元気で過ごしたいと考える高齢者が活躍する「出番と居場所」作りが各地で進んでいる。健康維持にとどまらず、使命や責任を意識してもらうことで、充実感があり、意欲的な生活を送れるという好循環を目指している。（野島正徳）

元気シニアに「出番と居場所」

介護助手で採用 使命感が活力

■「ありがとう」で元気

津市の介護老人保健施設「いこいの森」で清掃作業を担当する介護助手の矢田きよ子さん(70)は、5年ほど前に腹膜炎で入院した。入院と治療を経て実感したのは、「自立して生活できるありがたさだった」と振り返る。

4年前にこの施設の介護助手募集のチラシを見て、元気に働いて暮らしていきたい、との気持ちから応募した。現在は1日3時間で週5日間働いている。施設内の清掃など間接的な業務が中心だが、介護職員や入所する高齢者から「ありがとう」と言われると元気が出るという。気さくさが矢田さんの持ち味で、ロビーでくつろぐ入所者に優しく声をかける姿が施設での日常風景となっている。

この施設では、期待する任務（出番）と、活躍する舞台（居場所）を通じて、高齢者の介護予防を図ると結果を残したことで、シニア側の達成感が高まる効果もあったという。

この成果を踏まえ、厚生労働省は19年度から、元気なシニアを介護助手として活用する事業を全国規模で展開し始めた。全国老健協の調べによると、20年度には全国1138施設

東京都健康長寿医療センター研究所の藤原佳典研究部長は「地域に貢献わずかでも報酬が得ることで使命感が生まれ気や意欲が湧く」と組みを評価する。

用している。「無理せず、地域貢献しながら、健康増進につなげてもらいたい」と、施設長の東憲太郎さん(69)（全国老人保健施設協会長）は狙いを語る。

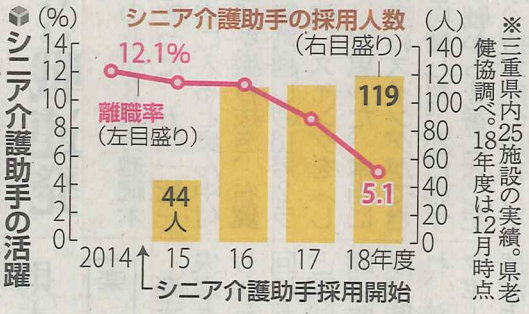
体操やウォーキングなどの個人的な健康作りにとどまらず、仕事を通じて他人から必要とされ、責任感をもつことで、元気に活動を続けてもらうことを重視する。短時間など無理のない労働環境で、高齢者人材を迎え入れている。

■人手不足解消にも

こうした介護現場での「元気シニア」の人材活用は、三重県老人保健施設協会（老健協）が2015年度、全国に先駆けてモデル事業として始めた。

シニア人材を多く採用することで、人手不足で業務に追われる職場にも余裕が生まれている。シニア採用を進めた県内25施設を調査したところ、各施設での離職率平均はモデル事業導入前は12・1%だったが、その後はシニア介護助手が増えるに従って低下し、18年度には5・1%(12月時点)まで改善した。サービス向上と介護職員の定着という

掃除をしながら、入所者（右）話しかける介護助手の矢田さ（5月下旬、津市の介護老人健施設「いこいの森」で）



※三重県内25施設の実績。県老健協調べ。18年度は12月時点

地域で活躍の場 自治体が支援

勤め先を定年退職した後でも、ボランティア活動など、自らの出番と居場所を求める元気なシニアは少なくない。こうした意欲を、地域活力の創出にもつなげようと、高齢者人材を活用する自治体の事例が増えている。

兵庫県南あわじ市は、60歳以上の市民を対象に、ボランティアに参加すると地域商品券と交換できる「おもいやりポイント」の制度を導入した。「人生100年時代を元気に過ごしてもらおう」（生涯活躍推進室）という狙いだ。

市内の高齢者施設や保育園など約60施設で、清掃作業や本の読み聞かせといった活動をすると、内容に応じて1時間あたり200ポイントか400ポイントを付与している。1000ポイントごとに、市内約100店舗での買い物などに使える地域商品券に交換できる仕組みだ。

群馬県富岡市は、世界遺産「富岡製糸場」の解説員として活躍してもらう。70歳代を中心に講座を経て、知識や能力などが市から認められた86人が、観光客ボランティアとして活躍している。手話によるできる人もいるという。

近年、高齢者人口の減少に伴い、シニアの就業発になっている。総務省2021年の労働力調査は、65歳以上の就業者前年比6万人増だった。意欲と体力がもつ限り働けたいという考えも増えている。

22年版「高齢社会白書」によると、握力や歩行速度などを測る体力テスト（65歳以上）の合計点が、10年前よりも向上している。日本老年学会は、こうした「若返り」を踏まえて、「65歳以上」を高齢者の定義を見直すことを提言している。

元気なシニアの活躍

高齢者の活躍支援の事例

京都区	セミナーを開催し、現役時代に培った技能・知識を活用した就労を促す
京都寺市	介護支援の活動実績に応じて年間最大5000円分のポイント付与
県市	半日2000円の有償ボランティアとして富岡製糸場の観光客をガイド
県	人材が不足している介護現場で、助手として職員の補助業務を担う
県じ市	ボランティア活動の実績に応じて地域商品券に交換できるポイント付与