

ものがあります。たとえば2016年から行っている「シニア健康フェスタ東京」は、今年で9年目を迎えるダンスイベントです。都内の会員が10のブロックに分かれ、日頃から介護予防につながる活動として行っているレクダンスやエアロビクスなどの練習の成果を披露します。昨年度は1100名が参加し、今年度も11月に開催を予定しています。ほかにも、輪投げやグラウンドゴルフ、パタンの競技を行う軽スポーツ大会や踊りをメインとした芸能大会などがあり、毎回、数百人が参加しています。

単位老人クラブの特色のある取り組みの例としては、町田市のある老人クラブが行っている「お買い物バス」があります。買い物に行けずに困っていたり、引きこもったりしている高齢者の移動を支援するもので、地域での存在感を發揮しています。車両やドライバーについては、地元の介護事業者が送迎以外の時間を利用して社会貢献として協力。「スーパーで買い物中に転んだら、責任問題はどうか」といった不安の声もありましたが、役所に相談すると「買い物は自己責任」と言っ

てくれて、活動が動き出しました。このような仕組みづくりは理屈ではなく、あちこちに折り合いをつけながら、みんなで進めていくことが大切なのだと実感しました。

目黒区のある老人クラブが行っている「ダレデモ・カフェ」は、月に1回、誰もが気軽に集まることができ、カフェを開催するもの。新聞でも取り上げられて全国的に話題になったユニークな活動ですが、ただ来て座っていただけで、認知症の症状が安定したり穏やかになったりしたという話をいくつも聞きました。

先ほどの「シニア健康フェスタ東京」は、コロナ禍では都全体での開催は見送りましたが、各地域からの要望を受けて、10のブロックでの開催となりました。感染対策などを徹底したうえで、規模を半分くらいにするなどの工夫をしながら、事業を継続するよう努めました。感染リスクを気にして家の中に閉じこもってしまつと、フレイルや軽度認知障害などが増えることが予測できたからです。家族の方からは、「コロナでふさぎ込みがちだったが、クラブに参加すると笑顔になって戻ってくる」という声が多く聞かれました。これ

も大事な取り組みだったと思っています。

**地域の「素人」でも介護に参加できる仕組みを**

介護も保育もそうですが、深刻な人手不足の状況にあります。人口減少社会のなかで打開することは、なかなか難しい問題です。老人クラブの活動を見てきて個人的に思うのは、素人が介護に参加できる仕組みをつくって、介護を地域化してはどうか、ということですね。

「お買い物バス」や「ダレデモ・カフェ」のような緩やかな見守りや支援は効果が実証されており、気づいて発見し、専門家などにつながることもできます。老人クラブがこれまで行ってきた活動ですが、そのような素人を巻き込んだ介護人材確保のシステムを、本格的に考え始めてもいいのではないかと考えています。

たとえば、今年の介護報酬改定で加算が認められた「認知症ケアプログラム」。スウェーデンのケアプログラムをベースにしたもので、認知症や認知症による行動・心理症状(BPSD)を理解することで認知症

続きは、本誌7月号をご覧ください

## Special Interview.01

## 吉井 栄一郎

Eiichiro Yoshii

公益社団法人東京都老人クラブ連合会  
常任理事・事務局長

## DATA

公益社団法人  
東京都老人クラブ連合会●東京都新宿区西新宿 5-7-1  
若月ビル 8階

URL tororen.or.jp

1964年設立。概ね60歳以上の人が加入する地域の単位老人クラブがベースとなっており、2023年4月現在、東京都内で2,736のクラブがそれぞれの地域で健康づくりや地域づくりなどの活動を行っている。54の区市町村連合会が東京都の連合会に加盟。スローガンは「のばそう! 健康寿命、担おう! 地域づくりを」



地域とともにある老人クラブ  
「介護の地域化」の役に立ちたい

**健康づくりや見守りなど  
さまざまな活動を地域で展開**

地域における老人クラブは、歩いて30分以内のエリアを基盤とした任意の団体で、概ね60歳以上の人が参加しています。活動内容はさまざまですが、老人福祉法に基づき、高齢者の生きがいや健康づくり・介護予防を推進する取り組みや、高齢者の地域における支え合い・暮らしの安全・安心に資する活動を行います。

具体的な取り組みとしては、ラジオ体操や歩こう会、カラオケ、輪投げ、グラウンドゴルフ、ゲートボールなどの健康づくりに関するものと、高齢者の見守りや安否確認、地域清掃、登下校時学童見守りなどの地域貢献に関するものがあります。

こうした活動を行う地域の単位老人クラブが集まって区市町村老人クラブ連合会を組織し、区市町村の連合会が集まって東京都老人クラブ連合会(以下、東老連)をつくっています。さらに都道府県の連合会が集まって、全国老人クラブ連合会になります。

東老連では都内の老人クラブの育成指導や活動支援を行っています。

ですが、クラブの数や会員数は年々減少しています。2013年には3417のクラブがあり、会員数は約28万人でしたが、2023年にはクラブ数が2736になり、会員数は約18万人と、10万人近く減少。全国で見ても、会員が800万人くらいいた時代もありましたが、現在は400万人と半減しています。

高齢者は増えているのに、会員数が減っている理由としては、定年が延びて60代、70代になっても定職を持って働いている人が増えたことが挙げられます。仕事があると、地域活動に時間を割くのは難しくなります。また、スマホがあれば情報を得られ、好きなことを追求できるので、わざわざ組織に入って人づきあいから始めて地域活動をする顔を面倒と思う人が増えています。

東京には下町気質が残っていると、場所も多いですが、地域で集まって何かをやるという感覚は、老人クラブに限らず全国的に薄まってきている気がします。

**買い物支援の仕組みを  
地域で構築**

東老連の取り組みにもさまざまな