

# 「高齢者の人権と生きがい」

1. 高齢者を取り巻く環境
2. 大きく変わった高齢者像
3. 高齢者の人権問題の状況
4. 人権問題の発生箇所
5. 高齢者の人権を守るためには
6. 高齢期の課題と人権
7. 生きがいを持って人権を守って生きていくためには

**臼 倉 登貴雄**

生きがい支援システム研究所 代表  
<http://www.usukura.com/>

## 1. 高齢者を取り巻く環境

- ①生活意識の変化
- ②大きな社会変革
- ③家庭の孤立、家族の崩壊、個人の個立（孤立）、無縁化
- ④長寿化
- ⑤就労の機会
- ⑥社会参加の機会
- ⑦住居の確保
- ⑧バリア（家、街、店、生活、文化、情報等）

## 2025年問題と2040年問題とは



※健康寿命 男性-9歳、女性-13歳

### 2025年問題

団塊の世代が75歳以上（後期高齢者）  
認知症700万人（65歳以上5人に1人）  
医療費・社会保障費もさらに膨らむ  
介護・医療難民の増加、消費税は20%？  
超多死時代、少子高齢人口減少社会深刻

### 2040年問題

65歳以上の人口増加が2040年ごろまで続く 65歳以上が人口の36%  
自治体、2040年に半数消滅の恐れ、年間死亡者数は167万人でピーク  
1500万人の働き手が消える 6600万人(2011)→5100万人、人口は約1億  
出産適齢期とされる20-39歳の女性の数は現在の半数以下  
労働力減少と財政破綻で日本は崩壊する

### 対策

ナレッジコミュニティ（共の社会）、シェアリングエコノミー（共有型経済）の急拡大？、シェアハウス、コミュニティハウス、ソーシャルビジネス、コミュニティビジネス、シニアの社会貢献  
支え合いの仕組み（世代内連帯）、契縁サービス、地方移住、自給自足、総生涯現役・活躍  
私の対策：

## 2. 大きく変わった高齢者像

### ① 高齢者自身

- ・ 明るく元気で積極的
- ・ 多様な消費行動
- ・ 自分人生を謳歌
- ・ 意欲的な社会参加
- ・ 生涯現役・活躍

### ② 社会の見る目

- ・ 存在意識の変化、 裕福世代  
社会的負担、 世代内連帯

### 3. 高齢者の人権問題の状況

- ①身体的暴力
- ②言葉の暴力や無視
- ③日常的な世話や介護等の拒否、  
放棄、放任
- ④財産の不当な処分
- ⑤年金を渡さない
- ⑥性的虐待
- ⑦悪質商法や流行の振り込め詐欺  
などの被害

### 4. 人権問題の発生箇所

- ①家庭内暴力や虐待
- ②施設内暴力や虐待
- ③社会的暴力や虐待
- ④ネットにおける誹謗中傷

## 5. 高齢者の人権を守るためには

### ①行政の対応

相談 救済 啓発

### ②早期発見と対処

見守り ネットワーク

### ③意識啓発

自分の人権 みんなの人権  
備え 理解 受容 尊敬

#### ワークシート - 1

高齢者の社会的、身体的、精神的などの特性について考えてみましょう

	例：一人暮らしが急増する
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	

## ワークシート

## 高齢者の人権を指導する上での実践例

	例：高齢者を講師として招き話を聞く
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	

## 高齢者の人権を指導する上での視点

基本：理解 受容 尊敬

領域：知識 態度 技術 + 体験

高知県一高齢者抜粋一身近な人権課題ごとの推進方針高知県一高齢者一身近な人権課題ごとの推進方針学校教育における人権教育人権教育における課題別視点小学校人権教育の指導実践例高齢者の人権・各事例の学習テーマと達成課題等一覧表

## 6. 高齢期の課題と人権

- ①人との関わり（人間関係）
- ②心身の変化（老化）
- ③お金（家計）
- ④生きがい（行動）
- ⑤住まい（住居）
- ⑥備え（準備）
- ⑦生き方、暮らし方（価値観）
- ⑧ライフパニック（対処）

## 7. 生きがいを持って人権を守って 生きていくためには

- ①生きがいを失わずに社会と関わって生きていくこと
- ②健康で生きていくこと
- ③感性を磨くこと
- ④自立して生きていくこと
- ⑤配偶者と子どもとの理解を深めておくこと
- ⑥備えを怠らないこと
- ⑦世代内連帯で生きていくこと
- ⑧相談・信頼できる人を確保しておくこと
- ⑨社会の救済制度を知っておくこと

## ワークシート - 3

## 高齢者が人権を守り生きがいを持って暮らせる ために私たちにできることは

	例：支え合いの街づくり
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	

### 提案：ナレッジライフ(支え合いの生き方) ナレッジコミュニティ(支え合いのある街)

---

共感	共に感じあえる、相手を率直に受け入れる
共生	共に生きる
共育	共に育つ、育てる
共働	共に働く、共に汗を流す
共助	共に助け合う、支えあう
共益	共に利益をえる
共存	共に存在する、認めあう
共有	共に保有する
共栄	共に栄える
共創	共に創りあげる

