

新高齢者福祉アセスメント

- 明るく豊かなまちづくりの指針 -

昭和59年3月

岡山県

「新高齢者アセスメント」について（略）
総論（共通項目）（略）

各 論（提言）

1 まちづくり

急速な高齢化社会への移行の下で、明るく活力のある地域社会を創造するためには、高齢者の特性をふまえ、住みやすく社会参加がしやすいこと、ゆとりとやすらぎのある文化の香り高いこと、高齢者を温かく包み込むような親しみのあることなどに配慮した人間性豊かなまち・むらづくりを進めていくことが極めて重要なことである。

（なお、この項では狭義の地域環境の整備の指針についてふれるにとどめる。コミュニティ・ボランティアの育成などについては他の項目で詳述する。）

（1）外部空間の高齢者利用への配慮

基本的考え方 高齢者の多くは、身体的機能低下に伴いとかく外出が少なくなる傾向にあり、その生活圏域も狭くなりがちである。

このことは、現在のまちづくりの基本が、ともしれば青・壮年層など主として生産年齢者を対象とし、それらの者にあわせてつくられている傾向にあることから、高齢者が外出した際に諸々の障害があり、自由な外出を阻害していることが大きな要因とも考えられる。

このようなことから、高齢者にとっての外部空間は、安全で快適に移動でき利用しやすいこと、さらには、ゆとりとやすらぎにも配慮したきめ細かな環境整備に特に留意しなければならない。

指 針

道路整備にあたっての配慮事項

（ア）歩行者専用空間の確保

歩行者の安全を確保するため、車道と区分して歩道を確保すること。（2.0メートルの幅員を確保することが望ましいが、やむを得ない場合にあっては1.5メートルは確保すること。）

例：・縁石ブロックで段をつけて明確に区切る。

・安全柵（ガードレール）又は植樹帯で物理的な遮断物をつくる。

・自転車道とも分離するのが望ましい。

自転車、オートバイなどの路上駐車、看板、荷物などの路上進出、空カンやゴミの散乱など、ただでさえ狭い歩道を通れなくしている障害物をなくす体制を組むこと。

例：・駐車場、駐輪場を整備する。

・道路不法占用の解消を促進する。

・道路工事中の安全対策基準の見直しを行う。

・町内会、商店会などで福祉道路宣言をする。

- ・電柱はできるかぎり地下埋設とする。

〔除去が望ましい道路占用物〕

- ・歩道幅1.5メートル以上の余地の確保されていない占用物
- ・横断歩道，消火栓，バス停，踏み切りの近くにおかれている占用物
- ・都市の美観風致に調和しない占用物
- ・路上にはみ出している商品，営業用具，建築資材，幕，旗竿，飾り付けなど
- ・違法駐車の前走車，オートバイなど
- ・路上に散乱するゴミ，土砂，ポリ容器など
- ・その他自治体で定めた占用規則にかかげられた寸法，設置主体等の基準を満たさない次のもの。
 - ・広告塔，箱看板，突出看板，サインポール，業種マーク／装飾燈／足場，仮囲い／掲示板

（イ）生活圏の拡大のための配慮

高齢者は歩行時にバランスを欠いたり，足が高く上がらなかつたりすることが多く，何メートルもの高低差を昇り降りすることはもとより，数段の段差やわずか数センチの段差が障害となり生活圏を狭くすることもあるので，段差のない道路構造とすること。

- 例：・階段はなるべくやめてスロープとする。
・横断歩道の縁石を切り下げる。
・道のくぼみをなくす。

○通過交通はできるかぎり街中を通さない交通計画を策定していくことで，歩道橋（地下歩道）は，将来は不要となるような街づくりをめざすことが望ましい。なお，当面は歩道橋（地下歩道）の出入口をスロープ式とするなどの段差の解消に努めるのが必要であること。

（当面の対策としては，階段をやめてスロープ式とし，両側に手摺を必ずつけることを目標とする。やむを得ずゆるい階段とする時は踏み面30センチメートル以上，けあげ15センチメートル以下とし中間に必ず踊り場を設けること。）

- 例：・歩道橋の下部は，うっかりぶつかり怪我をすることのないよう柵をつける。
・夜間の照明は，20ルクス以上を確保する。
高齢者がひと息で歩ける距離は極めて短いので，概ね500メートル程度に一カ所適切な位置に休憩施設を設けること。

- 例：・路傍の空地を整備しポケットパークを作る。

- ・歩道緑地帯の一部にベンチを埋め込む。
- ・昼間，散策場として車を遮断できる所には可動の縁台などを置く。
- ・公衆便所の適切な配置に留意する。

（ウ）転倒事故の防止

○路面をアスファルト舗装とする際には，粒子が粗くすべりにくい裏面形状のものを使用し，タイル仕上げをする際には，転倒防止に特に注意が必要であること。

- 例：・表面が粗面な材料を使う。
・雨でぬれてもすべりにくい材料を使う。

（エ）道路の遊び場としての開放

新しくつくる道路には，生活の庭（ボンエルフ）の考え方を導入し，車と人との共存関係をつくり出すこと。住宅地の既存街路では，日時を決めて車を締出し，散策道路や遊び場として活用するのが望ましいこと。

