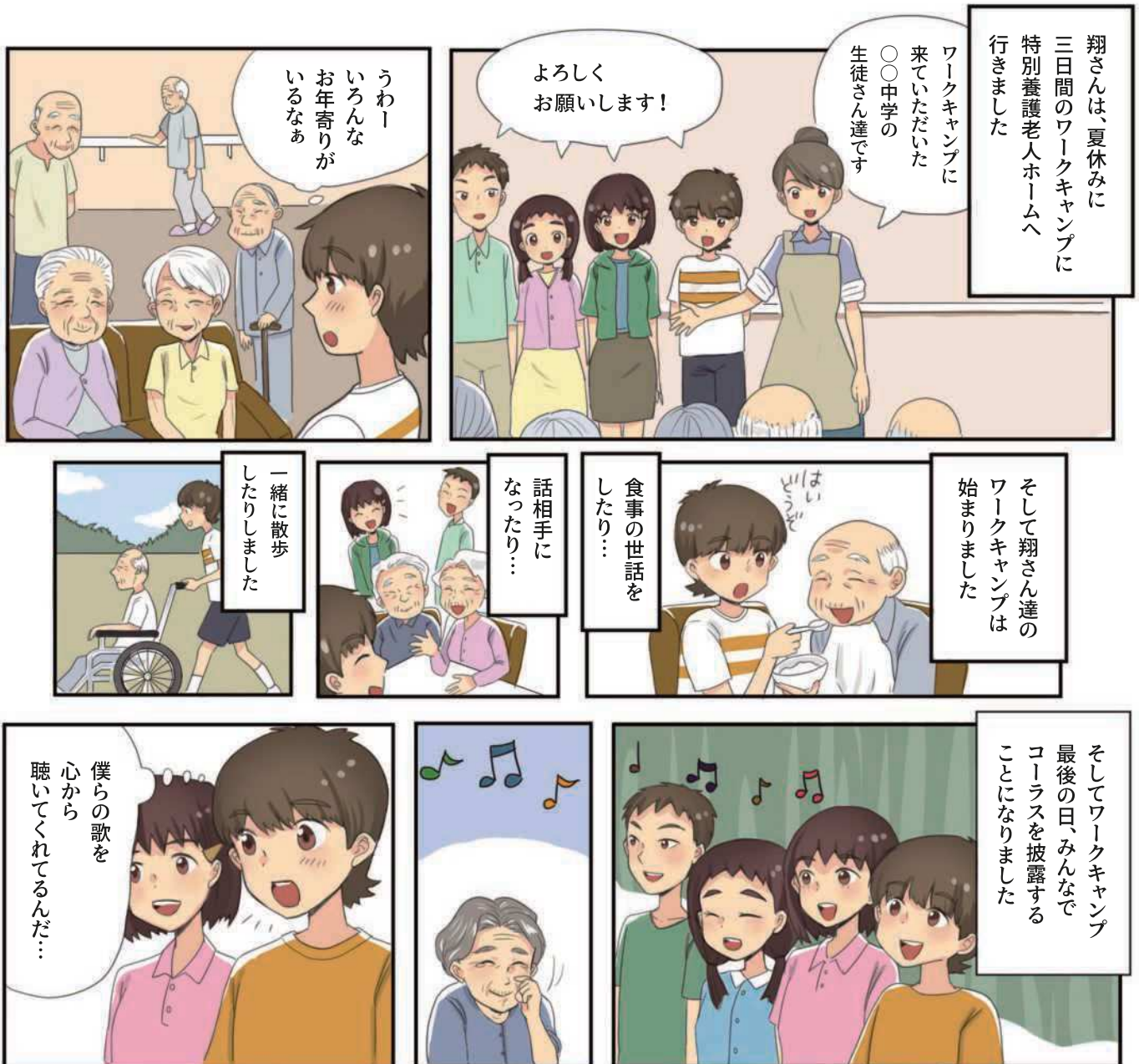


# 高齢者が社会参加しやすい環境が必要です

現在、神戸市の高齢者のうち約8割は介護の必要がない元気な高齢者で、様々な地域活動・学習活動に参加している方も多数おられます。同じ地域社会で活躍する仲間として、皆さんも高齢者の方と協力し合う意識を持つことが大切です。

また、これまで65歳以上が、高齢者と位置づけられてきましたが、年齢だけで一律に画一化するのを見直すべきと言われています。





このワークキャンプに参加して本当に良かった!



本当にいろいろなお年寄りがいたね  
うちのおじいちゃんとおばあちゃんは二人とも八十歳を超えてるけど

シルバーカレッジやボランティア活動に参加したりして毎日外出してるよ



高齢者の学習、ボランティア活動の場には、どのようなものがあるのでしょうか?

神戸市には、高齢者の学習の場としてシルバーカレッジ、老眼大学、生涯体育大学などがあります。そのひとつ、シルバーカレッジは、「再び学んで他のために」をモットーに、高齢者の方々が幅広い学びと交流の機会を通して、自らの豊富な経験や知識をさらに高め、社会に貢献することを目指して学び合う生涯学習の場です。

シルバーカレッジで学んだ高齢者の方々は、地域の小学校の登下校の見守りや、特別支援学級の児童の見守り、公園の清掃活動など、様々なボランティア活動や地域活動で活躍しています。

日本の高齢化の状況はどうなっているのでしょうか?

令和7(2025)年度には、日本の65歳以上の人口が約3622万人(総人口に占める割合(高齢化

率は29.4%)となっています。

予想では、2040年度には、神戸市の65歳以上の高齢者人口は約47万人となり、約3人に1人が高齢者という状況を迎えます。また、高齢化とともに核家族化がさらに進み、高齢者夫婦のみの世帯や一人暮らしの高齢者も増えていきます。このような高齢者が地域で安心して暮らせるよう、隣近所や地域全体で高齢者を見守ることが必要になっています。

翔さんが訪れた特別養護老人ホームとはどのような施設なのでしょうか?

特別養護老人ホームは、寝たきりの方、認知症の方など、毎日の生活に手助けが必要になった高齢者が家族で介護を受けることができないときに入所する施設です。

この施設では、入浴・食事などの介助や機能訓練のほか、日常生活上のお世話をこなしています。

認知症の方に対して、どのように接したらよいのでしょうか?

認知症は、日常生活に支障が生じる程度にまで記憶力などが低下した状態を言います。人の名前や昨日の朝食を思い出せない「もの忘れ」と違い、その人のことや朝食を食べたこと自体を忘れてしまいます。

認知症の方に対して、できなかつた事を責めたり、怒ったりすることは症状を悪化させます。反対に理解して、できにくくなつた事を助けることで、症状の改善につながり穏やかにすごせたりします。

認知症の方に対しては、驚かせない・急かせない・自尊心を傷つけないようにして、目線を同じ高さにするなど、心が大事です。