

Dia News



2021

No.103

巻頭言

超高齢社会における SDGs の意義

永松 俊哉

Dia Report

高齢期に「年賀状」でつながる他者とは？
— 会うことはないかもしれないが、意味のある他者 —

澤岡 詩野

フォーカス高齢社会

コロナ禍でスマートフォンを使う機会が増えた今こそ健康のために気をつけたいこと
— 人間工学に基づく7つのヒントを参考に —

松田 文子

財団研究紹介

第15回日本応用老年学会大会を成功裏に開催

石橋 智昭



御宝田遊水地の白鳥（長野県安曇野市）



菅生沼の白鳥（茨城県坂東市）



庭のメジロ（千葉県柏市）



恵比寿様の熊手（台東区浅草 浅草七福神）

03 巻頭言

超高齢社会におけるSDGsの意義

永松 俊哉 (ながまつ・としや)

山野美容芸術短期大学美容総合学科 教授

福岡教育大学大学院修士課程修了。博士[保健学](東京医科歯科大学)。明治安田厚生事業団 体力医学研究所所長を経て2019年より現職。専門は運動生理学、公衆衛生学、健康科学。運動・身体活動が心身の健康に及ぼす効果に関する研究に従事。著書に「運動とメンタルヘルス(杏林書院)」、「ポジティブ脳に切り替えるストレッチ(メディカルトリビューン社)」などがある。ダイヤ財団倫理審査委員。

04 Dia Report

高齢期に「年賀状」でつながる他者とは？

澤岡 詩野 (さわおか・しの)

—会うことはないかもしれないが、意味のある他者—

ダイヤ高齢社会研究財団 研究部 主任研究員

東京工業大学大学院卒。工学博士。東京理科大学助手を経て、2007年より現職。研究テーマは高齢期の社会関係。業績として「都市のひとり暮らし後期高齢者における他者との日常的交流」(共著『老年社会科学』)、「都市部の企業退職者の社会活動と社会関係におけるインターネットの位置づけ」(単著『老年社会科学』)など多数。

08 フォーカス高齢社会

コロナ禍でスマートフォンを使う機会が増えた 今こそ健康のために気をつけたいこと

松田 文子 (まつだ・ふみこ)

—人間工学に基づく7つのヒントを参考にし—

公益財団法人大原記念労働科学研究所 特別研究員

博士(工学)。日本人間工学会代議員、認定人間工学専門家。千葉工業大学非常勤講師、ダイヤ高齢社会研究財団客員研究員、中央労働災害防止協会 ISO45001/JISQ45100 審査員、第一カッター興業株式会社社外取締役。主な著作として、「立ち仕事の多い職場での健康づくり」(『POSTURE』46巻、2019年)、「自宅型テレワークの作業環境に関する状況と健康上の課題」(『安全と健康』70巻3号、2019年)など。

10 財団研究紹介

第15回日本応用老年学会大会を成功裏に開催

石橋 智昭 (いしばし・ともあき)

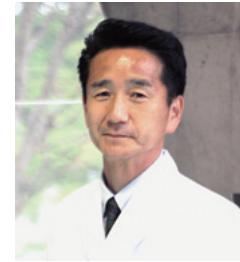
ダイヤ高齢社会研究財団 研究部長 博士(医学)

千葉大学大学院修了。博士[医学](慶應義塾大学)。亀田総合病院(専任研究員)、慶應義塾大学医学部(助教)を経て2011年から現職。専門は、高齢者のヘルスサービスリサーチ。財団では、「ケアの質のアウトカム評価」「介護予防政策の自治体共同研究」「生きがい就業の介護予防効果」を担当。

12 Dia Information

表紙撮影：柳沢 正男氏「御宝田遊水地の白鳥」、秋林 正毅氏「菅生沼の白鳥」「庭のメジロ」、土田 唯雄氏「恵比寿様の熊手」
※ 448 SCHOOL (千葉県我孫子市で写真愛好家を指導している吉羽健二郎さん夫妻の写真教室) 所属の皆さんの作品です。

超高齢社会におけるSDGsの意義



山野美容芸術短期大学美容総合学科 教授 永松 俊哉

昨今、各種メディアで「SDGs (Sustainable Development Goals、エスディーゼーズ)」が頻繁に取り上げられている。SDGsとは、2015年に国連本部で開催された「国連持続可能な開発サミット」において日本を含む193加盟国で採択された「持続可能でよりよい世界を目指す国際目標」を指す。具体的には、「地球上のだれ一人として取り残さないこと」をコンセプトに、貧困や飢餓、エネルギーや環境、教育問題など、世界が抱える社会問題について17の目標と169のターゲットからなり、2030年までに達成することを目指すものである。