- 例：・曲線を使った道路線形でスピードを落させる。
・道路に盛り上がり（ハンプ）をつくる。
・取りはずし可能な車止めで，道路の両端を閉鎖する。

（オ）やすらぎと楽しみへの配慮

木陰をつくり出すとともに，四季の変化が楽しめるよう街路樹，歩道緑地帯を整備し，緑に満ちた道路づくりをすすめること。

- 例：・緑のアーチづくり，花や果実のなる木の植栽など春，夏，秋，冬それぞれの四季の移り変りを楽しめる道路とする。
・ブロック塀を生垣に変える運動や公開空地の考え方を導入し道路に面した空地に植樹が行われるような運動をすすめる。

〔公開空地の考え方〕

建築を計画するとき，敷地の一部を公衆の用に供する公開の空地として確保すること，その空地の広さに応じた建築基準の緩和をうけることができるような制度をひろげようというものである。なお，公開空地の管理は提供者である建築主が行う。

○交通量が少なく，道路幅が広くてかつ緑や興味ある建物などが多いような，ユニークな通路を設けるなど，高齢者が楽しみながら安心して散歩できるような配慮を行うこと。

- 例：・坂の名，通りの名，古い町名など思い出に満ちた案内表示を行うとともに，寺社などで温

かく高齢者をむかえる所を発掘しふれあいの増進の場を設ける。

- ・防災時の避難ルートを重ねあわせて指定する。
- ・ジョギングコースとしても活用を図る。

(カ) 路上歩行の安全の確保

横断歩道は見通しのよい所に設け、分かりやすい信号や標識を交差点の見やすい位置で、他の標示物と誤認しないように設置することと併せ、高齢者が安心して横断できるだけの時間的な配慮及び必要に応じ音響式併用信号の設置も望ましいこと。視覚障害者の通行も考慮して、横断部が確認できるような点字ブロックを敷くなどの配慮をすること。

平面踏切りは原則として解消することが望ましいが、やむを得ない場合には、凹凸のない構造とするため、舗装を施し、レールの隙間は杖や車椅子、買物用手車のキャスターが落ちないように小さくするなどの細かい配慮が必要であること。

高齢者が主として多く通行する箇所においては、スクランブル交差点や広域横断帯の設置が望ましいこと。

公園・緑地整備にあたっての配慮事項

(ア) 一般利用公園における高齢者への配慮
園路の段差はなるべく避け、やむを得ず階段を設ける場合あるいは坂道の場合は、いずれも勾配を緩やかにし、すべらない材料を使用したり、手摺をできるかぎり連続的に設けるなど、高齢者が安心して施設内を一巡できるような経路を確保すること。

池その他の危険な箇所には柵などを設けること。適当な位置にベンチ等を配し、また必要に応じ休憩所を設けること。

面積が広く入園者も多い公園では、貸出し用の車椅子を備え付けること。

案内標識等には、必要に応じ、高齢者向けの推薦ポイントの紹介や活動的なゾーンとおだやかなゾーンとの区分明示などの配慮も望ましいこと。なお、案内標識等は字を大きく見やすく分かりやすくすること。

四季の移り変わりが楽しめるような草花の配置や樹木の植栽に工夫すること。

歴史公園や展示園などにおいては、高齢者にとって思い出の再現につながるようなゾーンの設定(例

えば山の暮らしを再現した公園ゾーン)及び園芸植物・盆栽などの技術を競う展示園などの企画を検討し、高齢者が楽しく利用できるように配慮するのが望ましいこと。

遊休農地などを活用し、農作業・収穫の喜びだけでなく、地域の人々と共に楽しみながら作業のできる「市街地内ポケット農園」を整備するのが望ましいこと。

(イ) 新たな型の公園・緑地の検討

散歩の途中気軽に立寄れ、高齢者にとって魅力があり、心身共に休まるような「市街地ミニパーク」を徒歩圏内に1カ所整備するのが望ましいこと。

例：・人ごみや子供の遊び場が見える。

- ・眺望が開けており、四季おりおりに変化する草花がある。
- ・地域の歴史を伝えてくれる記念物があり、小動物も集ってくる。
- ・座りごちの良いベンチを置く。場合によっては児童公園の一角を改造し整備する。
- ・地域の高齢者が管理する部分を設ける。

遊休農地などを活用し、農作業・収穫の喜びだけでなく、地域の人々と共に楽しみながら作業のできる「市街地内ポケット農園」を整備するのが望ましいこと。

例：・休む場所、集う場所として利用し、将来は公園として整備する。

- ・提供者に対して優遇措置を検討する。掲示板によって地域住民に参加を呼びかけることも検討する。

高齢者向けの多目的広場を整備するのが望ましいこと○

例：・高齢者が利用計画を定め管理主体となるようにする。

- ・高齢者と他世代の交流の場となるような多様なプログラムを設定し、実質的なコミュニティ広場とする。
- ・休憩施設を併設する。

古くから地域のシンボルとなっている寺社などの緑地をふるさとの森として整備し、交流の場とするのが望ましいこと。

例：・古い遺物を保全し、周遊できるようなルートの整備を行う。

- ・枝払い、下刈りをして林間に入れるように整

備する。

- ・溪流浴いに緑地を連続させ、森と水辺をつなぐ。
- ・子供の水遊び場なども併設する。

住宅の庭木や生垣、公共施設の前庭など市街地の中の連続した緑地を守り育てること。

例：・生垣化への助成、保存樹木の指定と助成を検討する。

- ・緑地を守るための緑化協定、建築協定についても検討することが望ましい。

公共輸送機関における配慮事項

(ア) 安全輸送責任の確立

高齢者が独力で公共輸送機関を利用できるようにすることは、極めて重要なことであるので、公共輸送にたずさわる者は、高齢者を目的地まで安全に送り届けるためのきめ細かな配慮をするのが望ましいこと。

