

「健康寿命」の創造とは？

—「認知症対策」とその「啓発活動」の現状と、今後のありかた—

調査研究部 上田 晶子

1. 「健康寿命」という用語のとらえかた

「平均寿命」は、当該年に0歳の者が平均してあと何年生きられるかという期待値を示す指標として、共済事業においてもお馴染みの用語である。厚生労働省「平成20年簡易生命表」（2009年7月公表）では、日本人の平均寿命は男性79.29年、女性86.05年で、いずれも過去最高となった。

これに対し「健康寿命」とは、近年提唱されている概念で、平均寿命から病気や認知症などで要介護状態の期間を引いた、自立して健康に生活できる年数のことである。

世界保健機関（WHO）の推計（2002年）によれば、日本人の「健康寿命」は男性72.3歳、女性77.7歳である（注1）。「平均寿命」との差を考えると、日本人は男女ともに晩年の約7年が要介護状態となる計算である。

高齢期の人々のくらしの実態についてはどうだろうか？総務省は毎年9月の「敬老の日」にちなみ「統計からみた我が国の高齢者」を取りまとめている。2009年は高齢者（65歳以上）人口が総人口の22.7%を占め、過去最高となった。諸統計からは高齢単身世帯の増加、生活費のなかでも交際費や医療に出費がかさむ傾向があることや、非正規雇用で働く高齢者の増加などが読み取れる。決して悠々自適とはいえない現代の高齢者の現実がうかがえる。

翻ってJAは、組合員・地域住民が高齢になっても、心身ともに健やかで充実した日々を送れるよう、今後何を実践するのか。去る10月開催の「第25回JA全国大会」では、今後3年間のJAグループ全体が進むべき方向性として「大転換期における新たな協同の創

造」が決議された。

「JAの総合性発揮による地域の再生」の章では「1. 組合員・地域住民のくらしの総合的な支援」と「2. 「JAくらしの活動」の推進による新たな協同の創造」を掲げ、2. では「助けあい」を軸とした地域セーフティネット機能の発揮」として、下記3点の取組みが盛り込まれた。

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> (1) 「健康寿命100歳プロジェクト」の取組み (2) 保健・医療・福祉分野におけるJA・厚生連病院の連携強化 (3) 介護保険事業の展開 |
|--|

(1)の「健康寿命100歳プロジェクト」は、健康づくりや介護予防の活動を通して、誰もが安心して暮らせる地域づくりを目標とする取組みである（図1）。そして本稿は本プロジェクトにおいて、過去の大会決議では見られなかった「認知症対策」を掲げていることに注目する。

これまでJAにおける高齢者対策は、結局のところは高齢者福祉活動（事業）の枠内に収まりがちであった。しかし今回「認知症対策」が加わることによって、他の事業・活動に従事する役職員も、高齢者向けサービスの開発や推進にとどまらない取組み姿勢が求められるように思われるからだ。

以下において、現在国内で取り組まれている「認知症対策」とその「啓発活動」について概観する。特に「認知症サポーター」養成とJAグループにおける取組みについても言及したうえで、今後の認知症対策のありかたについて考えてみたい。