## 高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律 (平成十七年十一月九日法律第二百二十四号)

### (定義等)

**第二条** この法律において「高齢者」とは、六十五歳以上の者をいう。

**4** この法律において「養護者による高齢者虐待」とは、次のいずれかに該当する行為をいう。

一 養護者がその養護する高齢者について行う次に掲げる行為

イ 高齢者の身体に外傷が生じ、又は生じるおそれのある暴行を加えること。

ロ 高齢者を衰弱させるような著しい減食又は長時間の放置、養護者以外の同居人によるイ、ハ又はニに掲げる行為と同様の行為の放置等養護を著しく怠ること。

ハ 高齢者に対する著しい暴言又は著しく拒絶的な対応その他の高齢者に著しい心理的外傷を与える言動を行うこと。

ニ 高齢者にわいせつな行為をすること又は高齢者をしてわいせつな行為をさせること。

二 養護者又は高齢者の親族が当該高齢者の財産を不当に処分することその他当該高齢者から不当に財産上の利益を得ること。

**5** この法律において「養介護施設従事者等による高齢者虐待」とは、次のいずれかに該当する行為をいう。

イ 高齢者の身体に外傷が生じ、又は生じるおそれのある暴行を加えること。

ロ 高齢者を衰弱させるような著しい減食又は長時間の放置その他の高齢者を養護すべき職務上の義務を著しく怠ること。

ハ 高齢者に対する著しい暴言又は著しく拒絶的な対応その他の高齢者に著しい心理的外傷を与える言動を行うこと。

ニ 高齢者にわいせつな行為をすること又は高齢者をしてわいせつな行為をさせること。

ホ 高齢者の財産を不当に処分することその他当該高齢者から不当に財産上の利益を得ること。

### (国及び地方公共団体の責務等)

**第三条** 国及び地方公共団体は、高齢者虐待の防止、高齢者虐待を受けた高齢者の迅速かつ適切な保護及び適切な養護者に対する支援を行うため、関係省庁相互間その他関係機関及び民間団体の間の連携の強化、民間団体の支援その他必要な体制の整備に努めなければならない。

**2** 国及び地方公共団体は、高齢者虐待の防止及び高齢者虐待を受けた高齢者の保護並びに養護者に対する支援が専門的知識に基づき適切に行われるよう、これらの職務に携わる専門的な人材の確保及び資質の向上を図るため、関係機関の職員の研修等必要な措置を講ずるよう努めなければならない。

**3** 国及び地方公共団体は、高齢者虐待の防止及び高齢者虐待を受けた高齢者の保護に資するため、高齢者虐待に係る通報義務、人権侵犯事件に係る救済制度等について必要な広報その他の啓発活動を行うものとする。



## 人権を守って生きていくための備え

No	項 目
1	高齢期における夢や希望を持っていること
2	高齢期の人生計画を立てておくこと
3	高齢期の暮らし方について配偶者と良く話しておくこと
4	他人の役に立つ仕事や役割を持つこと
5	楽しく生きがいの感じられる趣味・特技などを持つこと
6	配偶者に先立たれた後のことを考えておくこと
7	終の住処について考えておくこと
8	高齢期の収入と支出について具体的に把握しておくこと
9	地域との交流や、地域への奉仕活動に参加すること
10	自分や配偶者が要介護になったときのことを考えておくこと
11	要介護施設や介護サービスなどの情報を入手しておくこと
12	治療困難の病気の場合、病名告知を望むかを決めておくこと
13	延命治療のことについて家族と話しあっておくこと
14	自分や配偶者の葬儀やお墓について話し合っておくこと
15	財産・資産が整理記録され、分かるようにしておくこと
16	緊急時に備えた携帯品の用意や身辺整理をしておくこと
17	加齢とともに病や障害を持つことを認識しておくこと
18	自己管理ができなくなった時の対策を考えておくこと

## 人権意識チェックリスト

No	項 目
1	人によって態度を変えて接するようなことはしないようにしている。
2	性別、年齢、出身、学歴などで判断しないようにしている。
3	週刊誌やマスコミの情報を鵜呑みにしないようにしている。
4	自分と違った生き方や価値観を持った人でも避けてしまわないようにしている。
5	子どもの躰のためには体罰も必要だとは思わない。
6	人の噂を他の人に話してしまわないようにしている。
7	障害者や一人暮らしの高齢者には声を掛けるようにしている。
8	他人の行動を否定してしまわないようにしている。
9	差別や暴力を自分とは全く関係のないと思わないようにしている。
10	おかしいと思ったとき 発言を控えてしまわないようにしている。
11	悪口や陰口を人に言わないようにしている。
12	楽しく有意義な催しや講座を他の人に教えてあげるようにしている。
13	仲間に入れない人がいたときは誘うようにしている。
14	差別的な言葉は使わないように注意している。
15	人権問題に対して、無くすようにすべきだと考えている。
16	人権侵害や虐待になるようなことに対しては注意してあげるようにしている。