例：・わかりやすいアナウンスに心掛ける。

- ・不安気な高齢者には、声をかけ目的地を確認する。
- ・安全運転に特に注意する。
- ・シルバーシート、シルバーパスを活用する。
- ・過疎地では、乗客の需要に応じた随時運行（デマンド方式）への切り替えなどにより運行体制を堅持する。

- ・乗客に対し高齢者への手助けを呼びかける。

(イ) 乗降にかかる安全体制の確立

高齢者が駅舎、バス停留所等で安全に待機し、かつ乗降ができるような駅舎、バス停留所、車体等の改造を行うのが望ましいこと。

- 例：・バス車体の乗降口は幅広い、低ステップ式とする○
- ・車外向けに行先を告知し、高齢者の確認を助ける装置をつける。
 - ・乗降の手がかり部にはしっかりしたにぎりやすい手摺をつける。
 - ・プラットホームと車体との隙間、段差の解消を図る。
 - ・プラットホームに高齢者向けの安全乗り口を定め、安全手摺をつける。
 - ・ラッシュアワー時には乗らないよう高齢者に呼びかける。
 - ・バス停留所等における安全確保のため、ガー

ドレールを設置したり改札口からプラットホームまでの線区・番線を分かりやすく表示し、必要な箇所へ手摺を設置する。

- ・高齢者が安心して乗降できるような時間的余裕をとる。（ドアを閉めたとたんに発車しないように配慮する。）

(ウ) 親切的な標識

高齢者は一般成人の視力の概ね60%ともいわれており、敏捷性や判断力も低下する傾向にあるので、行先を正確に把握し安心して行動ができるような分かりやすい案内に特に配慮すること。

例：・車体の行先表示は特大文字で、側面にも表示する。

- ・案内図は細かい読みにくい文字がないように大きめの画面にする。
- ・プラットホームの駅名表示は、大きい文字で、数多く表示することが望ましい。
- ・車内で次の駅名が大きな文字と音声で表示されるシステムが開発されることが望ましい。
- ・便所の位置表示も分かりやすい位置に、繰り返し表示する。プラットホームからも誘導することが望ましい。
- ・何よりも案内係が直接、親切に教えることが望ましい。

(エ) 高齢者を大切に作る駅舎づくり

跨線橋や地下通路は、ターミナル駅では避け難いが、工夫して高齢者が移動しやすい駅舎づくりを行うのが望ましいこと。

例：・プラットホームと改札口、待合室はなるべく同じ階に計画する。

- ・可能な限りエスカレーターを多用する。
- ・やむを得ず設置する場合階段は、ゆるい勾配とし、手摺を中央及び両サイドにつける。また広い踊り場を確保する。
- ・十分な日よけ、雨よけを設置するなど快適な駅舎づくりに努める。

(2) 高齢者利用施設における配慮

基本的考え方 高齢者の多くは、積極的に社会参加したい意欲と能力をもっているため、地域における多くの施設が高齢者にとって利用しやすい位置に整備されること、多様な社会参加と他の世代とのふれあいにも配慮し、ゆとりのある施設整備等を進める

ことが必要である。

指 針

高齢者の特性と生活圏をふまえた施設整備

高齢者の生活圏は、まず歩行を主とした徒歩圏（概ね300～500メートルの範囲）を中心とし、さらにバスなどの交通機関を利用してその周辺部へと行動が拡大されていくものである。

したがって、高齢者の特性をふまえ、生活圏を十分考慮した施設整備が必要である。

（ア）徒歩圏内に必要な施設

食料品、日用品の購入など、日常生活を維持するための施設は徒歩圏内に整備されることが必須条件であること。

例：小売店、スーパーマーケット、理髪店、美容院、公衆浴場、クリーニング店、食堂、喫茶店など

（イ）徒歩圏内に整備されることが望ましい施設

医療機関、金融機関、地方自治体の出張所なども徒歩圏内に設置されているのが望ましいこと。

しかし、すべてを半径500メートル圏内に設置することは事実上難しいので、徒歩利用であれば最大限2キロメートル、自転車であれば4～5キロメートルまでの範囲に設置されることもやむを得ないこと。

例：病院、診療所、銀行、信用金庫、市町村役場の出張所、老人福祉センター、老人憩の家、コミュニティセンター、公民館、集会所など

（ウ）徒歩圏内の利用施設の集約化

公共施設の複合化、保育所・学校等の地域開放、遊休施設・民間施設の活用などによって、徒歩圏内に高齢者が利用できる施設を可能な限り集約するのも必要であること。

例：・公民館、コミュニティセンターの高齢者利用を促進することと併せ、青少年、婦人等他世代向けにも利用施設として活用を図る。

- ・集落単位で多目的複合施設を確保する。
- ・学校施設（特別教室など）を開放して高齢者の利用を図る。
- ・寺社の活用を図る。

（エ）バス圏内に整備されていることが望ましい施設

バスは高齢者が日常において気軽に利用する交通機関であるので、バス圏内に大型小売店舗、中核

的な医療機関、文化施設、娯楽施設などの地域の中心的な施設（都市施設）が整備されているのが望ましいこと。

例：・デパート、総合病院、役所

- ・図書館、美術館などの文化施設
- ・映画館、劇場などの娯楽施設

高齢者の利用度合をふまえた整備上の配慮事項

すべての利用施設が高齢者の利用を十分に配慮してつくられるべきである。しかし公共性の高い施設と、特定した人々の出入りするプライベートな施設とでは、整備上の配慮に自ら段階があると考えられる。

