



**特定非営利活動法人**  
**ニッポン・アクティブライフ・クラブ**  
 事務局:大阪市中央区常盤町2-1-8親和ビル4階 〒540-0028  
 電話06-6941-5448(代表) FAX06-6941-5130  
 ホームページ <http://nalc.jp> **毎月1回 10日発行**  
 Eメール編集室...[kaiho@nalc.jp](mailto:kaiho@nalc.jp)

# 社会保障と税の一体改革で提言 政府与党と併せて全野党にも

## 地域システムと高齢者のライフスタイルの転換を

3月8日、ナルクは高畑会長、河川専務理事と柴田市川拠点事務局長(政策提言委員)の3人が首相官邸を訪れ、政策提言書を手渡した。これは2月27日、霞ヶ関ナレッジで開かれた政策提言集会(堀田力・袖井孝子・高畑敬一)で、ナルクが中心になってまとめたもので、消費増税と社会保障の一体改革の動きに対応して提出したものである。ナルクの会員を含めた高齢者共通の願いは年金の給付額をこれ以上引き下げるということであるが、若い人だけに負担を強いるのではなく、国民みんなが平等に負担していくことという考え方を基本としている。ただ負担が余りにも大きくなるといふために今回の提言書は「高齢者自身のライフスタイルの転換」と、4月から実施される「介護保険の24時間地域包括ケア」に併せて、自宅を安心して介護・看護・看取りができるようにし、結果として医療費の節約や国内経済の成長に寄与しようという内容に力点を置いている。

都市部で高齢者人口が急増している今こそ生涯の安心を地域に作るチャンス

まずは下の提言書の全文をご覧ください。この提言書には補足説明資料素材が7頁ついています。素材の表1では、最近の傾向として都市部での高齢者の急増を強調している。地域包括ケアを本気で都会地域で作るためには、在宅での看護と診療が死ぬまで継続して行われることが必要だ。その結

表1 都市部の高齢者人口動態

|      | 2005年高齢者人口 | 2015年高齢者人口 | 増加数   | 増加率 | 順位 |
|------|------------|------------|-------|-----|----|
| 埼玉県  | 116万人      | 175万人      | 63万人  | 55% | 1  |
| 千葉県  | 105万人      | 160万人      | 53万人  | 50% | 2  |
| 神奈川県 | 149万人      | 218万人      | 70万人  | 47% | 3  |
| 愛知県  | 125万人      | 177万人      | 52万人  | 42% | 4  |
| 大阪府  | 165万人      | 232万人      | 68万人  | 41% | 5  |
| 東京都  | 233万人      | 316万人      | 83万人  | 36% | 7  |
| 全国   | 2576万人     | 3378万人     | 802万人 | 31% |    |

(国立社会保障・人口問題研究所:平成19年版)

表2 高齢者の死亡場所

| 死亡場所    | 割合    |
|---------|-------|
| 病院・診療所  | 82.6% |
| 介護保険施設等 | 4.5%  |
| 在宅      | 11.7% |

在宅死亡場所の各国比較  
 スウェーデン51.1% オランダ31.0%  
 フランス24.2%

表3 国別平均在院日数

| 国    | 平均在院日数 |
|------|--------|
| 日本   | 34.7日  |
| ドイツ  | 10.1日  |
| フランス | 13.2日  |
| イギリス | 8.7日   |
| アメリカ | 6.4日   |



果、表2、3で見られるように、欧米並みの死亡場所、在院日数になることにより、社会保障費の中で大きな部分を占めている医療費の節約が見込めるのである。また要介護・要介護状態に陥る前に独り暮らしになっても、見守り・話し相手・買い物代行などの生活サポートが受けられる。またこ

守り・話し相手・買い物代行などの生活サポートが受けられる。またこ

75歳以上もこの基礎を極力維持できるように努めるが、体力の衰えや一部支えられなくなる人も出てくる。この時期はエンディングノートを書き、とくに無駄な延命治療は行わないことを自筆捺印し、家族とかかりつけ医に話しておくように心がける。要介護になったときに備えてサービス付き高齢者賃貸共同住宅に住み替える。その前にローンが終

