

令和2年度長崎大学市民公開講座

【日時】令和2年12月7日(月) 13:30-15:30
【場所】ZOOMによるオンライン、サテライト会場：中部講堂（長崎大学
文教キャンパス）
【対象】一般（学内教職員・学生含む）
【参加者】124名（オンライン80名、サテライト会場44名）

【プログラム】

【開会挨拶】河野 茂（長崎大学 学長）

【基調講演】上野千鶴子氏（東京大学名誉教授・認定NPO法人ウィメンズ
アクションネットワーク理事長）
「介護すること・されること：当事者主権の立場から」

【閉会挨拶】吉田ゆり（長崎大学副学長、ダイバーシティ推進センター長）

【開催内容】

1. 開会挨拶

まず、河野茂学長より挨拶がありました。挨拶では、21世紀は新型コロナウイルス感染症という新たなウイルスとの闘いや人口問題、環境問題、食糧や貧困問題等多くの課題を抱える中、本学ではダイバーシティ環境の実現に向けて取組を進めてきた。今年度は、ダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ（特色型）という6年事業の最終年度にあたる。本学独自の取組である教職員のワークライフバランスの実現に向けた、働き方改革や介護と仕事の両立に関する取組の中の特に介護について、本日の市民公開講座で学び、今後の考えや行動をみなさまと共有するとともに、ダイバーシティマネジメントに活かし大学経営並びに長崎の地方創生において更なる発展を期したいと述べられました。



2. 基調講演

上野千鶴子氏による基調講演「介護すること・されること：当事者主権の立場から」では、「当事者主権＝社会的少数者の自己決定権」についての話をはじめ、制度は利用者ニーズに合わなければ無駄だけでなく害悪であり、サービスの質の最終判定者は本人であると話されました。

平均寿命世界第2位である日本は、超高齢社会であり、寿命が90歳を超える確率は男性4人に1人、女性2人に1人であり、まさに人生百年時代である（本の紹介①～④）。最期（死ぬ）までどうやって生きるか、これが社会学者の課題である（本の紹介⑤）。①から⑤の出版までの約10年の間に大きな変化があり、ここで注目したいのは、人口の高齢化ではなく、独居世帯率が増加したことである。現在独居世帯率が27%、夫婦世帯率が33%であるが、夫婦世帯でも死別等によりいずれ独居世帯になることが考えられる。それらから、独居高齢者への偏見がなくなった。「おひとりさま」が「おかわいそうに」「おさみしいでしょう」ではなくなった。⑥は、独居の方が「らく」であることを証明した本である。著者の辻川氏（開業医）が「ひとり暮らし高齢者調査」を実施し、生活満足度を調べた結果、「独居高齢者は2人暮らしよりも生活満足度が高く、心身の状況が変化しても満足度は下がらず、子どもの有無により満足度は変化しない」ことがわかった。その後、⑦の本から、「おひとりさまは満足度も高く、お



悩み度も低い。悩みは家族の数に比例して多くなる。2人世帯は満足度も低く、激突するから悩みも多い」ことがわかる。さらに⑧の本により、「もとからおひとりさまは、寂しくも不安でもない。一番さみしいのは、気持ちの通じない家族との同居である」ことがわかる。高齢者の自殺率は、独居高齢者より同居高齢者が高い。辻川先生は、老後の満足のための三条件を、生活環境を変えない、真に信頼のおける友を持つ、家族に気を遣わずにすむ自由な暮らしとし、「満足のいく老後の暮らしを追いかけたら、なんと独居に行き着いたのです」と書いていた。つまり、独居でも大丈夫なのである。

日本は出生数より死亡者数の方が多いことから人口減少になっている。死の場所については、病院が一番多いが減少傾向にあり、在宅死が微増している。社会において死へのタブーがなくなった。「お家でひとりで死ねますか？」の問いに回答は「はい」であり、在宅ひとり死の3条件として、自己決定、司令塔（キーパーソン）、システム（多職種連携）があれば可能であることが、上野氏の研究結果から明らかになった。また、家で死ぬための費用について、30万から300万、病院で死よりはるかに安い（本の紹介⑩）。大事なことは、お金の管理は最後まで自分自身でやることである。また、看取りへの立ち合いコンプレックスは残された側のものであり、死ぬ時に枕元で名前を読んだり叫ぶのではなく、生きて意識のあるうちに感謝や気持ちを口に出して届けてあげることが大事ではないか。

今、介護の世界でのキーワードは「高齢者の自己決定支援」である。今までは家族が決定し決めてきたことが多かった。しかし、認知症等により意思決定ができなくなった時の、不安を解消してくれる本⑪が出たおかげで、不安が解消された。在宅医療に長年かわり、がんにより亡くなられた京都の医師の本が⑫。認知症の専門医師による著書が⑬であり、「ボケても人生は終わらない、ボケた姿をさらす勇気が伝わった。独居の認知症者について、家族と暮らす人よりBPSD（認知症の行動と心理症状）が起りにくいだけでなく、程度も軽い」「興奮や暴力は明らかに少ないし、介護拒否や帰る妄想、物盗られ妄想や嫉妬妄想なども多くない」「家族がいる場合と異なり、日々叱られ続けるストレスはさきわめて少ない」つまり、認知症でも在宅生活はできる。