したがって、利用の度合を考慮し、次の三つに分類したうえで段階的な評価基準を設定し、これに基づいて整備を進めることが必要である。

利用の度合による建物の種別	建物用途	評価基準
一般建築物	一般店舗、一般事務所等	A
公共的建築物	デパート、マーケット、映画館、銀行、郵便局、ホテル等	B
高齢者の利用頻度の特に高い公共的建築物	老人福祉施設、コミュニティセンター、病院、官公庁舎、学校等	C

（注）A、B、C基準が競合するときは、AよりはB基準、BよりはC基準というような優先順位となる

（ア）建築形態と材料使用上の配慮

周辺環境や風土に適合した長持ちするような建築形態と材料使用上の配慮を行うのが望ましいこと。

例：・耐久性のある自然の材料を使った建築を行う。

（A）

- ・木造の建物は十分な庇を設けるなど雨水が直接かからないようにすると、抜群の耐久力を示す。
- ・自然石の多くは、高い耐久力を持っているが、耐震性に問題があるため、コンクリートの上の仕上材として活用することが望ましい。
- ・土を焼いたレンガ、タイルは半永久的な耐久性を示すが、下地のモルタルに弱点がある。

- ・できるかぎり自然光を室内に取り入れ、明るく、広々とした空間をつくる。(A)
- ・便所、湯沸室、休憩室等の日常よく利用する部屋は、動線がなるべくコンパクトとなるように計画する。(A)

体力の低下を考慮した出入口とする。

- 例：・取っ手の高さは85センチメートル位とし、レバーハンドルを用い、ドア枠から少し離してつける。(A)
- ・ドアの自動開閉装置はできるだけ軽いものをつける。(A)
 - ・車椅子の利用を考慮し、扉幅員は90センチメートル以上、内開きとし、開側に広くスペースをとる。ドア下端に35センチメートルの高さまでカバーをつける。(C)

(オ) 廊下・階段・エレベーターにおける配慮
高齢者が建物内で衝突したり転倒することのないような動線計画とすること。

- 例：・床材は平坦ですべらない材質のものとする。(A)
- ・十分な明るさを確保する。(A)
 - ・廊下はなるべく短かく見通しよく配置し、幅員は次の数値以上とする。
 - ・1.5メートル(A)・1.8メートル(B)
 - ・廊下側に消火栓、柱型などの突起物なるべく出さないように計画する。(A)
 - ・廊下の壁面材はざらつきのないなめらかな材料とし、曲り角は丸く仕上げる。(B)
 - ・できるかぎり多くの休憩スペースを設ける。(B)
 - ・階段の形状はできるかぎり緩やかなものとし、図のように、必ずけ込み板を設け、踏み板が飛び出さない形状とする。(A)
 - ・望ましい階段寸法は次の数値とする。(B)
 - ・け上げ寸法 16センチメートル以下
 - ・路面寸法 30センチメートル以上
 - ・け込み 2センチメートル以下
 - ・壁面でない側の端部の立上り 5センチメートル以上
 - ・らせん階段は避ける。(A)
 - ・階段には必ず両側に手摺を設け、手摺は次のような構造とする。(A)
 - ・連続的な形状とする。

- ・形状はにぎりやすいものとし、直径33～40ミリメートルとする。
- ・壁と手摺とは5センチメートル程度あける。
- ・始終部に30センチメートル以上の水平部分を設け、かつ端部は下に折り曲げる。

・エレベーターは「車椅子兼用エレベーターの標準仕様」とする。(C)

〔車椅子兼用エレベーターの標準仕用〕

寸法基準	かご内法	間口1,400×奥行き1,350以上
	出入り口	幅寸法800以上

付加装置	乗り場	身障者専用乗場ボタン
	かご出入り口	光電装置
	かご内	専用操作盤
		鏡
		専用位置表示器
		手摺

(カ) 便所・洗面所における配慮
高齢者が倒れやすい場所とも考えられるので、事故が起こらないような十分な予防措置なども含め安全上の配慮を講ずること。

- 例：・便所の扉は必ず外開きとし、外部から、開錠可能な錠をつける。(A)
- ・手摺をつける。(A)
 - ・洋式便器とする。(A)
 - ・暖房を十分に考える。(A)
 - ・小便器はストール型とする。(A)
 - ・洗面台の高さは低めとする。(70センチメートル位)(A)
 - ・蛇口はレバーハンドル式とする。(A)
 - ・少なくとも一カ所車椅子利用者の便所を設ける。(C)

(キ) 各備品等についての配慮
高齢者の身体状況を考慮した家具・備品等を備え付けること。

- 例：・標準成人サイズのものよりも、わずかに小さめにつくる。(A)
- ・椅子は、高齢者の社会生活にとって欠く事のできない介護具であり、椅子に助けられながら生活しているともいえる。疲労をいやす快

適な椅子を選定する。(A)