75歳以上もこの基礎を極力維持できるように努めるが、体力の衰えや一部支えられなくなる人も出てくる。この時期はエンディングノートを書き、とくに無駄な延命治療は行わないことを自筆捺印し、家族とかかりつけ医に話しておくように心がける。要介護になったときに備えてサービス付き高齢者賃貸共同住宅に住み替える。その前にローンが終

75歳以上もこの基礎を極力維持できるように努めるが、体力の衰えや一部支えられなくなる人も出てくる。この時期はエンディングノートを書き、とくに無駄な延命治療は行わないことを自筆捺印し、家族とかかりつけ医に話しておくように心がける。要介護になったときに備えてサービス付き高齢者賃貸共同住宅に住み替える。その前にローンが終

75歳以上もこの基礎を極力維持できるように努めるが、体力の衰えや一部支えられなくなる人も出てくる。この時期はエンディングノートを書き、とくに無駄な延命治療は行わないことを自筆捺印し、家族とかかりつけ医に話しておくように心がける。要介護になったときに備えてサービス付き高齢者賃貸共同住宅に住み替える。その前にローンが終

75歳以上もこの基礎を極力維持できるように努めるが、体力の衰えや一部支えられなくなる人も出てくる。この時期はエンディングノートを書き、とくに無駄な延命治療は行わないことを自筆捺印し、家族とかかりつけ医に話しておくように心がける。要介護になったときに備えてサービス付き高齢者賃貸共同住宅に住み替える。その前にローンが終

### 消費増税に対応するシステム転換を求める対策提言

民主党政権・与党は昨年末に税・社会保障一体型の消費増税の実施案をまとめた。これを踏まえて野田総理は今通常国会で決着付けるべく改組内閣を発足させて第80通常国会を開会した。この国会の行方は定かではないが、何れにしても我が国の命運を決める転換点になる。1千兆円を超える国債の背景は、従来システムが作ったものであり、従来社会とは不連続なシステム転換を必要としている。その観点から安定した年金制度を設計し、国民の合意を得る作業に着手することと、平成24年度内に次の対策を軸にしたシステム転換に着手することを前提に消費増税の引き上げに賛同する。(その1)は、地域システムの転換である。その事業は、すべての人が尊厳をもって暮らせる地域を創造することを目的として行う①介護・医療の連携を含む地域包括ケア、②外部サービス付き高齢者住宅、③幼・保連携を含む子育て支援の推進である。その組織運営者などは、従来から地域にある福祉の事業体に加え、自治会やNPO・NGOなどの参加を促し多様な担い手を編成して行う。子育て支援と高齢者支援に関しては、コミュニティ(中学校区)毎に地域の一定の役割と機能をもつ新しい公共センター(地域包括協議会)を作ることを求める。(その2)は、高齢期のライフスタイルの転換である。高齢者は土地・現金を保持することを価値とする20世紀型のライフスタイルに縛られ、生涯の安心が得られないまま不安な終末を迎えようとしている。マクロ的には金融資産の1/2以上ある高齢者資産がフリーズ化している。団塊世代が、2012年から高齢期に入るこの時期に、新しい高齢者像を確立し、人生のエンディング(リビングウィル)までQOLを価値観としたライフスタイルへ転換するようにアピールする。先ず高齢者は、その時々を能力を生かして就労や社会貢献活動などを行うことにより尊厳のある暮らしを享受することができる。そして高齢者が外部サービス付き住宅等へ住み替えを行うことによって、終末期まで安心して暮らすことにより2世代のQOLが好循環し社会全体の活力の源になる。この提言は野田総理が既に指示している高齢社会対策大綱の見直しに盛り込み、実行を担保していく。また衆議院議員の定数削減と公務員の給与等の引き下げの実施を果たし、さらには本格課題として国・都道府県・市町村までの統治機構の改革が求められる。