図1. 「健康寿命100歳プロジェクト」の取組み（決議と概念）

ア. 基本プログラムの開発

J Aグループは、高齢者生活支援活動として、組合員・地域住民の健康寿命を創造する「健康寿命100歳プロジェクト」を企画・提案します。

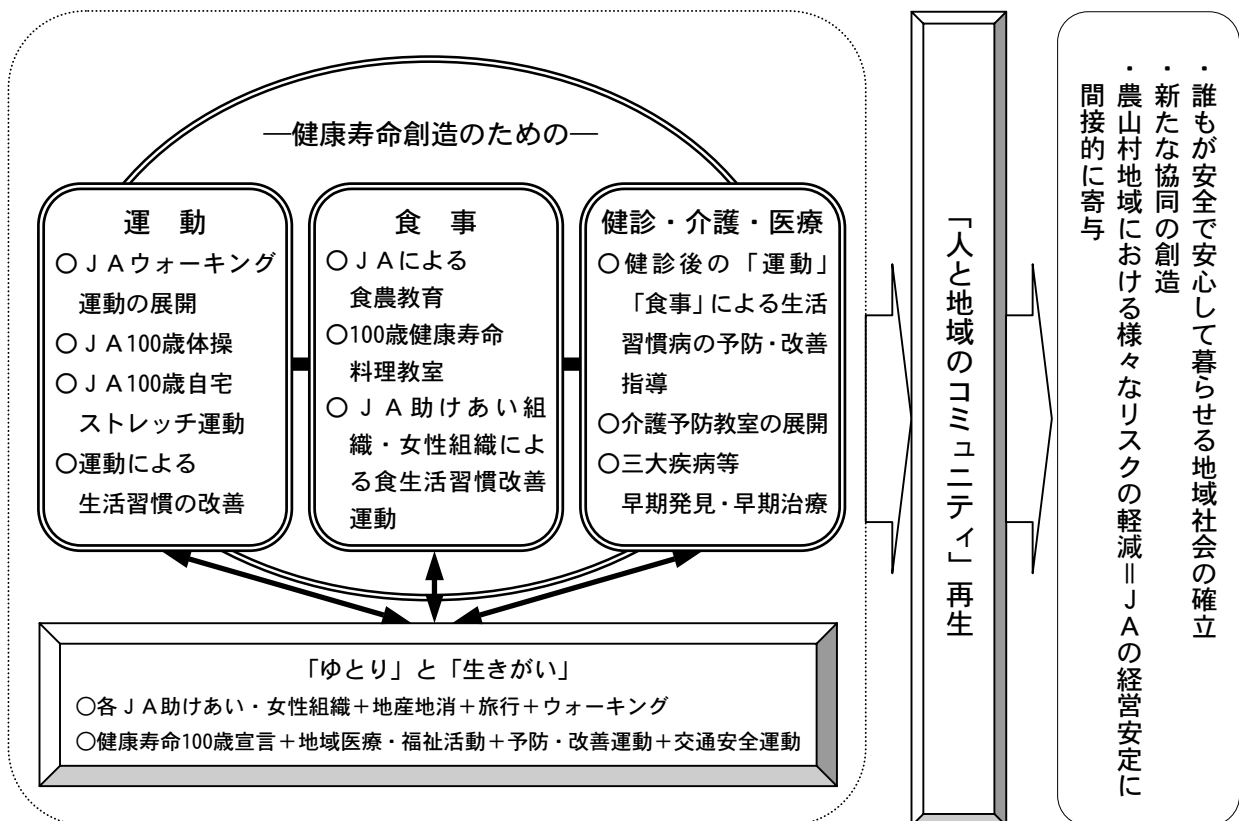
J Aは、これを地域に合ったプログラムに組み替え、組合員・地域住民が一体となって、元気高齢者をはじめとした健康づくり・生きがいくりに向けた取組みを強化するとともに、徹底した介護予防活動の取組みを強化します。

イ. 組合員・地域住民によるJ A助けあい活動の展開

J Aは、介護保険ではカバーされない高齢者のニーズや介護認定されていない組合員・地域住民の生活を支援するサービス（インフォーマルサービス）の提供主体として「J A助けあい組織」を位置づけ、J Aが実施する生活支援事業とともに、ミニデイ・配食サービス等の生活支援活動を支援します。

ウ. 認知症啓発活動等の展開

J Aは、国民的課題である認知症対策として、地域への啓発活動、J A金融窓口・Aコープ・渉外担当者をはじめ各事業を担う役職員も含めた知識研修等を実施するとともに、高齢者にやさしい店舗づくりや渉外活動を展開します。併せて、組合員の財産保全のための成年後見制度についても啓発活動を行います。



出典：全国農業協同組合中央会『大転換期における新たな協同の創造～農業の復権、地域の再生、J A経営の変革～：第25回 J A 全国大会決議』（2009年10月）39、40ページより抜粋。

2. 「認知症対策」と「啓発活動」の現状

(1) 「認知症」とは

認知症とは、諸々の原因で脳細胞が死ぬ、あるいは機能が低下したために、記憶・判断・言語・感情といった精神機能が減退することにより、日常生活を送るうえで概ね6か月以上継続して支障をきたす状態を指す。

認知症を引き起こす疾患を大別すると、脳の神経細胞が徐々に死んでいき、脳が萎縮する「変性疾患（アルツハイマー病、前頭・側頭型認知症、レビー小体型認知症など）」と、脳梗塞や脳出血、脳動脈硬化などが原因で血管が詰まり、神経細胞に酸素や栄養が行き渡らなくなった結果、一部の細胞が死んだり、神経回路が壊れる「血管性認知症」がある。

