

楽しめる健康高齢社会を

狭山市教育委員会社会教育課 石岡 千寛

1 はじめに

狭山市は埼玉県の南西部に位置し、川越市、所沢市、日高市、飯能市、入間市の5市と隣接しており、1954年（昭和29年）に埼玉県内15番目の市として発足した。市内には2つの工業団地と、武蔵野の美しく豊かな自然環境、首都近郊に位置する地域特性をあわせ持っており、埼玉県南西部の中核的な都市の一つである。

また、狭山市では、日本三大銘茶の1つに数えられる「狭山茶」の生産が盛んにおこなわれている。狭山市の気候は茶産地としては冷涼であるため、深い味わいと甘みが魅力の狭山茶が生産できる。狭山稲荷山公園で秋に実施しているさやま大茶会では、外国人向けの英語点茶体験ブースや、団体・個人・学校の茶道部による全国最大規模の野点の茶会等を開催し、多くの方々が狭山茶を楽しむことのできる機会となっている。

2 狭山市の人権教育の概要

狭山市教育委員会では、全ての人々の人権が真に尊重される社会の実現を目指し、狭山市人権教育推進協議会と連携を図り、狭山市民憲章にある「人権を重んじ助け合い、明るいまちをつくりましょう」をスローガンに、計画的・継続的に人権教育及び人権啓発に取り組んでいる。

令和3年度には人権教育推進事業として、人権教育研修会や企業人権研修会、人権教育実践研究会を開催した。人権教育研修会は、教員や社会教育関係者を対象に「同和問題」、「青少年赤十字活動と人権」のテーマで全2回実施した。企業人権研修会は、市内企業の従業員を対象として、インターネットや公正採用選考をテーマに、オンラインでの動画配信により実施した。人権教育実践研究会は、小学校、中学校、公民館それぞれにおける人権教育の実践事例について、発表、指導講評をオンラインでの動画配信により実施した。

また、富士見集会所では、同和問題をはじめとする様々な人権問題の解消に努め、明るい地域社会の創造をめざし、学校やPTA、公民館と連携を図りながら人権教育及び人権啓発に取り組んでいる。

3 高齢者に対する具体的な取組

(1) 認知症防止・サポーター養成

中央図書館と長寿安心課の共催事業として、認知症ミニ講座と認知症サポーター講習を開催した。ミニ講座では、「認知症の基礎知識」、「認知症の方への対応方法」の2回に分け、認知症の症状や対応の仕方について講座を実施し、各回とも19人の参加があった。認知症サポーター講習では、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症当事者やその家族に対しできる範囲で手助けをする応援者「認知症サポーター」養成のための講座を開催し、11人の参加があった。参加者の多くは、自身の認知症予防をしたい方、実際に認知症の方の介護を行っている方であり、積極的に学ぶ様子が見られた。

(2) 富士見集会所における事業

富士見集会所では、例年、高齢者相互の交流及び教養等の学習意欲の充実や健康の増進を図ることを目的に、65歳以上の方を対象として、ふじみ寿大学を実施し

ている。令和2年度と3年度については、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響を受け講座は中止となったが、今年度は感染症の対策をした上で、創作活動家を招いたペーパークラフト作成体験講座や、市内の歴史調査サークルの会員による郷土史講座、同和問題について学ぶ人権講座等、様々な分野で、全6回の講座実施を予定している。

(3) 健康づくり支援

「フレイル」と呼ばれる加齢とともに、運動機能や認知機能が低下する等の心身の衰えを予防するため、健康寿命を維持することにつながる健康体操や、足腰のストレッチ方法を学ぶ講座を市内公民館2館で実施した。

西武文理大学看護学部との共催事業として開催し、大学の学生が講師となり、学生と参加者の交流を交えながらの講義や実践を行った。2館それぞれの開催により、合計15名が参加し生涯自立した生活を送るための健康増進法を学ぶことができる機会となった。

(4) スマートフォン講座

社会で情報化が進んでいく中、インターネット等の情報通信技術を利用できる人と利用できない人との間での情報格差が問題となっている。高齢者の中には、ICT機器を使いこなせないという人も少なくない。市内公民館では、スマートフォンを持っているが使い方が分からない方や、今後携帯電話からスマートフォンに変更したい方を対象に、スマートフォン入門講座を実施した。各携帯キャリアのスマートフォンアドバイザーを講師に、基本操作の方法をはじめ、地図やインターネット検索の方法、カメラでの写真や動画の撮影方法等を学習した。本講座は、情報格差の解消に向け、今年度も引き続き各公民館で実施を予定している。

(5) ワクチン予約サポート

新型コロナウイルスワクチンの予約では、開始以前からインターネットでの予約が高齢者にとっては難しいことが課題とされていた。

本市では、自身でインターネットを利用し予約することが難しい方でも、予約をとれるよう、ワクチン接種予約サポート事業を行った。自治会や民生委員の協力のもと、令和3年5月に市内各公民館と自治会館にて職員が希望を聞き取り、タブレットを利用して予約を代行する形で実施した。会場には、自身でインターネットでの予約を試したができなかった方やコールセンターへの電話が繋がらなかった方等、多くの方が来場し、ワクチン接種を希望する方への機会の提供につながることができた。現在、60歳以上の方等を対象に4回目接種の準備が進められているが、4回目接種についても6月下旬から公民館等での予約支援の実施を予定している。

4 おわりに

全国的に少子高齢化が進んでいる中、本市の高齢化率は、平成12年の12.1%から、令和2年度には31.6%に増加し、全国の28.8%を上回る高齢化率で推移している状態である。今後も高齢化率は増加が予想されるなか、高齢者の権利を守るための取組はより重要となる。

第4次狭山市総合計画後期基本計画で掲げる4つの柱の一つである「楽しめる健康高齢社会を～安心・健康・便利なまちづくりを～」の達成に向け、心身ともに健康な生活を送るため、健康づくり支援の充実を進めるとともに、介護の放棄や身体的・心理的虐待などの権利侵害を防ぐための取組を推進していきたい。