いずれの国も経験したことのない「超高齢社会」を迎えたわが国において、17の目標のうち高齢化対策としては「目標3：すべての人に健康と福祉を」、「目標4：質の高い教育をみんなに」、「目標8：働きがいも経済成長も」、「目標11：住み続けられる街づくり」を推進することが肝要と思われる。目標3に関しては、医療保険および介護保険による基礎的な対応がなされていることから、今後は独居高齢者の日常的な相談に応じるサービス

や、気分障害や睡眠障害など高齢者特有の心の健康に寄り添うサービスの開拓が望まれる。目標4と目標8については、高齢者の就業を狙いとした新しい知識や技術を身につけるための学びの場を設けるとともに、何歳まででも働き続けられる就労環境の整備が必要と思われる。目標11では、生活空間や交通機関の各種バリアフリー化が望まれるが、近年頻発する甚大な自然災害にも留意して高齢世帯が取り残されることのない災害対策も進めるべきと思われる。

少子高齢化が進むわが国においては、高齢者が地域にて穏やかに暮らしつつ、いくつになっても働ける環境の構築に向けて、SDGsのフレームワークに沿って地方自治体、地域企業、および各種団体が協働して持続可能な街づくりを目指すことが望まれる。ダイヤ高齢社会研究財団は、これまで高齢者の生活の質の向上に寄与する各種調査研究に取り組んできた実績と経験があり、今後はSDGsを踏まえて超高齢社会のオピニオンリーダーとしての更なる活躍に期待したい。

高齢期に「年賀状」でつながる他者とは？

—会うことはないかもしれないが、意味のある他者—

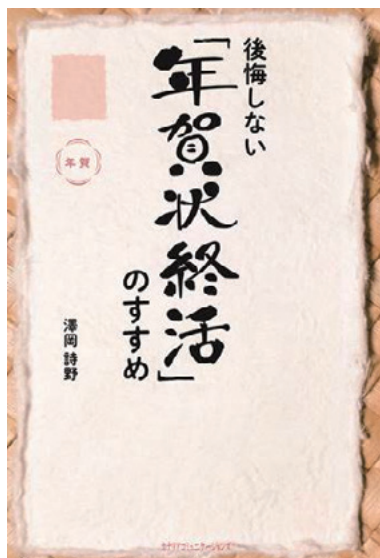
(公財)ダイヤ高齢社会研究財団 主任研究員 工学博士

澤岡 詩野



人生100年時代の到来が現実的になるなかで、健康や経済的な不安と並んで、他者とのつながりの縮小や孤立・孤独は大きな問題となっている。これに加え、新型コロナウイルスの感染拡大により他者とのフィジカルディスタンス（身体的、物理的距離の確保）が推奨され、会うことや集うことへの制限が加わったなかで、高齢者に限らず「誰と、どの様につながりたいか?」といったつながりのカタチが個々に問い直されている。

本稿では、高齢期につながりのなかで年賀状を介してつながる他者に焦点を当てた著書「後悔しない年賀状終活のすすめ」¹⁾をもとに、高齢者にとっての「会うことはないかもしれないが、人生において意味のある他者」のもつ意味について論じていく。

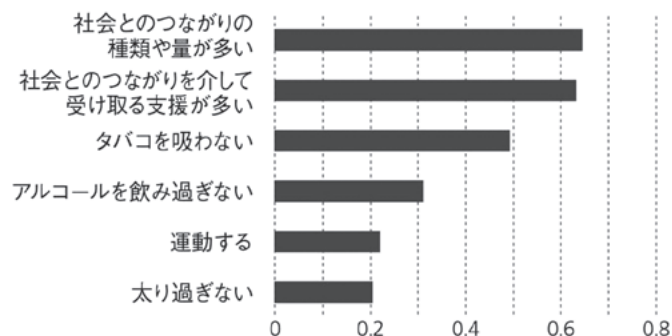


1. 高齢期に他者と「つながる」意味とは？

一般に高齢期は社会とのつながりが縮小していく時期に位置づけられている。この要因として、定年退職や子どもの独立などでそれまでのつながりが途絶えることに加え、兄弟姉妹、幼なじみや学生時代の友人といった大切な他者とのつながりが加齢により亡くなったり、会うのが難しくなったりすることが挙げられる。つながりがないこと、孤立化することは高齢当事者にとってネガティブな影響を与えることから、地域づくりや介護予防、生涯学習の場では地域活動への参加や仲間づくりが推奨されている。

実際に、社会とのつながりと健康長寿の関係を分析した論文を統合した研究²⁾では、たばこを吸わないことやアルコールの適度な摂取、運動習慣よりも「社会とのつながりの種類や量が多い」ことが健康長寿に大きな影響を与えて

図1 ● ライフスタイル別での長寿への影響の比較



数字は、死亡率の低さに与える影響の大きさを表す。ゼロの場合、影響がないことを意味する。

出典: Holt-Lunstad J, Smith TB, Layton JB. Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. PLoS Medicine 2010; 7(7): e1000316. (論文より筆者が図を作成)