## 人権、生活、健康などが守られていない高齢者の発見方法

NO	発 見 項 目
1	暴力を受けている、どなられる、年金を取られるなどと訴えている
2	あざや傷があるのに理由を聞いてもはっきりしない
3	家族が介護でとても疲れていたり、高齢者の悪口を言っている
4	介護や病気について相談する人がいないようだ
5	一人暮らしや高齢夫婦世帯で、最近、姿を見かけなくなった
6	高齢者を訪ねると家族に嫌がられたり、会わせてもらえない
7	昼間でも雨戸がしまっている
8	家の周囲にゴミが放置されたり、異臭がする
9	郵便受けが新聞や手紙で一杯になっている
10	家から怒鳴り声や泣き声が聞こえたり、大きな物音がする
11	暑い日や寒い日、雨の日なのに高齢者が長時間外にいる
12	高齢者が道路に座り込んだり、徘徊していることがある
13	介護が必要なのに、サービスを利用している様子がない
14	高齢者の服が汚れていたり、お風呂に入っている様子がない
15	最近、セールスや営業の車が来ることが多くなった
16	家族がいるのに、いつもコンビニなどで一人分のお弁当を買っている

参考:東京都老人総合研究所作成資料より

## 寝たきりや認知症にならないための生活習慣点検表

1	食生活に気を配っている	は い	いいえ
2	毎日すすんで運動している	は い	いいえ
3	睡眠・休養を十分にとっている	は い	いいえ
4	生活にメリハリを付けるようにしている	は い	いいえ
5	健康診断を受けている	は い	いいえ
6	歯を大切にしている	は い	いいえ
7	家の中を動きやすく安全にしている	は い	いいえ
8	行動する場合は安全に心掛けている	は い	いいえ
9	リズムのある生活をしている	は い	いいえ
10	自分のことは自分でしている	は い	いいえ
11	いつもおしゃれに心掛けている	は い	いいえ
12	家庭での役割を持っている	は い	いいえ
13	感謝の気持ちを言葉で言い表している	は い	いいえ
14	クラブ活動や地域の行事に参加している	は い	いいえ
15	家の外でする趣味を持っている	は い	いいえ
16	何でも話し合える友達がいる	は い	いいえ
17	世代を越えた仲間がいる	は い	いいえ
18	ボランティア活動など人のためになることを行っている	は い	いいえ
19	いつも新聞を読んでいる	は い	いいえ
20	向上心や向学心を持っている	は い	いいえ

## 高齢期のライフデザイン診断表

No	診 断 項 目	備 考
1	自分や配偶者の寿命について考えたことがありますか	
2	高齢期における夢や希望を持っていますか	
3	高齢期の人生計画を立てていますか	
4	高齢期の暮らし方について配偶者と話していますか	
5	高齢期の収入と支出について具体的に把握していますか	
6	楽しく生きがいの感じられる趣味・特技などがありますか	
7	他人の役に立つ仕事や役割がありますか	
8	地域の交流や、地域への奉仕は大切な事と思っていますか	
9	違った世代の人と積極的に交わるよう心がけていますか	
10	健康・体力づくりのために適度の運動をしていますか	
11	健康に留意した生活を心がけていますか	
12	身だしなみに気を配っていますか	
13	財産・資産が整理記録され、分かるようになっていますか	
14	万一の時の遺産相続が定かにされていますか	
15	財産贈与や処分について考えたことがありますか	
16	緊急時に備えた携帯品の用意や身辺整理ができていますか	
17	自分や配偶者が要介護になったときのことを考えていますか	
18	治療困難の病気の場合、病名告知を望みますか	
19	延命治療のことにつき家族と話していますか	
20	献体・臓器提供のことについて家族と話していますか	
21	夫婦で楽しい生活ができるよう努力していますか	
22	自分や配偶者の葬儀やお墓について話し合っていますか	
23	配偶者に先立たれた後のことを考えたことがありますか	
24	終の住処について考えていますか	
25	困ったときに相談できる人がいますか	

# 生きがいのあるライフスタイル診断

そうしている場合は[○]を、そうしていない場合は[×]を、診断欄に付けてください。

NO	診 断 項 目	診 断 欄
1	毎日やることが有る	
2	常に人と関わっている	
3	夢や希望を持っている	
4	喜びや幸せを感じている	
5	プラス指向で暮らしている	
6	緊張して暮らしている	
7	ゆとりを持って暮らしている	
8	計画的に暮らしている	
9	自立している	
10	常に自らの向上を図っている	
11	人生をまっとうしようとしている	
12	健康につとめている	
13	社会の動きに関心を持っている	
14	役割を持っている	
15	人のためになることをしている	
16	他人を意識して身綺麗にしている	
17	愛するひとや愛されるひとがいる	
18	生涯をかけてやることがある	
19	安らげる場所がある	
20	悔いの無い生き方をしている	