(2) 「痴呆症」から「認知症」に

「認知症」という用語には、もうすっかり定着した印象があるが、反面で未だ違和感のぬぐえない部分もあるのではないだろうか。少し前までは「痴呆症」と呼ばれていた。

2003年6月、厚生労働省老健局長の私的研究会である高齢者介護研究会は報告書『2015年の高齢者介護』をとりまとめた。

このなかで団塊の世代が高齢期に達する2015年には、痴呆性高齢者の人口が250万人におよぶと推計された。そして尊厳を支えるケアの確立への方策が必要であり、痴呆性高齢者を標準ケア・モデルとする高齢者介護を推進しようとする契機となった。

報告書はこのケア・モデルの存立基盤を「家族・地域住民の痴呆についての正しい知識と理解、痴呆性高齢者との適切な関わり」とし、家族や地域住民を「時として痴呆性高齢者を追いつめてしまう存在」から「痴呆性高齢者を地域で支援する担い手」へ転換する必要があることを指摘している。

しかし、従来から一般的に使用されてきた「痴呆」という呼称には、個々の漢字に「お

ろかなこと」といった蔑視的な意味合いを含むため、2004年4月には痴呆症ケアの専門家から厚生労働大臣に、対策を推進する見地から見直す必要があるとする要望が提示された。これをきっかけに「痴呆」に替わる用語に関する検討が始まった。有識者による議論と国民から募集した意見をもとに、一般的な用語や行政用語として2004年12月に提唱されたのが「認知症」である。

ほぼ同時期「国際アルツハイマー病協会第20回国際会議・京都」（2004年10月開催）では、医療関係者や介護する家族のみならず、アルツハイマー病患者自身が壇上に立ち、経験や思いを語った。また若年性アルツハイマー病患者の存在もクローズアップされ、働き盛りに多い罹患者や家族の経済問題など、高齢者とは別の支援が必要なことも明らかになってきた。これまで「何もできない」「何もわからない」などの誤解や偏見にさらされてきた当事者たちが、状況を克服すべく発言する行動が見られるようになった。

(3) 「認知症を知る1年」そして「認知症サポーター100万人キャラバン」の展開

厚生労働省は翌2005年度を「認知症を知る1年」と位置づけた。「認知症」が単なる呼称変更にとどまらず、多くの国民に認知症が正しく理解され、認知症の人々が安心して暮らせる地域がつくられるよう、その第一歩としての普及啓発のキャンペーン（注2）が行われ、現在も継続している。

本稿ではそのうちのひとつである「認知症サポーター100万人キャラバン」について紹介する。普及啓発の趣旨にもとづき、認知症の人と家族を応援する「認知症サポーター」を全国で100万人養成することが目的である。

基本的な仕組みについては、本部機能を担う「全国キャラバン・メイト連絡協議会」（注3）が、都道府県、市区町村など自治体や全

国規模の企業・団体等と協力し「認知症サポーター」養成講座の講師役「キャラバン・メイト」を育成することから始まる。そして「キャラバン・メイト」は自治体などとともに、「認知症サポーター養成講座」を開催し、認知症に関する基礎知識を指導する（図2）。

(4) 「認知症サポーター」とは

「認知症サポーター」とは「認知症サポーター養成講座」を受けたことにより、認知症の正しい知識や対応方法を理解し、自身の可能な範囲で認知症の人を支援する者である。

主な活動内容は友人や家族にその知識を伝えたり、認知症の人や家族の心理を理解するよう努めながら、地域や職場で必要に応じて手助けをしたりすることである。また学習や実践を継続することにより、サポーターのなかから、地域づくりの担い手が生まれることも期待されている。

「認知症サポーター」であることを示す目印はオレンジ色のブレスレット「オレンジリング」であるが、これは養成講座を修了した際に主催者から授与される。

(5) 「認知症サポーター養成講座」の内容

養成講座は概ね1時間30分程度の座学で、主に下記の内容で構成されている。

- ① 認知症の基礎知識
(認知症とは何か、認知症の症状とは)
早期診断・治療の重要性、権利擁護等
- ② 認知症の人への対応、家族の支援、サポーターとしてできること

基本教材として冊子『認知症を学び地域で支えよう』や、キャンペーンビデオを使用するが、企業・団体や学校などで講座を開催する場合は、業種や目的により、別の教材が活用されることもある。