いることを明らかにしている（図1 東京都健康長寿医療センター村山洋史氏が Holt-Lunstad Jらの研究をもとに作成）。

2. つながりの「質」を高めていくという視点

高齢期につながりをもつ意味を述べてきたが、ここで気を付けねばならないのはストレス源として心身の健康をむしろむつながりの存在である。積み重ねてきた経験や知識からも、高齢期は中年期に比べて確固とした価値観をもっているライフステージといえる。つながりについても、「気が合う」や「一緒にいてほっとする」相手の基準は個々に明確であることが考えられる。このため、単に量や種類を増やすのが必ずしも良い効果をもつとはいえない。むしろ自分にとって「意味のある他者」を選び出すことが、つながりの「質」を高め、幸福感を高めるとも考えられる。

これを社会心理学の理論に当てはめると、「社会情緒的選択性理論」³⁾に合致する行動ともいえる。この理論では、高齢期の社会関係の縮小を、高齢当事者およびつながる他者の「身体的・心理的機能の低下」といった本人の意図とは関係なく進む縮小に加え、当事者により意図的に行われる「選択的削減」の結果として説明している。同理論では、時間を有限と知覚する高齢期において社会活動や関係を選択的に削減することで、残されたつながりとの親密さは増し、それが社会に根付いているという感覚を強めることが示されている。

この「社会情緒的選択性理論」の視点にたった研究は、日本の老年社会学や老年心理学分野では僅かといえる。これらの既存研究においては、「会うこと」と「ある程度の接触頻度」を前提に社会関係を捉えることに主眼がおかれ、

「会うことはないかもしれない」が「人生において意味のある他者」についてはほとんど目が向けられてこなかった。

3. 「年賀状」でつながる他者とは？

ここで改めて考えたいのは「会うことはないかもしれないが、人生において意味のある他者」の存在である。これが一番わかりやすい形でみえてくるのが年賀状でつながる他者といえる。実際に、年賀状を素材に都市の高齢男性の社会関係を把握することを試みた都市社会学分野の研究⁴⁾では、過去において学校や仕事などで出会い、今は日常的な接点はほとんどない、これからも「会わないかもしれない他者」の存在が示されている。

著者が都市近郊の高齢者を対象に行ったインタビュー調査¹⁾では、年賀状でつながる「会わないかもしれない他者」には、職場で世話になった先輩やふるさとの幼なじみともいえる親密な相手から、誰かを思い出せない現役時代の仕事相手といった儀礼的な相手まで、多様なつながりが含まれていることが明らかになった。さらに、定年退職や加齢などをきっかけに「会うことはないかもしれない他者」のなかから「人生において意味のある他者」に絞り込んでいく高齢者が多くみられた。現役時代には100枚以上出していた年賀状を、退職後から儀礼的なつきあいなどを削減していった結果、10名～20名程度に絞り込んだという人が少なくなかった。残されたのは年賀状でつながりをお互いに確認したい相手で、相手を思い浮かべて時間をかけて一枚一枚書いているという話が笑顔とともに語られた。

4. インタビューからみえてきた「選択的削減」

ここからは実際に「会うことはないかもしれないが、人生において意味のある他者」に絞り込んでいく「選択的削減」の過程をインタビュー調査¹⁾に協力を頂いた3者の語りから紹介していく。

■ハガキで出すべき相手を絞りこんだ事例：

転勤族として定年まで勤め上げた男性 A さん
(調査時 70代前半)

- 現役時代は転勤続きで、行く先々でできたつながりを大事にしてきた
- 退職を機に慣習として出していた 250枚の年賀状から義理のもの等を除くことで一気に 70枚まで減らした
- 親族についても 10年前に「法事や墓参りで会えるから」とやめる事を提案したらあっさり受け入れられて出すのをやめた
- 退職後からはじめた趣味のボランティアでの仲間も活動で定期的に会えているし、LINE (ライン、登録された利用者同士がインターネット上で交流できるソーシャルネットワーキングサービスの一つ) でもやり取りをしているのであえて年賀状を出すことはしないと決めている
- 新たには増やさず、「本当に大切な人」にだけ少しずつ絞り込んできた結果として今は 25～6枚
- 中にはメールで年賀のあいさつをくれる人もいるが、手紙やハガキの方が人間味があってよいと思うのであえてハガキで出している
- 転勤族時代の懐かしい関係性を残しておくための手段として、相手が受け取れる状態にいる限り、自分が書けなくなるまでは出し続けたい

■インターネットとハガキを使い分ける事例：

IT系企業の営業を6年前に定年退職した男性 B さん
(調査時 60代後半)