また、家族や共同体がいなくても、ヘルパーや訪問看護師等の専門職（プロの仕事）の支えがあれば、在宅看取りはできる。独居の在宅看取りは介護保険がなければできなかったという、在宅医師の言葉も紹介されました。ここから、独居の在宅看取りもできることがわかる。

コロナ禍で浮き彫りになったのが、医療職への注目と介護職への無理解である。ヘルパーがいなければ、在宅介護は成立しない。しかし、政治家と役人が理解していないことから、介護保険の利用抑制をしようとしている。つまり、介護保険の後退につながることを政府は進めている。これは放っておけないと思ひ集会を開きまとめた本⑭を緊急出版した。

これからの日本は、超高齢社会・人口減少社会が進んでいく。齢を重ねるとは、弱いを重ねることであり、人生の半分の下り坂は、体の不自由、心の不自由、頭の不自由が出て、みんな中途障害者になる。その下り坂を自助・共助・公助を最大限活用して「み～んな一緒に下り坂を支え合って降りていこう」と述べられました。

最後に⑮の本を紹介し、本の著者が「自立とは依存先の分散である」、「自律」は「依存の不在」ではないと書いていることについて説明されました。超高齢社会を生きる道として、「安心して要介護者になれる社会を！」「安心して認知症になれる社会を！」「認知症に備える社会を！」「障害者になっても殺されない社会を！」作っ ていこうと述べ、自律とは依存がない状態じゃなく、人に支えてもらうがその人の言いなりにならない、自分で決める（当事者ニーズに合わせる）ことである。高齢者が安心して生活できる社会は、親も若者も安心して生活できる社会である。高齢者の幸福は自分たちの幸福につながると思っ てほしいと締めくくられました。

①『百まで生きる覚悟 超長寿時代の「身じまい」の作法』春日キスヨ 光文社新書 2019

②『老～い、どん！』樋口恵子 婦人之支社 2019

③『おひとりさまの老後』上野千鶴子 文春文庫 2007

④『男おひとりさま道』上野千鶴子 文春文庫 2009

⑤『おひとりさまの最期』上野千鶴子 朝日文庫 2015

⑥『老後はひとり暮らしが幸せ』辻川覚志 水曜社 2013

⑦『ふたり老後もこれで幸せ』辻川覚志 水曜社 2014

⑧『続 老後はひとり暮らしが幸せ』辻川覚志 水曜社 2017

⑨『上野千鶴子が聞く、小笠原先生、ひとりで家で死ねますか』小笠原文雄・上野千鶴子 朝日新聞出版 2012

⑩『なんとめでたいご臨終』小笠原文雄 小学館 2017

- ⑪『おひとりさまで逝こう 最期まで自分らしく』三国浩晃 弓立社 2017
- ⑫『早川一光の「こんなはずじゃなかった」』早川さくら ミネルヴァ書房 2020
- ⑬『ボクはやっと認知症のことがわかった』長谷川和夫 KADOKAWA2019
- ⑭『介護保険が危ない!』樋口恵子・上野千鶴子 岩波ブックレット 2020
- ⑮『みんなの当事者研究』熊谷晋一郎 金剛出版 2017

その後、質疑応答の時間を設け、サテライト会場やオンラインのチャットによる多くの質問に、丁寧に分かりやすくご回答くださいました。

3. 閉会挨拶

最後に、吉田副学長より挨拶がありました。

上野先生のお話から、介護は大変、介護は家族の仕事、最期は子どもに任せればよい等の話はひとつも出てこなかった。介護について、家族にしかできないことがある、それは思い出の共有だという言葉から、改めて家族について考えさせられた。教育に携わる私たちは、人を支援する援助する人材を育て、また社会を変えていかなければならないと思う。私たち一人ひとりが最期までいかに生きるのか、何を求め何を選択しどう生きるのか、当事者である自分たちが考え、社会や政府に訴えかけていかなければならない。



ダイバーシティ推進センターは、介護に関する取組を進めて 6 年目になるが、本学教職員においても介護離職者は未だにいる。今後も課題が残されているが、本日のお話を心にとどめ、毎日を過ごしていきたいと述べました。

本講座には、多くの皆様にお集まりいただきました。

参加者アンケートでは「両親をずっと介護する立場にありましたが、自分自身がいつ何時される側になった時の心構えを知っておきたいと考えました。年寄りが一人で居られる社会⇒当事者主権という言葉に希望が持てます」「超高齢社会を目の前にして、自分の事として考える機会と捉えました。やはり最後は政治の問題と思います。制度を良くしていく、これも当事者である私たちの課題として今後取り組む必要を感じました」「老後について、家族で話し合いたい」「今後「おひとりさま」になる将来の不安が少なくなったように感じました」「50歳になったばかりですが、認知症の母がおり、私は認知症になりたくない、怖いと思っておりました。今日先生の「弱いを重ねてみんな下り坂を降りて行こう!」という言葉を聴いて、少し楽になりました。みんなで下り坂を降りながら、それを支えられる社会になることが大事だと改めて感じました」「「介護」のとらえ方が変わった。当事者も周囲もポジティブに居られるためには、どのような制度が必要か、たくさん発想はできるので、あとは声を大にすること、身近から実行していくことが大切だと思った」など、前向きな内容や、今後の参考としたいとの意見が多くありました。