- ・電話は音量の調整が可能なものを備える。(A)
- ・車椅子利用者のために配慮された家具備品を高齢者にとっても気軽に利用できるようにする。(C)
 - ・カウンターの高さは床から70～80センチメートル
 - ・公衆電話の高さは床から110～130センチメートル

(ク)設備整備上の配慮

照明・暖房・換気が十分に行われるような設備整備上の配慮を行うこと。

- 例：・照明はギラギラしたまぶしいものではなく、照度が十分にあって足もとや手もとの明るさを確保できるようなものにする。(A)
- ・暖房は一般成人よりも2～3 高めにセットする。なお高齢者にとっては対流型よりも転射型暖房の方が快適度は高い。(A)
 - ・高齢者は長時間、同じ所にとじ込もりがちであることと、熱を逃がすまいとするあまり換気を怠りがちであるので、熱を逃がさない機械換気システムを採用する。(A)
 - ・ガス器具はなるべく使用しないようにする。(A)

老人福祉施設整備にあたって特に配慮すべき事項

老人福祉施設の整備にあたっては、前記の「高齢者の利用度合をふまえた整備上の配慮事項」のA基準、B基準及びC基準（競合するときはC基準）を遵守することはもとより、特に次の点を配慮することが必要である。

(ア)立地条件

医療機関との協力体制が確保されていること。
運動場、菜園など十分な戸外スペースが確保できる用地規模を持つこと。
保健、衛生、安全、水利上適切な環境条件下にあること。

地域高齢者のための施設のオープン化や地域交流が図られ、ボランティアの受入れやコミュニティ活動の拠点となるよう、市街地やその周辺部等に設置されるのが望ましいこと。

(イ)老人福祉機能の充実のための配慮事項

特別養護老人ホームにおける配慮

都市型特別養護老人ホームにあつては、デイケアセンターを併置し、入浴・食事サービス、機能回復訓練、各種相談などの地域開放のための機能や設備を充実することが望ましい。したがって、新設については、今後都市型が望ましいこと。

特別養護老人ホームの入所者については、必要に応じ帰宅したりすることが自由かつ手軽にできるような開放型のホームにするのが望ましいこと。一般の特別養護老人ホームについても、順次デイケアセンターの機能及び設備を充実すること。痴呆性用特別養護老人ホームとしては、痴呆性老人介護のために自由に歩きまわられる空間や係員の詰所の位置の工夫など、問題行動に対処できる建物構造、対応できる職員の研修、専門医との連携など十分な配慮がなされている老人ホームを整備するのが望ましいこと。

養護老人ホームにおける配慮

施設が老朽化したものや恒常的な空床もみられるので、健康高齢者、病弱高齢者などの態様やプライバシーの確保を考慮し、個室化に向けて改造するのが望ましいこと。

将来的には健康高齢者は高齢者用住宅に転換し、養護老人ホームは病弱者、心身障害者の高齢者施設として専用化していくのが望ましいこと。

養護老人ホームにおいて、入所者と地域高齢者が交流を深めながら、ともに生きがいの増進が図られるような新しい形のデイケアの実施について検討すること。

- ねたきり等の状態になり特別養護老人ホームの入所対象者となる者で、住みなれた施設を離れたくないという入所者のために、小規模特別養護老人ホームの併設を検討すること。

軽費老人ホームにおける配慮

低所得階層の高齢者が低料金で入居する施設であるが、老朽化や恒常的な空床もみられるので、次のような方向が望ましい。

A型ホームは公営住宅への入居の道が閉ざされていた単身高齢者の救済措置として生まれたものであるが、現在、単身者用公営住宅の道が開かれていることから、再度、位置づけし直す必要もあること。

- B型ホームは、自炊でありながら、各種共同サービスも付設されしかも有料である点、今日的な高

高齢者住宅としてのニーズに適合した点で評価できる。今後、デイセンターを充実し地域老人との交流を図ることが望まれる。将来は高齢者用共同住宅と地域デイセンターという組み合わせへの移行の方向に沿った整備が望ましいこと。

有料老人ホームにおける配慮

有料老人ホームは、老人福祉法で定められた社会福祉施設ではないが、自分の資力で自分の老後を手当する意欲を持った人々の施設として、利用されているが、今後、事業者団体の結成やその自主管理による運営を指導していくとともに、高齢者に対して適切な情報提供を行うようにしていくのも必要であること。

老人福祉センター・老人憩の家における配慮
在宅福祉サービスの拠点施設として役割が極めて大きいので、生活相談のほか、健康増進、教養の向上、レクリエーション活動への開放、さらには機能回復訓練の機能も併設するのが望ましいこと。高齢者の自主的な組織を育成しながら、運営管理を可能なかぎり委ねるように努めること。

(周辺の花壇づくり、植樹、清掃などではできるだけ高齢者世代にまかせる方が親しみがもてる施設となる。)

高齢者が利用する施設であるが、他世代との交流や心のふれあいにも配慮し、多目的利用及び複合型の施設整備が望ましいこと。

(3) ゆとりとやすらぎを与えるような地域環境の醸成

基本的考え方 高齢化社会にふさわしいまちづくりにあたっては、以上述べてきたとおり、外部空間や高齢者利用施設における配慮とともに、地域社会全体が、高齢者にとってなじみやすく温かく受け入れるようなものとして環境整備がなされなければならない。