- 現役時、社内では年賀状を出す文化はなかったが、対外的には営業として出す必要があり、自腹で一言添えて数百枚出していた
- 退職を機に仕事のみの人、プライベートでも印刷したハガキのみの人には出すのをやめた
- 職場の人でつながりたい相手とはメールや SNS (ソーシャルネットワーキングサービス) でやり取りがあるので、年賀もネットのやり取りのみにしている
- そうやって減らしていった時には「つながりが薄くなった」と寂しい気持ちになった
- でも、SNS グループで年賀をやり取りしたり、気になる人とは個人的にメッセージを交換したりしているので、よく考えると寂しがる必要はないことに気付いた
- でも、ネット中心のやり取りのなかで年賀ハガキがくると嬉しい
- 今は頻繁に会うことがなく、ネットでやり取りできない人約 20名に年賀状を出している
- ここから枚数を増やす気持ちはない
- この 20名は人生で世話になった大切な人なので、出し続けたい

■迷いながら選択的削減を継続中の事例：

企業の人事部門を 50代で早期退職した男性 C さん
(調査時 60代後半)

- リストラを担当して気持ちが続かずに早期退職してからは何もする気がおきずに過ごしていた

- 今は地域でなにかしたいと思いつつ、ずっとしたかった旅行を妻や仲間と楽しんでいる
- 会社を辞めた時点で仕事関連を中心に180枚ぐらい出していたが、うまがあわなかった元上司に出すのをやめてみたら気持ちが楽になった
- それをきっかけに、年賀状が来た日を記録しておき、3年連続で1月4日以降に届いた人に出さないルールを続けてきた
- このことで今は60枚位まで減ったが、ここからどう減らすか思案している
- 現役時代は単に慣習だと思っていたが、今は年賀状をもらうと「この人生きているんだ」「元気なんだ」と温かい気持ちになる
- 数年前に病気をしてから「自分が元気であることを知らせる手段」でもあると実感したこともあり、おそらくこれからも出し続ける

5. 「つながりの終活」と年賀状

「人生100年時代をいかに生きるか?」、この答えのない問いに多くの人が、迷い、不安を抱えた結果として高齢層を中心にブームに火がついたのが「終活（しゅうかつ）」といえる。しかし、これらの多くで扱っているのは介護や終末期の医療、葬儀に相続に墓じまいなど、人生の最後の最後の部分に終始している。

一般社団法人終活カウンセラー協会によれば、終活の本来的意味は「人生の終焉を考えることを通じて、自分を見つめ、今をより良く自分らしく生きる活動」⁵⁾であり、人生の終焉部に焦点を当てがちな現在の風潮はバランスを欠い

ているといわざるをえない。

本稿で焦点を当てた年賀状を出す相手を「会うことはないかもしれないが、人生において意味のある他者」に絞り込んでいく過程は、自分らしく生きるための「つながりの終活」ともいえるのではないだろうか。実際にインタビュー調査¹⁾では、現役時代に展開していた儀礼的な他者から親密な他者まで含まれるつながりを、大切な世話になった人といったなんらかの「意味のある他者」に絞り込んでいく姿がみられた。

こうして意図して残されたつながりは、今後の人生において身体的・心理的機能の低下が進んでも、親密さを感じ、社会に根付いているという感覚を維持できる重要なつながりとなることが考えられる。今後は、「会うことはないかもしれないが、人生において意味のある他者」の実態や存在する意味を明らかにしていくことが求められている。

最後に、インタビュー調査にご協力頂いたみなさまに厚く御礼申し上げます。

【参考文献】

- 1) 澤岡詩野『後悔しない年賀状終活のすすめ』、カナリアコミュニケーションズ、2019.
- 2) Holt-Lunstad J, Smith T B, Layton J B. Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. PLoS Medicine, 7 (7): e1000316 (2010).
- 3) Carstensen, L.L.. Social and emotional patterns in adulthood: Support for socioemotional selectivity theory. Psychology and aging, 7:331-338 (1992).
- 4) 柳信寛. 地方都市住民の拡大パーソナルネットワーク: 年賀状調査にもとづく事例分析: II パーソナルネットワークの変容とライフコース: 男性高齢者における定年退職の影響. 総合都市研究, 76: 115-126 (2001).
- 5) 一般社団法人終活カウンセラー協会 「終活とは?」 https://www.shukatsu-csl.jp/about_shukatsu (2020/12/16).