い立派なものだ。第一に人形が大きい。第二は舞台が大きく豪華。客席は数百人を収容できる(二階席は無し)。第三に浄瑠璃(太夫)、三味線、人形の三位一体で演じられ、100人近い大劇団で構成。戦後衰退を見ただけで国が保存に力を入れ、国立文楽劇場が大阪に建設され、観客が増してきている。でも若い女性ばかり。シニア層を増やそうとナルクも預託点数を使って高校生並みの値段で観られる協定を劇場と交わした。加えて昨年末、拠点で5人以上の団体鑑賞をすれば楽屋・舞台裏を見学した後、会長との食事会をセットできる。と会報に書いたら数週間前、理事会などで度々大阪に来られる江別の植松代表に一度文楽を見せたいと思っていたら急逝された。病名は食道癌(享年70歳)。北海道10拠点のまとめ役で、中山道と一緒に歩いたのが懐かしい。惜しい人を失った。(高畑敬一)





### 栃木拠点でも 任意後見を受託

#### 任意後見を受託

ナルクで、はじめ月から関東地区でもとなる「成年後見」「ナルク市民後見人制度」による委任契 養成講座)が始まり、約)が、昨年「茨木 栃木からも6人が参加、講座修了後も拠点独自で「ナルク栃木後見人会」としての通りであるが、この度、栃木拠点でその第2号となる契約が成立した。

栃木拠点では、中居で不安を抱えている会員に対して少しでも安心して暮らせるようにと活動を続けてきた。その活動の中から、宇都宮市在住のBさん(男性)からぜひ契約を結びたいというお申し出があった。この度、「任意後見契約」を締結し、後見人役場において公正証書の登録を完了した。

契約の当事者は「本人」と「法人ナルク」で、栃木拠点が実務活動を行うという契約内容である。Bさんのプロフィールは、平成23年9月、年齢：昭和8年生、性別：男性、職業：会社員、健康状態：良好、宇都宮市ウオーキングクラブにも所属して正式契約。

というお申し出が、毎日6kmぐらいのウォーキングを楽しんでいる。後見に関する経過は、平成23年7月、月例交流会で市民後見人についての説明を行う。

「本人」と「法人ナルク」で、栃木拠点が実務活動を行うという契約内容である。Bさんのプロフィールは、平成23年9月、年齢：昭和8年生、性別：男性、職業：会社員、健康状態：良好、宇都宮市ウオーキングクラブにも所属して正式契約。

Bさんは15年前に配偶者に先立たれたが、前述の通り、元気にナルクの活動にも積極的に参加していた。

「家内を亡くし、弟にも先立たれ独り暮らしで何かと不安に思っていました。親しい会員が後見をしてくれるというところで、胸のつかえがとれ、ホッとしています」と語っている。

実際に後見人としての活動は、「判断能力の衰え」「認知症の発症」などが確認され、医師の診断書が出て、裁判所が監督人を選任してか

### 中央センター会議開催

4月23日、大阪で全国ナルク福祉調査センターが集まり、中央福祉調査センター会議を開催し、

日大で全国ナルク福祉調査センターが集まり、中央福祉調査センター会議を開催し、

16年に神奈川県で初のセンターを立ち上げ、現在は8道府県でナルク福祉調査センターを設置し、グループホームなどに対する地域密着型サービス外部評価、特養や保育園などに対する福祉サービス第三者評価を受託実施し、事業者へ改善提言を公表している。この事業活動を通じて、ナルク本体のボランティア活動への支援と共に会員の持つ資質を発揮できる場として、これからも活動を推進させていきたいとしている。

自分の幸せな死について、もう少し考えておく必要がある。私は20年前、尊厳死協会の会員になった。「不治の病で死期が迫ったとき、植物人間状態になったときなどは延命措置は一切お断りします」という宣言を書いている。こうしておけば本当に自分のことを思ってくれた家族や主治医の先生を窮地に陥れることが防げられる。3月22日、超党派の国会議員で作る「尊厳死法制化を考える議員連盟」が、終末期の患者が延命措置を望まない場合、「措置を始めても医師の責任を問わない」とする法案を公表し、さらに