指 針

文化的配慮の行き届いた地域環境の整備
地形への適合、伝統を重視した自然環境づくり、自然と建物との融和など、自然との調和に努めること。

新しい街並みのルールを確立し、それにあわせた調和のとれた整備など、可能なかぎり街並みとの

調和に配慮すること。

地域の特性を生かした個性的デザインなど、特色あるデザインに努めること。

過去の形・素材を使ってそのまま忠実に再現すること、置き換えて表現すること、新しい素材を使って過去の形を再現すること、過去の形と新しい形との調和のとれた組合せ及び伝統的な美意識の継承への配慮など、地域の伝統の継承に努めること。けばけばしい色彩は避け、おだやかな色彩にすることなど色彩の調和に配慮すること。

(具体的な事項は「文化の道しるべ、 - - そのアセスメント - - 」を参照)

高齢化社会にふさわしいまちづくりのモデル

高齢者への配慮の行きとどいたモデル的なまちづくりを実践し、整備手法等の検討開発など他地域への波及浸透をもめざすこと。

地域の産業文化面での特性を考慮し、それをまちづくりのテーマとしてとりあげ、望ましい高齢化社会での展開方向について検討していくこと。

地域の特性にマッチしたユニークな中心施設を核とするニュータウンを建設し、地域の振興、活性化に当たる一方、新しいまちが既存の集落とも調和するよう環境面、利用面で十分配慮すること。

(ア) 高齢者福祉ニュータウン

都市近郊地域で、既存の大学や研究機関等の協力が得られる地域に、三世代住宅やケア付き住宅を中心としたニュータウンを構想し、その中心部には大学等の協力の下に高齢者ケアセンターを設置し地域福祉の中核とするほか、研究活動にも取り組むなど高齢化社会にふさわしいモデル的なまちづくりをめざす。

整備項目の例：

- ・ニュータウンの約半分は農地として確保し新規居住者も含めた新しい農業をめざす。
- ・高齢者ケアセンターは有料介護者やボランティアの派遣、施設の地域開放など地域福祉の中核施設として計画するとともに、新しい福祉のあり方について調査、研究を行う機関とする。

(イ) 地場産業・文化振興型ニュータウン

特色ある地場産業や郷土文化をもつ地域に、高齢者と青壮年が、一緒になって地域産業文化の振興に

高齢者福祉施策 - - 岡山県

あたる中核施設を設け、そこを核としたニュータウンをめざす。

整備項目の例：

- ・高齢者が教官となって若者等に技術・技能を継承するデザインスクールを中心施設とする。
- ・一般地域住民を対象とした施設としてコミュニティスクールを設ける。
- ・周辺部には高齢者用の宿舍などを配置する。
- ・これらのスクールは教育施設であるばかりではなく地域特産品生産組織でもあるものとする。

(ウ) 新しい農業振興型ニュータウン

農村地域で、特に過疎化が進んでいる地区に、地域の高齢者をリーダーとして活用し、Uターンした若者や、都会からの移住者とともに農作物加工や関連工芸品の生産を核とした活力あるむらづくりをめざす。

整備項目の例：

- ・農作物加工研究研修センターを設置し、新しい農業への脱皮のための薬草、山菜、菜草をはじめ特産野菜の栽培などの研究開発や研修を行う。
- ・Uターンした若者を積極的に受け入れ指導者や後継者として育成し地域の活性化を図る。
- ・都市部からの移住者が快適な余生を過ごせるようなニュービレッジを計画するほか地域の住宅や農園を貸与するなどコミュニティの形成に努める。

(エ) 高齢者のための温泉の多目的利用促進型ニュータウン

自然環境の優れた温泉地域において、温泉を多目的に活用し専門医の指導の下に、保養・療養を行うセンター施設を設け、これを核とし新しいまちづくりをめざす。

整備項目の例：

- ・センターには温泉療法や機能回復訓練を行う施設のほか保養公園・プールなどの戸外施設を整備する。
- ・地域の医療機関の協力や、地域高齢者の友愛訪問など、地域で支えられる施設をめざし、デイサービスなど地域高齢者のための事業も行う。

高齢者に対する周囲の温かい気くばりと支援

○高齢者が外出する際には、周囲の人々の温かい心くばりとともに、ときには高齢者にかわって日常生活用品の購入や必要な電話連絡など、具体的な支援も必要であること。

周囲の人々が心掛けるべき基本的事項の例：

- ・手をかすことは人間として当然の行いであって、とくにそれと意識することなく、ごく自然な気持ちで手助けするように心掛ける。
- ・手をかすときは、まず相手に声をかけるように心掛け、黙っていきなり身体に触れたり車椅子を押ししたりしないようにする。(礼を失するばかりでなく相手を驚かせることにもなるので留意する。)
- ・困っているのを見かけたら、その人が何をしたいのかを聞き、手助けするように心掛ける。
- ・特別視したり無能力扱いは絶対にしないようにする。同情にもとづく言動は控えめに、また必要なときは快よく手をかすように努める。

大規模な施設については、入口付近に案内図を掲示し、集会・行事等が開催される場合は、必要に応じ案内係の配置も考慮すること。

高齢者向けの行事等は、バス停留所等から近く平地にあることなどを考慮して参加しやすい位置にある施設等を選定すること。

講演会などの夜間の開催は極力避け、やむを得ない場合でもバス等の終了時刻にあわせて閉会とすることなども必要であること。

窓口事務や受付の場所には、待ち合いのための椅子等を用意するなどの配慮と併せ、案内書・記入要領などの印刷物はなるべく大きな活字を使うことや必要に応じメモ用紙・拡大鏡を備えつけること。さらに、その対応はゆっくり分かりやすく話すなど、きめ細かな配慮が必要であること。