コロナ禍でスマートフォンを使う機会が増えた 今こそ健康のために気をつけたいこと — 人間工学に基づく7つのヒントを参考にして —

大原記念労働科学研究所 特別研究員 松田 文子



1.はじめに

スマートフォンの使い方の話などという、若い人たちの問題と考えられがちであるが、高齢者でもスマートフォンを使用している人は年々増加しており身近な話題になりつつある。このコロナ禍で、みなさんの中にも、スマートフォンをはじめた、スマートフォンを使用する場面が増えたという方も多いのではないだろうか。外出自粛の期間に、ゲームや映画視聴などを始めたという声も聞かれる。スマートフォンを介して遠く離れた家族や友人と繋がりをもつことや、さまざまな団体や企業の会合、講演会、演奏会などにスマートフォンを使って参加する機会も増えてきた。

スマートフォンは便利ではあるが、高齢者がこれほどまでに長時間、スマートフォンを使用するということは、想定されていないことであり、健康面への配慮はあまり議論されていないのが実態であろう。

2.長時間、スマートフォンを使うと

スマートフォンを長い時間、見続けていると、目がかすんだり、頭がぼろっとなったり、痛くなったりすることもある。また、長い時間、座りっぱなしであまり姿勢も変えずに作業していると、肥満、腰痛、Ⅱ型糖尿病、循環器疾患などのリスクがあり、身体に様々な不調が起こる。座りっぱなしでいることのリスクは、喫煙によるリスクに匹敵すると考える研究者もいるほどである。

人は、小さな画面を見続けたり、操作したりしているうちに、腕の筋疲労を軽減するために、無意識的に肘の高さのあたりで体に近づけて操作する。そのため、だんだん、頭や首が前傾し、猫背というよりは、首だけを曲げるような姿勢になる。この姿勢が続くと、いわゆるテキストネック症候群、スマホ首になるリスクがある。

3.暗いところでスマートフォンを使うと

スマートフォンを夢中になって操作していると、思いのほか、時間が経過していることもあるのではないだろうか。いつのまにか、陽が沈んで部屋が暗くなっていたりすることもあるかもしれない。高齢になってくると、文字を見たり、画像をみたりするときに、若いころよりも明るさを必要とする。スマートフォンの画面が見にくいからと、画面そのものの明るさを上げてしまい、周りの明るさとの差が大きくなると、目への負担が大きくなる。そうならないように、部屋を明るくして使用するよう心がけたい。また、光沢のある画面は、照明や太陽光、背景が映り込みやすく、長時間見続けると、とても目が疲れるので、画面に反射を防止するフィルムを貼ったりするのも、目の負担を和らげる効果がある。

4.文字の入力をスマートフォンで長く続けると

スマートフォンで、文字入力機能を利用している高齢者も多い。あまり長い時間、文字入力を続けていると、指に違和感が生じて、痛みやコリを感じるようになる。本来、人間の指はその構造上、凹凸のない平らかな面をタップしたり、指を横に滑らしたりことには不向きであり、指先だけでなく、手、手首、腕が疲れてくることもある。高齢者の場合、一度、痛めてしまうと若いころに比べて治るのに時間がかかるので、特に注意が必要である。無理な動きをしていることを理解し、メールを送信した後など、区切りのよいところで、いったん手を止めて、スマートフォンを置き、肩をリラックスさせて両手を横に振るなどストレッチを行うとよいだろう。

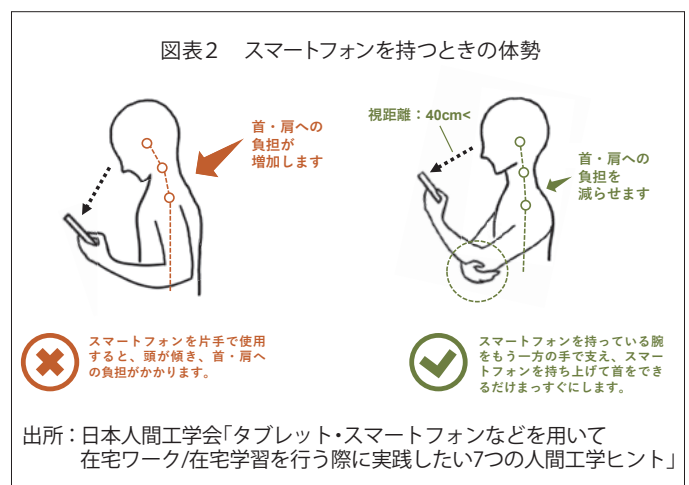
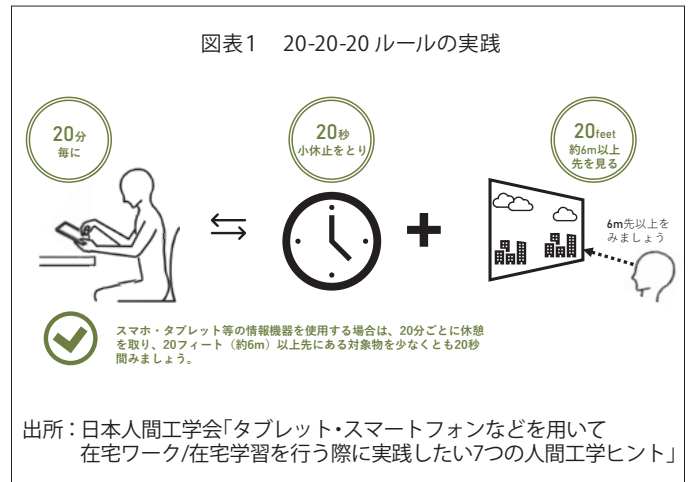
5. 快適にそして健康的にスマートフォンを使う