(6) 120万人を突破した「認知症サポーター」

「認知症サポーター」の養成数は、自治体・地域、企業・団体の単位で、あるいは「認知症の人と家族の会」が開催する講演会などのイベントを通じて順調に推移し、2009年5月末にはサポーター数が100万人に到達、さらに9月には120万人（「キャラバン・メイト」3万9,000人を含む）を突破した。

「認知症サポーター」120万人の内訳を図3に示す。全体の9割は自治体・地域主催の講座を受講し、約7割が女性で、年代別で見ると60代以上が約半分を占めている。

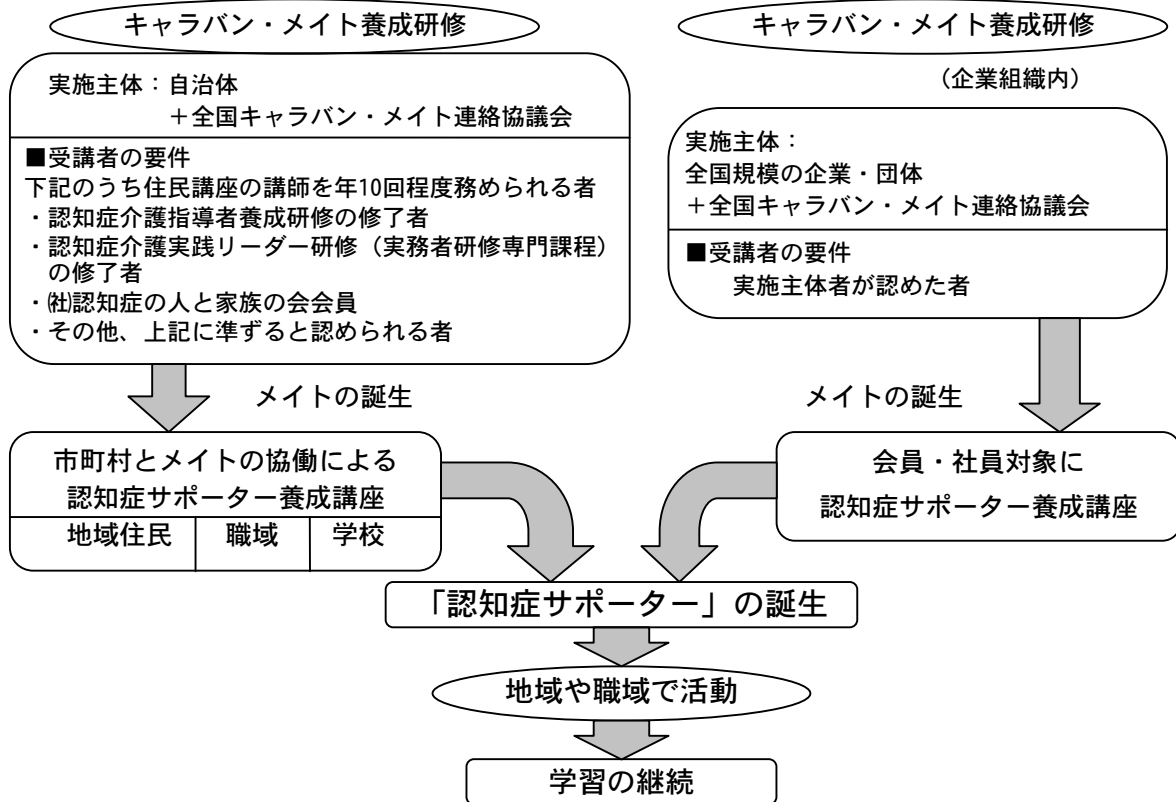
企業・団体で養成されたサポーターについては男性の割合が多くなる。人数を業種別に見るとマンション管理会社（41団体）が約半数を占め、デパート・小売業（3団体）（注4）、金融機関（12団体）と続く。いずれも高齢の顧客に対するきめ細かい対応が求められる業種であるといえよう。

(7) 認知症対策の今後

厚生労働省は「認知症の医療と生活の質を高める緊急プロジェクト」を設置し、2008年5～6月に検討会を4回開催した。医療や介護の有識者による議論と、患者家族や事業者などケアの担い手に対するヒアリングを経て、7月に報告書を公表した。このなかで、これからの認知症対策の基本方針として「早期の確定診断を出発点とした適切な対応の促進」を掲げ、具体的には以下の5点を積極的に推進することとした。

