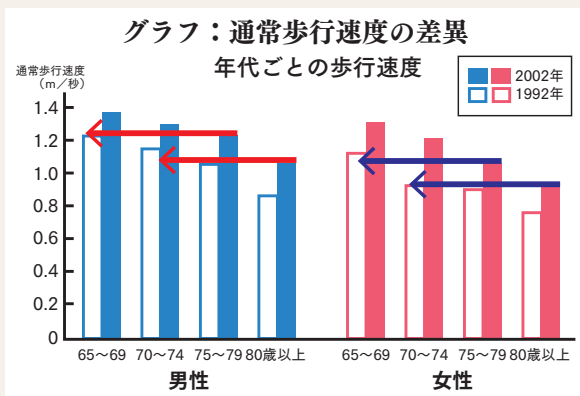
65歳以上の割合は日本が世界で最も高い



※「LIFE SHIFT (ライフ・シフト)」(東洋経済新報社)の著者、リンダ・グラットン の言葉

超高齢社会をプラスに捉えた社会づくり

秋田市が取り組む「エイジフレンドリーシティ (高齢者にやさしい都市)」とは ～超高齢社会はマイナスばかりではない！～



鈴木隆雄他「日本人高齢者における身体機能の縦断的・横断的変化に関する研究」(第53巻第4号「厚生指標」2006年4月、P1-10)より引用

超高齢社会というと、暗く重いイメージが先行していますが、本当にそうでしょうか。

【10歳も若返っている身体能力】

左のグラフをご覧ください。1992年と2002年で比較した「通常歩行速度」の研究結果です。いずれの年代も10年前よりも**10歳程度若返っている**ことがわかります。これからは、必然的に活動的に過ごせる期間も延びていることを踏まえた高齢期の人生設計を一人ひとりが行うとともに、就労や社会参加など、高齢者が輝ける多様な活躍の場づくりを社会全体で進める必要があります。

【人生100年時代に対応する「生涯現役社会」の実現を目指して】

秋田市では、平成21年度から「エイジフレンドリーシティ (高齢者にやさしい都市)の実現」に取り組んでいます。その基本理念は「**心豊かで活力ある健康長寿社会**」、つまり高齢者が豊かな経験や知識を生かして活躍できる社会です。一人でも多くの方が、人生100年時代を自分らしく、楽しく、生きがいや希望をもって暮らせるよう、「第2次秋田市エイジフレンドリーシティ(高齢者にやさしい都市)行動計画」を策定し、行政、市民、民間の協働による新しい社会づくりを目指しています。

安全・安心に暮らせる環境づくり



お友達と一緒に出かけませんか。

外出機会を増やして健康を維持

健康長寿のためのポイントは、社会性を失わないこと。1日1回以上出かける人は1週間に1回以下しか出かけない人に比べて歩行障害や認知症になるリスクが減少するといわれています。

秋田市では、市に住民登録している65歳以上の方が1回100円で路線バスを利用できる「高齢者コインバス事業」を実施し、高齢者の外出促進、社会参加・生きがいづくり支援のほか、移動手段の確保と公共交通利用を促進しています。

高齢者の犯罪被害や交通事故を社会全体で防止

高齢化の進行による、高齢者を狙った特殊詐欺等の犯罪や交通事故の発生増加が喫緊の課題となっています。

そうした中、秋田中央警察署が、犯罪被害や交通事故に歯止めをかけようと、秋田市や市社会福祉協議会、金融機関防犯協会、民間企業などの関係機関・団体に声をかけて、ネットワーク「エイジフレンドリーシティネットあきた」を立ち上げました。地域社会全体が一体となり、高齢者の安全で安心な暮らしを守ることができるよう、課題解決に取り組んでいきます。

お問合せ ☎ 835-1111(秋田中央警察署)

生涯現役や新たなビジネスを支援する体制づくり

このステッカーが目印です。



エイジフレンドリーパートナーとともに 目指す地域経済の発展

秋田市では、高齢者や障がいのあるかたにやさしい取組を行っている事業者・団体等を「エイジフレンドリーパートナー」として、平成30年1月現在81社登録しています。高齢者の積極的な雇用やシニアビジネスに関する研修会への参加など、私たち行政と共に「生涯現役社会」の実現に向けた取組を率先して行っています。今後も地域経済の発展を目指した体制づくりを行政、民間の連携により取り組んでいきます。

地域課題の解決につながるコミュニティビジネスの推進

介護や子育て支援、地域の活性化などに関する地域課題を、地域の人材や施設、資金を活かしながら「ビジネス」の手法で解決する「コミュニティビジネス」が注目されています。

地域課題の解決のためのビジネスの場を形成することで、新たな創業や雇用の拡大、そして地域住民自らが主導し、実践することで生きがいを得る機会にもなります。秋田市では、超高齢社会をチャンスと捉えた新たなビジネスの一つとして、積極的に推進していきます。



パートナー登録をしている、ある商店街では、外出の機会が少ない施設利用者のために「出張商店街」を開催し、買物を楽しんでいただいています。

住民が支え合う地域づくり



地域におけるサロン活動も集いの場のひとつです。

地域の集いの場づくりの推進

高齢になっても住み慣れた地域で元気に暮らしていくためには、人とのつながりを持ち続けることが必要であり、地域住民が主体となって、自由に交流ができる集いの場づくりを広げていくことが大切です。地域の誰もが気軽に立ち寄ることができる場で、お茶を飲みながらおしゃべりをしたり、趣味や健康づくりなどの活動を行うことにより、閉じこもりを防ぎ、自然に見守り合う関係につながります。支え合いには、まずは馴染みの関係づくりから。きっと楽しい仲間に出会えます。