一般社団法人日本人間工学会が、社会貢献の一環として2020年5月に公開した「タブレット・スマートフォンなどを用いて在宅ワーク/在宅学習を行う際に実践したい7つの人間工学ヒント」を参考にしながら、高齢者にとってスマートフォンを健康的に使うための方策を考えたい。このヒント集は、最新の研究知見を参照し、ほとんどお金をかけずに、簡便な工夫で解決できる実用的なヒントを7つに絞って紹介している。ヒント集の主な対象は、在宅ワーク者であるが、このコロナ禍で、いままでよりもスマートフォンをよく使うようになった高齢者にも、役に立つ内容である。

たとえば、ヒントの1番目には、「20-20-20ルールの実践」が書かれている(図表1)。「20-20-20ルール(トゥエンティー、トゥエンティー、トゥエンティールール)」など、初めて耳にするという方も多いことと思う。この20-20-20ルールは、20分ごとに小休止を設けて、その際に、少なくとも20秒間、20フィート(約6m)以上先にあるものを見ようというものである。休憩を適宜取り、眼精疲労を防ぐための簡単な方法として考案されたものである。普段の生活場面では、厳密に取り組むというよりは、目を休めるきっかけとして、マメに休むということを心がけてもらえればよいと思う。

また、ヒントの3番目では、スマートフォンを片手で持っている場合は、もう一方の手で肘を支えることや、首ができるだけまっすぐになるように、スマートフォンの位置を上げることが奨励されている(図表2)。スマートフォンそのものを両手で持っている人は腕や肘を、自分の身体やテーブルなどで支えるようにするとよい。また、スマートフォンを見るときに視距離は、通常40cm以上が推奨されているが、高齢者にはやや難しい距離だと思われる。画面を拡大するなどして、見やすさを確保した上で、うまく距離を取るように工夫する必要がある。

その他のヒントも含めて7つのヒントを図表3に挙げる。詳細は文献として挙げている日本人間工学会のホームページで確認してほしい。



図表3 人間工学に基づく7つのヒント

| | |
|---|--|
| 1 | 在宅ワーク/在宅学習で情報機器を使用する場合は、「20-20-20ルール」を実践しましょう。 |
| 2 | タブレットやノートPCなどの情報機器を使用する場合は、座った姿勢と立った姿勢を交互に取りましょう。 |
| 3 | スマートフォンを持っている腕をもう一方の手で支え、スマートフォンは持ち上げて首をできるだけまっすぐにししましょう。 |
| 4 | タブレット・スマートフォン用のスタンド/ケースを使用し、本や雑誌の上に置くなどして、画面は目の高さまたは少し下になるようにししましょう。 |
| 5 | 情報機器でコンテンツを閲覧・視聴するときには横向きにして使用することを基本にししましょう。 |
| 6 | ストップ・ドロップ・フロップ! 小休止を取る習慣として、このシンプルな方法を実践しましょう。 |
| 7 | タブレット・スマートフォンで長時間文字入力をするときは、外付けの人間工学キーボードを使用しましょう。 |

引用文献

日本人間工学会：タブレット・スマートフォンなどを用いて在宅ワーク/在宅学習を行う際に実践したい7つの人間工学ヒント(翻訳版)、2020、<https://www.ergonomics.jp/product/report.html>

第15回日本応用老年学会大会を 成功裏に開催



ダイヤ高齢社会研究財団 研究部長 石橋 智昭

2020年10月2日（金）・3日（土）に筆者が大会長を拝命し、当財団が大会運営を務めた「第15回日本応用老年学会大会」が成功のうちに幕を閉じました。

日本応用老年学会は、「老年学」の知識を商品やサービス開発、生きがいや社会貢献プログラム等に利活用するための産学官民のネットワークセンターとして2006年に発足した学術団体です。

その2020年度の大会運営にあたり、私たちは『産学官民連携による人生100年時代のイノベーション』をテーマに掲げました。開催会場には、明治安田生命保険相互会社様の特別協賛を得て、本社ビルの会議室フロアをメイン会場に設定し、産業界の方々の呼び込みに注力した企画を進

めてきました（Dia News No.100参照）。しかし残念ながら、新型コロナウイルスの影響により会場開催を断念せざるを得なくなり、当財団の会議室等からオンライン配信にて大会を実施することとなりました。

大会1日目には、企業や非営利組織による先進的な事例を共に学ぶための4つの公開シンポジウムを設定し、172名の方にオンラインで視聴いただきました。シンポジウム①では「健康寿命と資産寿命の延伸」をテーマに、座長に聖学院大学の古谷野亘氏を迎え、明治安田生命保険の中敏彦氏、岡三証券グローバル・リサーチ・センターの高田創氏、スハラFPコンサルタントの須原國男氏が、高齢期の充実を図るための「平均寿命・健康寿命・資産寿命」の観