高齢者がとまどっているような場合には、関係者及び周囲の人々が気軽に声をかけるなどの手助けが特に必要であること。

高齢者向けの集会、講演会、各種催し物の際には、必要に応じ緊急の場合の救護班を設置すること。

事故・災害の防止のため通路・階段には物を置か

ないようにすること。エレベーター・エスカレーター等には必要に応じ付き添いをおくこと。足の不自由な高齢者のために車椅子を用意するなど、事故の未然防止に特に配慮すること。

交通安全の普及・啓発

(ア) 高齢者に対する啓発

老人クラブを通じての高齢者に対する普及・啓発や、交通安全母の会等による高齢者世帯への訪問指導などによる呼びかけを行うこと。

家庭においても家族から高齢者に対して注意を払うこと。

高齢者に係る交通事故の多発傾向に鑑み、免許更新時においては、高齢者に対する適正検査を実施するとともに、その結果を踏まえた交通安全教育指導の徹底を図る。さらに必要やむを得ない場合には、免許更新を辞退するように高齢者に勧めることを検討するのも必要であること。

(イ) 高齢者に対する普及・啓発の内容（高齢者自身が遵守すべき事項等）

信号は必ず守り、よく左右の安全を確認すること。早朝、日暮れ時、夜間の外出はできるだけさしひかえるのが好ましいが、どうしても外出するときは、夜光だすき、白っぽい目立つ服装、懐中電灯など明かりを必ず用意することなどに特に注意すること。

高齢者が事故を起こしたり、被害にあわないように家族でよく話し合うこと。

横断するときは指定の場所を必ず横断し、自動車の直前、直後を絶対に横断しないこと。

歩道があれば歩道を、ないところでは道路の右端を必ず歩くこと。

自転車に乗る場合には、交差点では必ず一旦止まって安全を確認すること。進路を変えるときには、一旦降りて安全を確認すること。また必ず道路の左側を通行すること。

夜間に無灯火で自転車に乗らないこと。また、大きな荷物は積まないこと。

バイクに乗るときは、ヘルメットをかぶり、ヘルメットバンドをしっかりと締めること。また、交差点では一時停止と安全確認を励行し、右・左折の際は早めの合図と安全確認を励行すること。

バイクで危ないと思われるときは、行動を起こす前に一旦降りて安全確認を行うこと。また、夜間

60歳以上の自転車乗用者の違反事故（昭和57年）

	安全運転義務違反	一時不停止	信号無視	右左折違反	その他	合計
60～64歳	29.9	22.6	14.6	7.5	25.4	100
65～69歳	31.4	22.7	14.5	8.8	22.5	100
70歳以上	30.1	22.1	14.3	9.8	23.7	100
計（60歳以上）	30.4	22.4	14.5	9.0	23.8	100
全年齢	29.6	27.2	11.6	5.8	25.8	100

60歳以上の歩行者の違反事故（昭和57年）

	信号無視	走行車の直前の横断	駐停車の直前の横断	その他の横断違反	飛び出し	その他	合計
60～69歳	22.0	22.7	18.1	16.5	14.8	6.0	100
70歳以上	30.6	23.2	15.6	13.5	10.1	6.9	100
60歳以上計	27.1	23.0	16.6	14.7	12.0	6.5	100
全年齢	10.6	12.3	17.3	6.6	46.9	6.3	100

（注）全日本交通安全協会（交通統計）単位%

は早めにライトを点灯すること。

(ウ) 他の世代に対する交通安全の普及・啓発の内容（他世代が遵守すべき事項等）

高齢者に対していたわりとゆとりのある運転をするよう心掛けること。

スピード違反、追い越し違反、飲酒・暴走運転等は絶対にしないこと。

歩行者を見たら速度をゆるめる等の配慮をすること。

高齢者が倒れた場合、大したケガでなくても病院へ運ぶなどの配慮をすること。

狭い道路で駐停車する場合は、歩行者が安全に通行できるよう注意すること。

夜間・雨天の日に運転するときは、歩行者等に特に注意を払うよう心掛けること。

横断歩道を歩行者が横断し、もしくは横断しようとする場合は必ず一時停止すること。

高齢者の乗る自転車・バイクには、高齢者マークを明示しそばを通る運転者の徐行を義務づけること。

(エ) 風水害・地震・火災発生時における適切な避難誘導

地域防災計画に沿った非常時の避難場所の設定や避難訓練の実施を行うこと。

コミュニティにおいて、災害非常時の避難場所の設定及び避難方法や協力体制について普段からよく話し合っておくこと。

各種施設、旅館・ホテルなどの管理者は緊急の避難訓練を行い、万が一に備え、高齢者を適切に誘導できるよう普段から心掛けること。

高齢者をかかえる家庭においては、特に緊急避難時に備え、普段からよく話し合い、避難方法や誘導について協力体制を確立するように心掛けること。

2 すまい

高齢者の多くは、住みなれた地域で家族に囲まれ、友人、知人など親しい人間関係の中で、温かい心のふれあう生きがいのある豊かな老後を過ごしたいと望んでいるので、そのような環境づくりが特に重要である。