### 拠点リーダー訪問

87

#### 尼崎拠点「ナルク119」

尼崎市は兵庫県の最東部に位置し、大阪市と境を接する立地から、交通アクセスに恵まれ多くの産業が盛んで商店街も発達し、マンションも林立して活気にあふれ、平成14年以来白井、稲村氏と続いて清らかな女性市長を輩出した市としても知られています。

尼崎拠点は平成18年10月のナルク西宮からの分離独立以来順調に発展しており、現会員は100名に達し、23年度の時間預託点数は2031点、奉仕点数は928点と元氣一杯の拠点です。



訪問当日は山之内代表はじめ主要役員の皆さんが集まり、運営委員会が開かれており、活発な議論やご意見をお聞きすることができました。

会場は訪問介護や小規模デイサロンの運営する「WACゆずり葉」(代表者 桑山信子さん)で行われましたが、桑山さんはナルク尼崎の監査役でもありナルク尼崎とは密接な協力関係を築いていることも大きな特徴です。

・時間預託活動

「WACゆずり葉・デイサロン」での見守り、話し相手をはじめ、特養4カ所でふれあい喫茶、書道教室、合唱、二胡演奏、将棋相手、車椅子洗い、花見会などの多彩な活動を行っています。

車椅子洗いは3カ所の特養を毎月順番に訪問して、タイヤ空気圧の点検、回転部位への注油などのメンテナンスを実施しています。

・奉仕活動

玩具クリニック、ふれあい祭、有岡城址の清掃などが主な活動です。玩具クリニックは毎月1回開院し、故障して使えなくなった玩具を部品代程度で修理して



喜ばれています。その他の活動ナルク兵庫福祉調査センターの平成23年度受注業務28件中尼崎拠点は19件を手がけ大きく貢献しました。

プルトップは今までに67kgを収集し、早く1台の車を贈れるように努力中です。ペットボトルキャップも70kgを収集し、アフリカの子供達に贈るワクチン100人分相当の貢献になっています。

また市内各地域の会員のコミュニケーションと活動の活性化のためにミニ集会を武庫・伊丹地区、立花・大庄地区、中央・小田・園田地区の3地区で行っていることも今後の発展に役立つことと見られています。今後の課題として、事務所の確保や市との協働などが挙げられています。近く必ずや達成されることと見られています。(記・野村文夫)

### リビングウィル 尊厳死を考える

東神戸拠点 中谷庄一

我が国の高齢化率(全人口に占める65歳以上の高齢者の割合)は2010年には23%、4人が1人のお年寄りを支える騎馬戦型、50年後の2060年には40%、1人の働き手が1人のお年寄りを支える肩車型になる。しかも世界でも例を見ないスピードで我が国の高齢化は

進行している。むかし長寿はめでたいことと思われてきた。事実、健康で長生きできればこんな結構なことはない。しかし病気をし、しかもその病気が不治の病であったり、他の人の手助けがないと生存出来ないう状態となったとき、長生きが自分にとって、そして他人にとつて幸せなのだろうか。不必要な延命措置までして生きることがはないと思

自分の幸せな死について、もう少し考えておく必要がある。私は20年前、尊厳死協会の会員になった。「不治の病で死期が迫ったとき、植物人間状態になったときなどは延命措置は一切お断りします」という宣言を書いている。こうしておけば本当に自分のことを思ってくれた家族や主治医の先生を窮地に陥れることが防げられる。3月22日、超党派の国会議員で作る「尊厳死法制化を考える議員連盟」が、終末期の患者が延命措置を望まない場合、「措置を始めても医師の責任を問わない」とする法案を公表し、さらに