第15回日本応用老年学会大会ポスター

第15回 日本応用老年学会大会
産学官民連携による
人生100年時代のイノベーション

会期 2020年10月2日（金）3日（土）

会場 オンライン開催（Zoom利用）

主催 SAG Japan 一般社団法人 日本応用老年学会

共催 ダイヤ 公益財団法人 ダイヤ高齢社会研究財団

大会長 石橋智昭（ダイヤ高齢社会研究財団）

協賛 明治安田生命 MITSUBISHI CHEMICAL 社会福祉法人 亀鶴会 公益社団法人 全国シルバー人材センター事業協会 一般財団法人 オレンジクロス

点から講演を行い、シンポジウム②では「認知症になっても皆が緩やかにつながる地域とは？～民間企業の役割～」をテーマとして、当財団主任研究員の澤岡詩野を座長に、国土交通政策研究所の石井義之氏、NPO 法人ワンダフルキッズの水野隆史氏、デイサービス隣家の西野裕哉氏が、認知症を支える地域コミュニティにおける民間企業連携の重要性を訴えました。シンポジウム③では「就業支援の視点からみたシニア人材の活躍」をテーマとし、座長に東京都健康長寿医療センター研究所の藤原佳典氏を迎え、全国シルバー人材センター事業協会の姉崎猛氏、リクルートジョブズの宇佐川邦子氏、東京観光財団の新保邦彦氏が、高齢者就業の課題を多角的に捉え、シンポジウム④では「ジェロントロジーと企業活動」をテーマとし、女子栄養大学の新開省二氏を座長に、三井住友信託銀行の金井司氏、ダスキンの塩谷和也氏の両氏より、企業の視点からシニアビジネスへのジェロントロジーの活用について、また、経済産業省の川口俊徳氏がヘルスケアサービス産業全般の動向を解説しました。それぞれのシンポジウムで、チャット機能を使って質問を受け付け、座長が取りまとめて各演者が意見を述べ合うなど、ライブ配信ならではの臨場感のあるディスカッションが実現しました。

2日目には、オンラインを通じて25題の一般演題が口頭で発表され、60名の研究者による熱心な質疑応答を通じて、「老年学」の最新知見を共有しました。また、初めての試みとしてオンライン投票による優秀演題賞の選出も行い、

発表者2名を表彰しました。

今年度開催されたほとんどの学会はオンライン開催を余儀なくされ、その多くが発表ポスターのオンライン閲覧や事前収録による配信で実施されています。こうしたなか、全プログラムをライブ配信と決断したことには大きな不安を伴いましたが、大会運営スタッフおよび関係者の皆様のご支援により、大きなトラブルもなく成功裏に終えることができました。また、コロナ禍での運営に際して三菱ケミカル株式会社様からは協賛金のほかに感染防止対策の亚克力板を提供いただき、ライブ配信の実現に多大なご支援をいただきました。

最終日の閉会式では、日本応用老年学会の柴田博理事長より、民間研究機関による初の大会運営であったが、公開シンポジウムの視聴者は7割が学会員以外の企業や行政、民間団体の実務者になるなど、学会のミッションにふさわしい充実した大会であったと賞賛の声をいただきました。

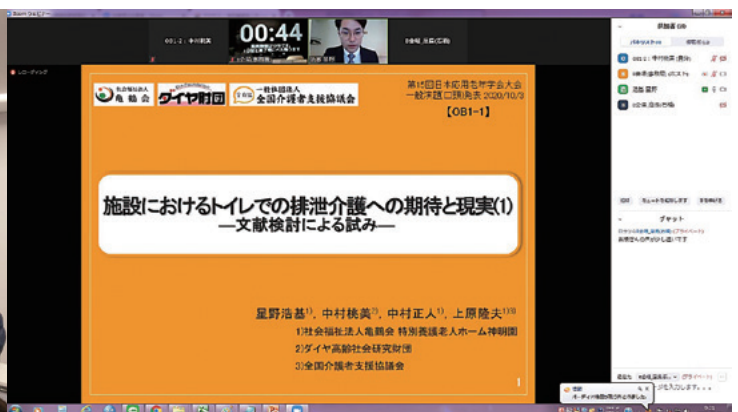
今回の大会運営の成功が当財団のプレゼンス向上につながるよう、産学官民のネットワークをより一層活かして研究活動を展開していきたいと考えます。

最後に、大会に協賛いただいた各団体の皆様、学会関係者および参加いただいた皆様に、この場をお借りして改めて御礼申し上げます。

公開シンポジウム①の中継の様子



一般演題発表の配信画面



学会発表

(*は、財団研究員)

第15回日本応用老年学会大会 (2020年10/2-3: オンライン開催)