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりの推進

認知症の人やその家族がいきいきと暮らしていくためには、周囲の理解と支え合いが欠かせません。そのため、地域の認知症の人や家族を温かく見守り、自分のできる範囲で支援する「認知症サポーター」を養成する講座が、地域や職場、学校など様々な場所で開催されています。また、地域包括支援センターに配置されている「認知症地域支援推進員」が相談に応じたり、見守り体制づくりを推進しています。認知症になっても安心して暮らし続けることができる秋田市を目指し、地域のやさしい輪を広げていきます。

あきたの未来を担う人材づくり

生涯を通じた健康づくりの推進

平成29年9月9日～12日に開催された「ねんりんピック秋田2017」では、全国から集まった3,000人を越える元気なシニアが、スポーツと文化の交流を通じて、たくさんの感動を与えてくれました。今大会を契機として、市民一人ひとりの健康に対する意識を高め、生涯を通じて心身ともに健康でいきいきと暮らすことができるよう、市民の健康増進をより一層推進し、健康長寿の素晴らしさを次世代へとつなげていきます。

世代を超えた交流の促進

秋田市の声かけによって、20代から80代までの幅広い年代の市民が集まり、市民活動団体「あきた年の差フレンズ」を結成しました。年の差のある友達づくりを通じて、「住み慣れた地域で長く楽しく自分らしく暮らす方法」について、様々なアイデアを出し合うなど、楽しみながら活動しています。

こうした市民中心の活動や地域の伝統的な祭り、行事などで、今後さらに世代間交流を促進し、高齢者が持つ豊かな知識や経験を貴重な財産として受け継ぎ、一人ひとりの心に豊かさとうるおいをもたらす社会づくりに取り組んでいきます。



開催を記念し作成したハンドブックには、健康に関する情報が満載です。



「あきた年の差フレンズ」に参加してみませんか。

【記事に関するお問合せは 長寿福祉課エイジフレンドリーシティ推進担当 ☎888-5666へ】

これからのまちづくりは住民、民間企業、大学などの研究機関、自治体といった様々な強みを持った立場が協働することで、より輝きと活力を持ったものになると考えています。

人生100年が現実となった一方で、本当に長寿を謳歌できる環境が整っている地域は多くないのではないのでしょうか。生きがいづくり、健康づくり、医療・介護など、問題を挙げれば切りがありません。しかも、これらの問題は、自然環境、社会環境、文化・価値観等の違いから、各地域で多様な形で生じます。そのため、「これで大丈夫」といえる決まりきった答えはないといえます。

このような超高齢社会の問題解決に取り組む必要がある一方で、新しい挑戦として捉えることもできます。「どこにでもあるまち」ではなく「自分たちらしいまち」づくりに取り組める絶好の機会なのです。この挑戦には、取り組む内容に応じて、モノ・サービス、地域の仕組み、建物・道路等のインフラなど、住民だけでは変えられないものに踏み込みたい場面が付きもの。そのため、これからのまちづくりでは、強みの異なる産学官民が四位一体となって取り組むことが重要になります。

「言うは易く行うは難し」とは、まさにこのこと。産学官民の協働は考え方の違いから困難にぶつかることが多いことも事実ですが、各地で試行錯誤

しながら、産学官民が協働した多様なまちづくりが進められています。地域性を大前提としながら、その地域で生活を営む住民の視点からは、まさにモノ・サービスを活用する現場から本当に必要なもの、目指すべき価値はどこにあるかを導き出すことができます。一方で、その価値の実現に向け、企業はモノ・サービスづくりの視点から、行政は法・制度、地域の仕組みの視点から関わるができます。大学などの研究機関も、専門的な知見提供はもちろん、その中立的な立場から多様な人々をまとめあげる役割を担うこともあります。このような形で産学官民が共に創りあげるまちからは、これまでと違った魅力・可能性を感じることができます。

近年、こうした産学官民が新しいモノやサービス、価値を共創する「リビング・ラボ」という活動・場が国際的に広がりを見せ、日本でも各地で立ち上がっています。その特徴は、使いやすいモノづくりから地域課題の解決に向けたものまで、多種多様です。東京大学高齢社会総合研究機構でも、町内会・NPO、市役所、企業とともに、鎌倉リビング・ラボの構築に取り組んでいます。エイジフレンドリーなまちづくりに向けて、リビング・ラボなどの産学官民による協働がますます活発になりそうです。

秋田市は、超高齢社会の広範で複雑な課題の解決を図り、活力ある豊かな地域社会を形成することを目的として、東京大学高齢社会総合研究機構(東大IOG)と、平成27年度から共同研究を行っています。



エイジフレンドリーシティのシンボルマーク

「エイジフレンドリー」と「秋田」の頭文字「A」をモチーフに、やわらかな一筆書きの曲線で高齢者にやさしい都市を表現しています。

- 秋田市エイジフレンドリーシティ通信は、秋田市長寿福祉課で配布しています。
- 長寿福祉課ホームページからダウンロードもできます。

秋田市エイジ通信

検索



検索するか、QRコードを読み取ってください。

[発行] 秋田市長寿福祉課エイジフレンドリーシティ推進担当
電話:(018)888-5666 FAX:(018)888-5667 Eメール:ro-wflg@city.akita.lg.jp