### 文楽

#### 夏休み特別公演(国立文楽劇場)

7月21日初日〜8月7日千穠楽(7月27日、8月4日の第1部は貸切)

第1部 親子劇場 午前11時開演  
鈴の音(解説・文楽つてなかに西遊記 水簾洞の段ほか)

第2部 名作劇場 午後2時開演  
撰州合邦辻 伊勢首頭恋寝刃 契情倭莊子

第3部 サマーレイトショー 6時30分  
曾根崎心中 生玉社前の段ほか  
4600円を4100円に割引

### 介護サポーター 養成講座

①J&Bコーラス 2・4(金)1時30分 産業創造館15F  
7月7日結成10周年の記念コンサート開催(大手前・ドーンセンター) 担当・広部

②司馬「街道を行く」 6月24日(日) 藤井寺の歴史探訪 藤岡 6876-1832  
③千翠(詩吟) 1・3(火)5時 本部6F会議室 担当・青木 090-4292-7171

読者の広場

俳句

細井素顔

「なすの」
一步退き
名画に見入る春帽子
幼子の
抱っこを拒む春の土
キャンパスに
置く早春の草の色

随想

松永徳弥

「茂原」
喜寿祝い
古き友達 冬日かな
長々と
伸びゆく影や 春の暮
狭庭にも
風の訪れ 梅香る
渡辺ハル子

遠き山
ほんのり染まる 春茜
大村コウ
雨上がり
行きつ戻りつ 遅い春
山田和枝

短歌

「中標津」
舞山
武佐市街 呱呱の声あく
わが郷よ 百周年の
語り部ならむ

随想

東日本大震災への私
たちの関わり方
京都 吉村紀久子
ナルクの本部から大震

記者レポート

「萩」
夏ミカン菓子を宮
城に送る
宮城拠点パラボ
ル喫茶の支援カン
パを実施するに当
たり、お金だけで
なく、「ほかに思
いを伝えたい」と
の声に心惹かれ、萩
名産の夏ミカン菓子を作
ることにしました。



宮城拠点の皆様が休憩
の折に、少しでも活動の
お疲れが癒されればと願
っております。お弁当持
参でこの作業をして、改
めてナルクの仲間との絆
を実感しました。遠方で
そちらに行けない「ナル
ク萩」のささやかな支援
です。

例会後、会員の友人が
提供してくださった90個
の夏ミカンの皮を剥き、
菓子にする皮を5・5キ
ロも作りました。
2日目はゆでこぼしを
繰り返し、ミツを入れ弱
火で約3時間煮詰め、3
日目はグラニュー糖をま
ぶし扇風機で湯かして完
成です。

(阿武靖子)

災への支援要請があった
とき、私たちの麻雀サー
クルはどうしようかと考
えました。
「京都ことの会」には
たくさんの方々があ
ります。私たちの麻雀を
はじめ、山歩会(サンボ
会)、ナルク(写真ク
ラブ)、カラオケ、映画、
パソコン等々。ある方か
らは「京都は遊んでばか
りいる」と言われたほ
ど皆さん退職後の「人々
とのふれ合い」を楽しん
でいらつしゃいます。

「横浜」
事務所のサロン化を実
施
昨年7月、運営委員
会に「サロンづくり」
を提案して委員会が発
足、月1回の会合を重
ねて、今年4月5日
(木)のオープンにこ
ぎつけました。
オープン行事では、
「歩こう会」の参加者
が近郊を歩き、桜の開花
を楽しんだ後、事務所「ほ
つとサロン」に到着、40
名の会員によるホットな
サロンのオープンとなり
ました。



午後2時から副代表の
挨拶に始まり、12の同好
会の紹介、会員によるギ
ター・ハーモニカ演奏と
和気あいあいの中、オー

今回の要請に「ことの
会」の代表が、サークル
の例会日に主旨を伝える
にまわりました。その日は
ドカッと1万円も出して
くださった方もおり、たく
さんのカンパが集まりま
した。次週はこつこつと
貯めた小銭を持ってこら
れる方もおりました。メ
ンバーは変動するわけで
はありませんで、毎週
お願いする訳にもいか
ず、長く続ける方法はな
いかと知恵を絞りました。