- (1) 実数の把握
- (2) 研究・開発の促進
- (3) 早期診断の推進と適切な医療の提供
- (4) 適切なケアの普及および本人・家族支援
- (5) 若年性認知症対策

図2. 「認知症サポーター100万人キャラバン」の仕組み



出典：「認知症サポーター100万人キャラバン」ホームページ <http://www.caravanmate.com/whats.html>

(1)について、これまでは「2015年に250万人」に達するという、2003年推計値を基本に認知症対策を検討してきた経緯がある。しかしこの推計では、医学的に認知症と診断された者ではなく、介護保険の認定調査員による「認知症高齢者の日常自立度」のデータをもとにしているため、医師の診断を受けていない人や、要介護認定の申請をしていない人は含まれていない。ゆえにわが国における認知症患者数、対応する医療・介護サービス資源の実態について全貌を明らかにしているとはいいがたい、という問題点が指摘された。そこで現状に見合った数値を把握するため、2008年度から認知症の診断基準および重症度スケールを決めたうえで、2009年度から大規模調査、2010年度を目途に全国推計を算出する計画で

ある(注5)。

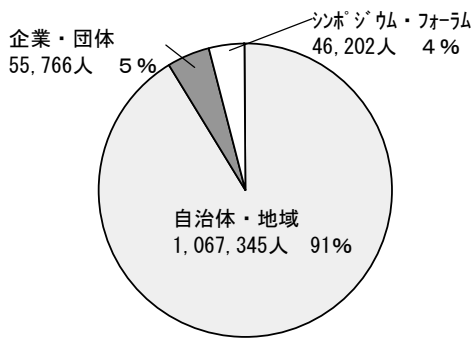
また(5)については、現在国内で18歳から64歳の人口のうち、3.78万人の若年性認知症患者が存在すると推計されている(注6)。若年性認知症に対する理解の促進のみならず、特に働き盛りの年代で発症することで、患者や家族の生活に切実な影響をおよぼすことから、雇用継続や経済的な支援を含めた取組みが検討されている。

なお2009年10月からは認知症介護研究・研修大府センター(愛知県)内に電話相談窓口「若年性認知症コールセンター」が開設され、専門のスタッフが若年性認知症特有の悩みや不安を解決すべく、専門医の紹介や仕事を継続するための相談に応じている(注7)。

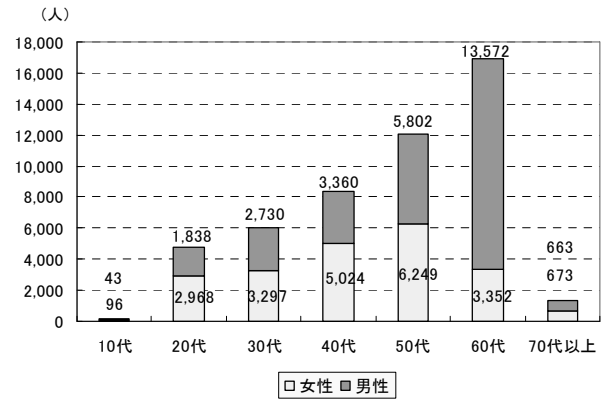
図3. 「認知症サポーター」養成の現状 (2009年9月現在)

(1) 実施主体別

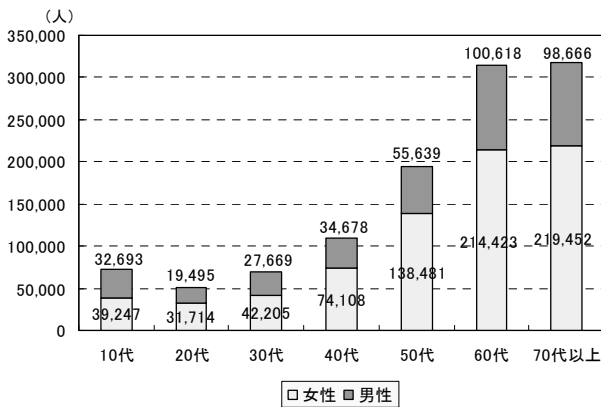
・認知症サポーター養成人数の内訳



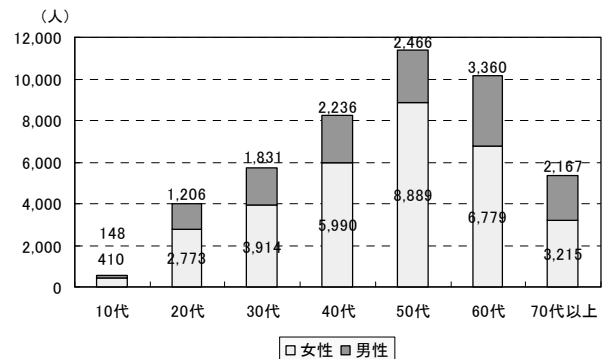
(4) サポーターの性別・年代別構成 (企業・団体)



