

Aging in Japan

国の施策、地方の課題、自治体の取り組み

～住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるように～

日本では、世界で最も速い速度で高齢化が進んでいる。国際人口移動の比較的少ない日本におけるこの高齢化の要因は、急速な寿命の伸びと少子化の進行だ。日本の各地域では、これらの要因に人口の社会移動の影響が加わって、高齢化をめぐる課題は多様なものになっている。高齢化についての国の施策、地方の課題、そして住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるまちづくりを目指した新潟県妙高市の取り組みを紹介しよう。

■ 世界で最も速い日本の高齢化

高齢化率(本稿では総人口に対する65歳以上人口の割合)が7%から14%になるまでにかかる年数は、一般に、「倍化年数」と呼ばれ、高齢化の速度を表す指標のひとつとして使われる。日本の高齢化率が7%に達したのは1970年、14%に達したのは1994年だから、倍化年数は24年だった。これは、既に高齢化率が14%を超えた国々の中では格段に短い。ヨーロッパ諸国における倍加年数は、比較的短い国(フィンランド、ルーマニア、ドイツ、ポルトガル、ブルガリア、ギリシャ、オーストリア、スペインなど)で40年程度、比較的長い国(フランス、ノルウェーなど)では100年程度だ。諸外国がかなりの時間をかけて取り組むことが可能であった課題に、日本は迅速に対応する必要がある(あった)ということになる。

この急速な高齢化傾向はまだまだ続くと予想されている。日本の高齢化率は、2006年9月15日現在の推計で20.7%(総務省「統計からみた我が国の高齢者」)だが、国立社会保障・人口問題研究所の「日本の将来推計人口」(2002年1月推計)の中位推計によると、2014年には25%台に達し、2050年には35.7%となる見通しだ。2015年に、「団塊の世代」と呼ばれる1947～49年生まれの第一次ベビーブーム世代の全員が高齢者(本稿では65歳以上)になる頃には、高齢者数は3200万人を超えると見られている。

■ 国の施策

日本では、1970年代、年金、医療、福祉分野における公的な高齢者向けのサービスが急速に拡充された。これは、急速に増大する高齢者の需要に応えるものではあったが、同時に、社会保障給付費の急速な増大にもつながった。1990年代以降は、「(新・)高齢者保健福祉推進10か年戦略」(「(新)ゴールドプラン」)などのサービス基盤の量的整備や質の向上を目指した施策が進められる一方で、公的年金の支給開始年齢の引き上げや公的医療保険の利用者負担割合の引き上げのような社会保障給付費の伸びの適正化を図る施策も、同時に、進められてきた。

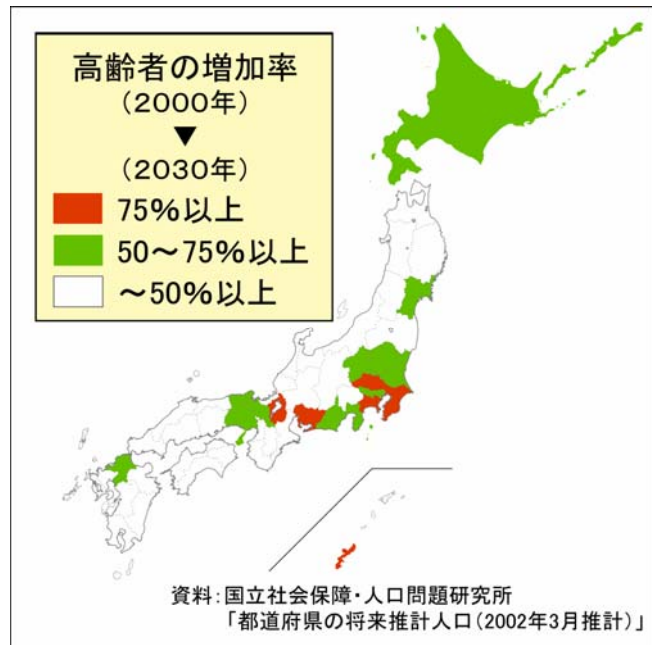
高齢化の進み方を緩和することに資する施策もある。近年、日本の合計特殊出生率は傾向的に低下し、2005年には1.25とこれまでで最も低い水準になった。少子化は当面の若年人口の減少を通じて高齢化を加速する大きな要因である。もちろん、子どもをもつかどうかは個人の問題だが、子どもを

もちやすいと思えるような環境整備は大切だ。官民一体となって、子育て支援策の拡充や仕事と子育てとを両立しやすい社会環境の整備が進められている。その成果かどうか評価はまだ定まらないが、2006年2～8月までの出生数(厚生労働省「人口動態統計速報」)は7ヶ月連続で前年同月を上回っており、関係者の期待が高まっている。

■ 地域の課題

日本の47都道府県ごとの高齢化率をみると、最も高いのは秋田県の28.1%、最も低いのは埼玉県の16.9%だ。大都市圏の都道府県では比較的低位だが、30を超える県で全国平均(21.0%)よりも高齢化率が高い(総務省「国勢調査抽出速報」。2005年10月1日現在)。

高齢者の数は、2000年から2030年にかけて日本全体で50～60%程度増加すると見込まれている(2005年から2030年にかけては約30%の増加)。大都市近郊では75%以上増加すると見込まれる県もあるが、増加率が50%に満たない県が大部分だ(国立社会保障・人口問題研究所「都道府県の将来推計人口(2002年3月推計)」。図参照)。急速に増加する高齢者のために必要なサービスをどう確保するかが課題となる地域がある一方、これまでに整備してきたサービス基盤をうまく転用することも考えておかないとサービスの供給過剰になりかねない地域もあるかも知れない。