「かずさ」
東日本震災復興支援フリ
ーマーケットを終わって
当拠点では、4月7日
と8日に行われた「さく
らまつり」と「お花見ウ
オーク」で東日本大震災
復興支援を多くの市民
に呼びかけてフリーマ
ーケットとコーヒーシ
ョップを開き、収益を
復興支援に当てること
にしました。

4月7日(土)のフ
リーマーケットは、一
カ月前から会員に押し
入れに眠っている品物
の提供をお願いし、被
災者救援に協力しても

す。割引券というのは8
回連続参加するともらえ
る300円の券のことで
す。これを会費で換金し
て募金箱に入れました。
また石崎お鍋といった
物品のカンパも募り、会員
に買ってもらう募金に加
えました。募金の総額は
13万円余りとなりました。

「函館」
隣の町長が来所
函館の北20KM、噴火
湾に面した森町は、イカ
飯などで有名な町です。
その佐藤町長をはじめ
めとする一行が3月21
日、ナルク函館の事務所
にいられました。

森町は3年前から住民
同士の助け合いの運動を
模索していたようです
が、改めてナルクの活動
内容を町長自身で確認し
たかったとお話してし
ました。
高橋代表、鎌田事務局
長などが応対し、丁寧に
函館拠点の現状、本部の
取り組みなどを説明させ
ていただきました。

誕生日カードを贈る
活動がスタート
堺東北 橋野喜紀
平成22年の国勢調査で
泉北ニュータウンでの高
齢者世帯の全世帯に占め
る割合が22%、しかも半
数の11%が独り暮らしと
いう結果が出ました。

森町は3年前から住民
同士の助け合いの運動を
模索していたようです
が、改めてナルクの活動
内容を町長自身で確認し
たかったとお話してし
ました。
高橋代表、鎌田事務局
長などが応対し、丁寧に
函館拠点の現状、本部の
取り組みなどを説明させ
ていただきました。

誕生日カードを贈る
活動がスタート
堺東北 橋野喜紀
平成22年の国勢調査で
泉北ニュータウンでの高
齢者世帯の全世帯に占め
る割合が22%、しかも半
数の11%が独り暮らしと
いう結果が出ました。

「ナルク(NALC)」は最寄りの活動拠点からお届けします。お問い合わせは電話06-6941-5448(代)ナルクへ。

Table with 2 columns: 地域 (Region) and 活動拠点数 (Number of Activity Points). Rows include 北海道地区 (5), 東北地区 (30), 関東地区 (6), 信州地区 (3), 北陸地区 (8), 中部地区 (50), 近畿地区 (9), 中国地区 (5), 四国地区 (8), 九州地区 (134), and 合計 (Total).

Table with 2 columns: 海外 (Overseas) and 活動拠点数 (Number of Activity Points). Rows include ナルクUSA (1) and ナルクスイス (1).

本部 住所電話は1面
題字下に記載
東京事務所〒105-0004
東京都港区新橋6-15-8
空調ビル3F
電話03-6435-6352

団体
賛助会員
(5口以上・敬称略)

あいおいニッセイ同和損害保険・大阪ガス労働組合・亀岡病院・関西電力・関西電力労働組合・近畿
労働金庫・公益社・サンヨー電機労働組合・CGCグループ・全電通近畿社会福祉事業団・全東レ労
働組合連合会・象印マホービン・ダイハツ労働組合・東北電力・東北電力労働組合・東北発電工業・
日新製鋼労働組合・パナソニック・パナソニックグループ労働組合連合会・パナソニック電工労働組
合・丸十服装・妙見閣寺・ユアテックユニオン・U・Iゼンセン同盟・信和ゴルフメンテナンス・労働
者福祉中央協議会・四国電力生活協同組合・日通旅行・亀岡松花苑(みずの木)