- ①二宮彩子*、飯塚忍、古市進太郎、石橋智昭*：「介護事業所におけるICT活用評価の一考察」
- ②廣岡佳代*、二宮彩子*、石橋智昭*：「家族との関係性とアドバンス・ケア・プランニングとの関連：アセスメントデータに基づく施設入所者の分析」
- ③安順姫*、芳賀博*、岩田明子*：「うつ傾向にある地域在住高齢者の抑うつ症状の変化と発症に関連する要因」
- ④森下久美*、松山玲子、渡辺修一郎*、中村桃美*、石橋智昭*：「シルバー人材センターにおける10年間の重篤事故の推移」

第79回日本公衆衛生学会総会 (2020年10/20-22: オンライン開催)

- ①石橋智昭*、二宮彩子*、土屋瑠見子*：「ADLの改善に基づくアウトカム評価の課題；認知障害レベルが与える影響を中心に」
- ②澤岡詩野*：「シニアボランティアポイント制度登録者の近隣との日常の支え合い意識と地域活動の関連」
- ③二宮彩子*、土屋瑠見子*、廣岡佳代*、石橋智昭*：「要介護高齢者の抑うつ及び認知機能障害と同居有無に着目した介護者のストレスとの関連」
- ④廣岡佳代*、二宮彩子*、石橋智昭*：「居宅要介護高齢者に対する緩和ケアの提供状況」
- ⑤安順姫*、芳賀博*、岩田明子*：「ポジティブ心理学的介入に基づくハッピープログラムが高齢者の不安に与える影響」

論文発表

(*は、財団研究員)

石橋智昭*、森下久美*、中村桃美*：「シルバー人材センター会員の加齢と就業」老年社会科学, 42 (3), 209-214, 2020.

講演など

石橋智昭：東邦大学医学部看護学科にて『健康政策論』(11～12月)計7回講義

澤岡詩野：①「新しい生活様式に地域の第3の居場所」第7回日高市地域福祉フォーラム(10/9)、②横浜市社会福祉協議会ボランティア・市民活動部会(コーディネーター)(10/14)、③「コロナ禍の今こそ考える近くて遠い地元とのつながり方」かながわコミュニティカレッジ特別講座(10/17)、④「ゆるやかに地域と関わる“シニア世代を育てよう”」第1回(10/30)、「居場所づくりの事例からヒントを探そう!～シニア世代

を育てる事業の計画にむけて～」第2回(11/27)岡山県生涯学習センター専門職研修、⑤「退職後の人生をゆるやかに楽しく暮らすヒント!」大田区地域力応援基金助成事業「豊かな人生の見つけ方塾」公開講座(12/12)、⑥「今だからこそ考える「つながり」のチカラ～つなぎ続けるためにできること～」横浜市地域包括保健師等研究部会保健師研修(12/14)、⑦「つながりを途絶えさせないために～種のまき方を考えよう～」墨田区社協生活支援コーディネーター研修(12/16)、⑧「紡いできたつながりを諦めないための「できること探し」とは?」府中市高齢者支援介護予防事業従事者研修(12/23) ほか

岩田明子：横須賀市健康長寿課介護予防係主催「介護予防サポーターフォローアップ講座」(10/14)

安順姫・黒澤侑子・岩田明子：「住民主体による『こころ』と『からだ』の健康づくり～地域におけるこれまでの取り組み～」自治体・地域包括支援センター等の職員向け講演会(11/18)。

寄稿・取材記事ほか

澤岡詩野：①「助け合いを広げよう!新・ひとりごと」(公財)さわやか福祉財団『さあ、言おう』10月号、②読売新聞朝刊「年賀状やめ方にひと工夫」欄(11/4)、③週刊女性セブン「伴走介護 FAIL134」(11/12号)、④「卒・年賀状」で本当に大切なつながりを見つめませんか?」週刊女性セブン(11/26号「今週の取材ノート」)、⑤週刊ポスト(12/14号「年末年始の新しい生活様式特集」)、⑥「紡いできたつながりをとどえさせないために今できることは?」渋谷区社協のふれあい・いきいきサロン団体向け通信(12月号)

安順姫：健康長寿ネット「ストレスと向き合う心のケア」(公財)長寿科学振興財団(10/16公開)

森義博：①「単身中高年のライフプラン— [4] 未婚ミドルの生計」『出生数』と『出生率』に見る少子化のすがた(株)セールス手帖社保険FPS研究所「FPSクラブ」(10/26、11/19)、②「高齢者の働き方と年金受給の選択肢」日本FP協会『FPジャーナル』12月号(誌上講座)

企画調査部：『月刊エルダー』11月号((独)高齢・障害・求職者雇用支援機構)に「介護と就労に関する調査」(2020年3月実施)を紹介

その他

【ダイヤル更新】「社会老年学文献データベース (Dial)」の第38回更新(新規登録325件)を完了(12/18)。登録論文総数は12,267件です。