(2) サポーターの性別・年代別構成 (全体)

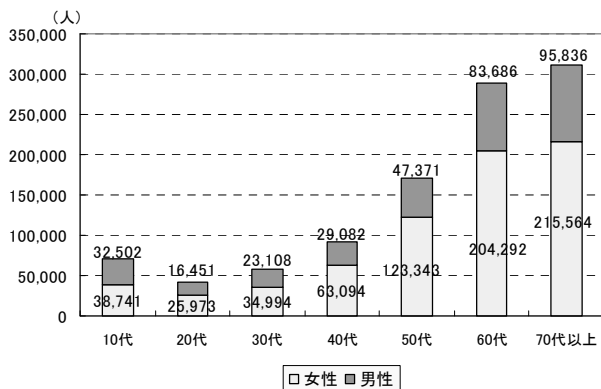


(5) サポーターの性別・年代別構成 (シンポジウム・フォーラム)

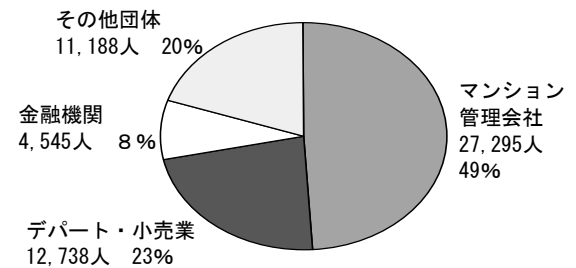


(3) サポーターの性別・年代別構成 (自治体・地域)

(自治体・地域)



(6) 企業・団体におけるサポーター (業種別)