現在、各地域では、こうした人口動向や国から地方への権限と財源の委譲などの政策的な動向などを踏まえて、魅力ある地域づくりと、交流人口や定住人口の増加へ向けての取り組みが始まっている。このコーナーの初回で報告された、「団塊の世代」の退職を狙った移住促進策は、そうした試みのひとつといえるだろう。しかし、仮に定住人口や交流人口が増大したとしても、地域社会が長く安心して暮らし続けることのできる環境を備えていなければ、一時的なブームに終わるかも知れない。このところ、人々の日常生活上の悩みや不安の上位を占めるのは、老後の生活設計と自分や家族の健康なのだ(内閣府「国民生活に関する世論調査」等)

妙高市の取り組み～予防重視と地域のネットワークづくり～

2005年の介護保険制度改革、2006年の医療制度改革を通じて、これからの地域医療や介護について、予防重視、地域ケア重視の方向がはっきりした。妙高市では、2003年から、高齢者を対象にした筋力向上等の介護予防プログラムを実験的に実施してきている。利用者には、概ね好評だ。現在、2006年4月から介護保険制度に位置づけられた「地域包括支援センター」を中心にして、介護予防拠点を増やし、メニューの充実を図っている。

介護や支援が必要になるリスクの高い高齢者向けには、筋力トレーニング、低栄養予防、口腔機能向上、認知症予防、閉じこもり予防といった教室を用意している。教室に通うことが困難な場合には戸別訪問をして指導を行うことにしている。一般の高齢者向けには、健康教育・相談、転倒予防など意識啓発活動を行い、市内各地域で介護予防に携わる人材の育成にも取り組んでいるところだ。

2001年頃から高齢者のとじこもり防止等をねらいとして始めた「地域元気茶屋」は現在約80カ所。高齢者だけでなく各地域における多世代の交流拠点になりつつある。

妙高市の地域包括支援センターとその運営協議会は、地域のネットワークづくりにも取り組んでいる。住み慣れた地域・自宅で、健やかに、安心して、そして自立して暮らし続けることができる地域を実現するためには、利用者を中心にして様々なサービス提供者がネットワークを組んで支える仕組みが機能しなければならないという考えだ。「ケアフォーラム」では、地域の医療従事者、介護従事者、利用者、地域住民、行政担当者が参加し、グループワークなどを行って、予防重視、地域ケア重視、多職種協働の観点から、ケアのあり方を皆で考えている。ケアマネージャー（各利用者が利用するサービスのマネジメントを担う専門家）と協力して概ね毎月1回開催している「ケアマネ広場」は、地域ケアの鍵を握るケアマネージャーにとって、良い研修の機会となっている。



<介護予防～筋力トレーニングの様子>



● 創意工夫と着実な実行

この数年の間に、日本では市町村の再編成が進んだ。2000年頃約3,200あった市町村数は、現在約1,800だ。妙高市も3市町村の合併により2005年4月1日に誕生した。標高数十メートルの平野部から2,500メートル級の山々を含む約450平方キロメートルの市域に、約38,000人が暮らしてい

る(2006年9月1日現在)。農業と温泉やスキーを中心とした観光のまちだと思われがちだが、エレクトロニクスなど工業力も高い。市内で生産される付加価値の総額を人口で除してみれば(人口当たりGDPのようなもの)、かなりの水準になる。

妙高市は、人と自然のつながりを大切にし、全ての生命を安心して育むことができるようにという願いを込めて「生命地域の創造」をまちづくりの基本理念に掲げている。資源循環、農林業・観光産業等の振興、文化振興などに加えて、この地に脈々と受け継がれてきた思いやりや感謝の気持ちなどの豊かな心を家庭・地域・学校・事業所それぞれが一体となって継承して広めることを目指した意識啓発活動(「妙高市民の心推進事業」)も行われている。

「住み慣れた地域で健やかに、安心して生活できるように」という考え方も、まちづくりの

基本理念を具体化する際の目標のひとつとして位置づけられたものだ。1人暮らしの高齢者などを対象にした除雪や冬季等に一時的に短期入所可能な生活支援施設の整備など日本有数の豪雪地帯ならではの事業もあるが、基本は、誰もが納得できる施策に創意工夫を交えて着実に実行することだろう。本稿で紹介した予防重視と地域のネットワークづくりは、実は、介護保険制度において地域包括支援センターに期待されている役割そのものだ。国の施策の方向と妙高市のまちづくりの基本理念とが共鳴したことと、市の直営で地域包括支援センターを設置して行政も主体的に運営に関わっているところに特長がある。

妙高市の高齢化率はすでに約27%と比較的高い(高齢者数は約1万人。2005年10月1日現在)。今後10年間の高齢者数の増加は10%に満たない見通しではあるが、他の多くの地域と同様に健康上のリスクの高い後期高齢者(一般には75歳以上)の増加を考慮に入れておく必要がある。様々に変化する社会経済の動向に対応し、活力に満ちた魅力ある地域をどうつくっていくか、地方自治体の挑戦はこれからも続く。

[山内孝一郎(妙高市企画政策課参事・未来プロジェクト室長、前厚生労働省老健局総務課課長補佐、元米国国際長寿センター派遣短期在外研究員)]

<「妙高山」と四季>