出典：「認知症サポーター100万人キャラバン」ホームページ

<http://www.caravanmate.com/index.html>

3. 「啓発活動」(教育) から実践を通じた 「人と地域のコミュニティ」再生

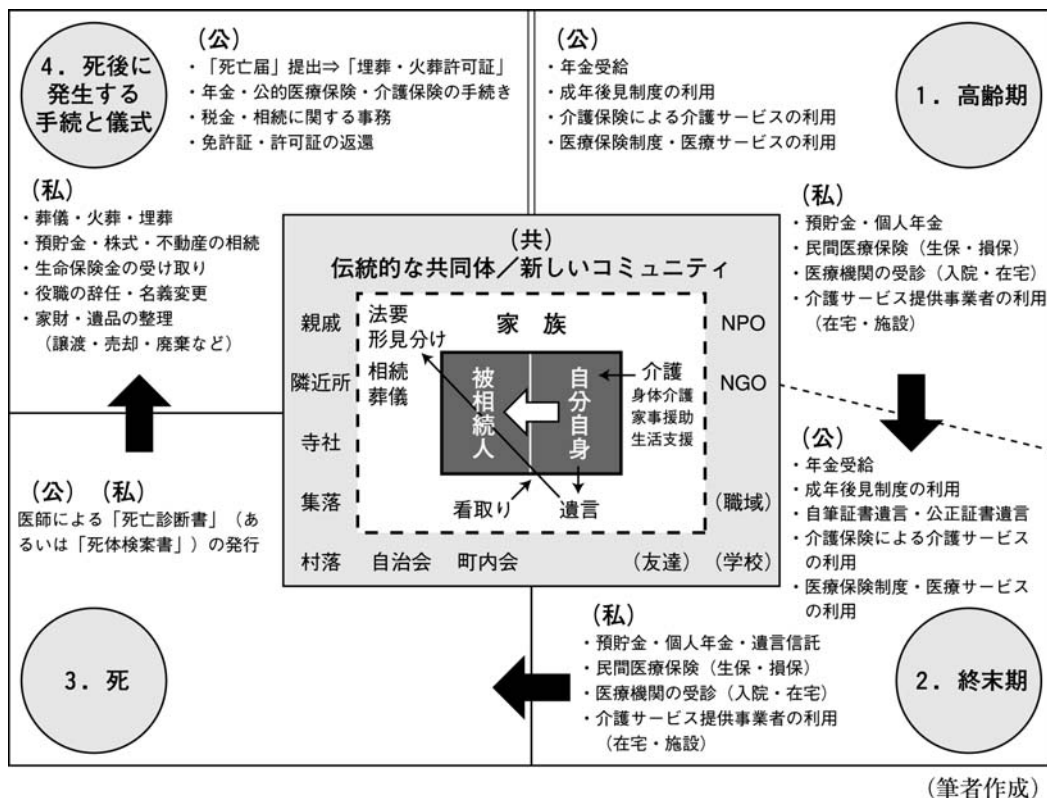
(1) JAグループの「認知症サポーター」

図3(6)のグラフのなかで、JAグループが主催し養成した人数は「その他団体」として集計されている。このうちJA全中が5,506人、JA兵庫六甲が546人である。

JAグループの「認知症サポーター」に対する取組みは積極的で、「住民が正しい知識を持って認知症患者に接しないと、地域社会

が崩壊する」(JA全中高齢者対策室)という認識のもと、その養成数は企業・団体のなかでもトップクラスである。研修会は都道府県のJA組織ごとに、組合員や家族、助けあい組織、女性部、青年部そして役職員を対象に開催されている。JA全中の調査(2009年5月)では累計1万4,273人であった(注8)ことから、約6割は職域としてではなく、自治体・地域が主催する講座を受講したサポーターであると見られる(注9)。

図4. 自分自身や家族が「健康寿命」を迎えたあとに関わる「公」・「共」・「私」



「公」の例: 「市区役所・町村役場」「社会保険事務所」「税務署」「公証役場」「法務局」「消防署」「警察」「家庭裁判所」
 「私」の例: 「金融機関」「保険会社」「介護サービス提供事業者」「病院」「診療所」「葬祭業者」「遺品整理業者」

(2) 「教育文化活動」と「生涯学習」

協同組合としてのJAには、「運動体」と「経営体」という2つの側面がある。組合員や役職員に教育や学習活動を行うことで課題を共有し、事業の利用を通じて実現するという原点が、「認知症サポーター」養成の取組みにも重なってくるように見える。JAの養成講座で知識を得た人々が、将来的にそれぞれの必要に応じて事業・活動を利用したり、支援したりするかもしれない。まさに「ゆりかごから墓場まで」の人生を支える組織として、地域における存在価値を高めてゆく可能性があるのではないか。

「健康寿命100歳プロジェクト」の概念図(図1)には「人と地域のコミュニティ再生」という目標が掲げられている。概念図内の記述は介護予防の要素が強いが、認知症の患者をコミュニティで支えることを考えるにあたり、筆者は「健康寿命」の先のことも視野に入れてイメージしている(図4)。高齢期や終末期においては、治療方針に関する意思表示だけでなく、財産管理や死後に行うべき事務的な問題についても、事前に家族と話し合ったり、関係する機関や事業者と相談したりする必要があるからだ。できる範囲で準備をしておくことも、将来の安心につながる。

「第25回JA全国大会」においては、協同組合の価値とは何かを理解し実践する「教育文化活動」の充実・強化に関する決議も盛り込まれた。具体的には「組合員が主役となる組織・学習活動」と「JAの事業・活動・運営に関する「情報提供」が対象になっている。自分自身や家族、コミュニティのために、生涯にわたり主体的に学び、実践する人々を支援することも、重要な課題となるだろう。

むすび：「オレンジリング」を着けてみて

本稿でご紹介した「認知症サポーター」については、筆者も昨年自治体主催の養成講座に参加し、修了後しばらく「オレンジリング」を手首に着けていた。

オレンジ色というかなり目立つ配色のせいか、ふと目を止めて「これは何ですか？」とたずねられることも何度かあった。その都度趣旨を説明したので、微力ながらもサポーターの役割の一端は果たせたのであった。

少し前に「ホワイトバンド」(注10)など、社会にある諸問題を解決するためのプロジェクトとして、シリコン製のカラフルなリストバンドを巻いていた人々(主に若者たち)をご記憶の方も多いのではないだろうか？

確かにこれらのプロジェクトに参加することで、これまで日常生活のなかで世界の貧困、あるいは特定の疾病について気に留めることのなかった(に違いない)人々にとって、考えるきっかけにはなったにちがいない。しかし結局は、一過性のファッションのようなものとして扱われてしまい、諸問題の根本的解決にはつながらなかったように見受けられる。

「オレンジリング」はあくまでも認知症を理解しようとする入口に過ぎない。自分自身や家族など身近な人々のために具体的に何が出来るかを考え、かつ実践しない限り、真の「サポーター」にはなれないように思えた。

【注】

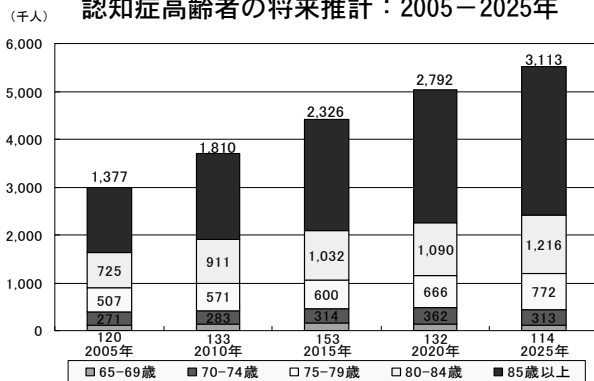
- (注1) 内閣府『高齢社会白書(平成19年版)』ぎょうせい、2007年 8ページ。
- (注2) 「認知症を知り地域をつくる」キャンペーン(<http://www.ninchisho100.net/>)のこと。具体的な取組みとしては①「認知症サポーター100万人キャラバン」(<http://www.caravanmate.com/>)②「認知症でもだいじょうぶ町づくり」キャンペーン(<http://www.dcnetwork.jp/campaign/>)③認知症の人「本人ネットワーク支援」④認知症の人や家族の力を活かしたケアマネジメントの推進(<http://www.dai-jobu.net/>)、が実施されている。
- (注3) 本部は東京都新宿区。他にサポーター講座開催への支援や、全国のキャラバン・メイトや認知症サポーターの養成数を把握するなどの事務を行っている。
- (注4) うち12,698人はイオン株式会社のサポーターが占める。
- (注5) 『認知症の医療と生活の質を高める緊急プロジェクト 報告書』(2008年7月)3～5ページ。
なお参考までに、近年示された数値として、エイジング総合研究センターが行った推計(2008)を示す。

る情報、医療機関、相談窓口などを紹介した「認知症地域資源マップ」(<http://moka.ninchishou.info/>)を、真岡市の公式ホームページとも連携して公開・運営している。

- (注10) 貧困をなくすための世界規模のキャンペーン「GCAP」(Global Call to Action against Poverty)に呼応し、日本においては2005年5月から2008年10月まで展開された活動。貧困救済の募金活動ではなく、趣旨に賛同した人々が意思表示の印である「ホワイトバンド」などを購入し、身につけた。活動経緯は「特定非営利法人ほっとけない世界のまずしさ」ホームページ(<http://www.hottokenai.jp/pub/>)を参照。

他にリストバンドによるプロジェクトとしては、がん撲滅運動「LIVESTRONG」(黄色)や乳がん撲滅、検診による早期発見を啓発する「ピンクリボン」などが挙げられる。

認知症高齢者の将来推計：2005－2025年



出典：エイジング総合研究センターが行った推計(2008)による。

- (注6) 『若年性認知症の実態等に関する調査結果の概要及び厚生労働省の若年性認知症対策について』(2009年3月19日発表)(<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2009/03/h0319-2.html>)
- (注7) 「若年性認知症コールセンター」の電話番号はフリーコール0800-100-2707(無料)。月曜日から土曜日(年末年始と祝日を除く)の10時から15時まで相談を受け付ける。
- (注8) 2009年5月6日 日本農業新聞。
- (注9) 例として栃木県・JAはが野は、真岡市の認知症地域支援体制構築等推進事業(厚生労働省の国庫補助事業)に参画するかたちで、役職員や女性部員のサポーター養成をすすめた。詳しくは、細島弘子「真岡市における「認知症になっても安心して暮らせる街づくり事業」、『文化連情報』366号(2008年9月)54～56ページ、古谷久美子「認知症になっても安心して暮らせる地域づくり」、『文化連情報』367号(2008年10月)57～59ページ、などを参照。また市内の認知症に関する情報、医療機関、相談窓口などを紹介した「認知症地域資源マップ」(<http://moka.ninchishou.info/>)を、真岡市の公式ホームページとも連携して公開・運営している。