このため、多世代同居の促進を図りながら家庭を中心とした高齢者住宅環境を整備することが必要である。

(1) 多世代同居の促進

基本的考え方 家庭は高齢者のみならずすべての人々にとって生活の原点であり、精神的な支えの場である。

一方、家庭は21世紀の担い手ともいべき青少年が、他世代の理解や連帯感等の健全な考え方を身につけるための教育の場でもあり、さらに望ましい家庭の輪が広がることを通じて、温かい心のふれあうまちづくりも進められるものである。

このような家庭のもつ機能は、高齢者のためのみではなく、高齢者が構成員として加わり、親、子、孫等の多世代が同居することによって、自然な形として健全に果たされていくものである。

したがって、多世代同居を積極的に推進するとともに、やむをえず別居する場合についても、近親者が、相互扶助することを基本に家族間の交流やふれあいを高めることが必要である。

指 針

多世代同居の良さを見直す機会の設定
多世代同居への道は必ずしも平坦ではないが、同

居を通じて高齢者の人生円熟期の知識・経験・技能などの長所を学びとることができること、人生の多様性を家族の中で体験することを通じて心のふれあいや豊かな情操、他世代への理解と連帯感が醸成されること、親世代の扶養を通じて子供世代の老後への心の準備ができること、さらには、ともかせぎ夫婦の増加傾向の中で子供の育児を同居のなかで協力しあうことができること等々の良さがああり、高齢化社会の中で、多世代同居家庭の果す役割は極めて大きいと考えられるので、各般の同居の良さを見直す機会を設定し啓発していくことが必要である。

各世代の参加による多世代同居家庭の良さを見直す機会の設定や、望ましい多世代同居家庭の紹介を行うこと。

例：・多世代同居シンポジウムを開催する。

・多世代同居作文コンクールを実施する。

・家族介護者の表彰を検討する。

学校教育や社会教育において啓発を行うこと。

例：・家族の同居についての副読本あるいは参考資料を作成し、授業の中で教えていく。

・公民館活動や青年団・婦人会活動において、多世代同居について学ぶ機会を設定するとともに、生涯教育講座や高齢者教育でも科目を新設する。

マスメディアによる効果的な広報を行うこと。

例：・敬老の日を中心とした老人福祉週間中の集中的なキャンペーンを実施する。

・家庭の日（毎月第3日曜日）のシリーズ広報を検討する。

住宅の改造から家族関係に至るまでの総合的な相談窓口の開設が望ましいこと。

例：・三世同居よろず相談所の設置、テレホンサービスの開発を検討する。

多世代同居推進のための条件整備

○多世代同居住宅のモデルの紹介と多世代同居住宅の建設促進を図ること。

例：・同居向け住宅、ペア住宅などの公営住宅の建設を進める。また、高齢者単身向け・高齢者世帯向け公営住宅の建設を進める場合でも、公営団地内に老人世帯向け住宅と若者世代向け住宅を混ぜて配置し、順次住みかえて近接別居を全体で実現していくという試みなどの検討も望ましい。

・多世代同居設計コンクールを実施する。

○多世代同居家庭に対する公的な援助体制の充実が望ましいこと。

例：・高齢者をかかえる家庭に対する税制上の優遇措置を検討する。（老年者控除・老人扶養控除・老人配偶者控除・老年者年金特別控除の拡充，高齢者の家族介護者に対する特別控除の新設，住宅取得控除の拡大など）

・多世代同居住宅の新築や改築に際しては建築規制の緩和，三階建等の建築技術の開発，耐久力のある住宅開発，近隣問題の解決方法の検討さらに資金面での公的な援助を検討する。

・大型宅地開発やスケルトン売り（仕上げをしない躯体だけを売る）などの供給体制を整備する。

・親子二世代の長期償還制度などの金融面の措置の新設を検討する。

・公的金融融資枠を拡大する。（住宅金融公庫による老人同居割増融資制度，県個人住宅建設資金における承継償還制度，老人用居室増改築資金貸付制度など）

多世代同居推進のための土地住宅条件の克服

都市部では住宅環境が「働く若い世代」単位で構成されており，これを原単位としての狭小住宅の供給が核家族化を促進していく傾向にあるので，特に都市部においては過密問題への積極的取り組みなど多世代住宅のための質的な向上も必要であること。

農山村部では，定住にふさわしい豊かな自然，土地，建物条件に恵まれているが，若者の定着に必要な職場の確保が困難な条件下にあるので，第一次産業後継者の確保に必要な施策，新しい地域産業の誘致育成，地域の固有な文化や伝統的環境の保全と継承に力を注ぐなど，地域の個性を高めていくことも多世代同居推進のためには必要であること。

家族間の交流やふれあいの増進

〔同居家庭〕

（ア）家庭の円満

多世代同居のためには，時間をかけ家族で望ましい共同生活をつくりあげていく努力が必要であり，高齢者の自立の努力や若い世代の温かい理解が不

可欠であること。

核家族が，やむを得ず高齢者を迎え入れるという多世代同居ではなく，早い時期から，親，子，孫の人間関係を同一地域の中で培うような努力も望ましいこと。（長年住みなれた地域からの移転によって高齢者が受ける精神的ストレスは極めて大きい。）人生観，価値観のへだたりを理解し，相互に自分のものさしで計るようなことは避けること。

高齢者，若者相互に話題をつくって声をかけあうように努め，ふれあいのきっかけをつくること。生活時間や生活様式のちがいはお互いに尊重しながらも，食事どきや夕食後のくつろぎの時間には，一家団らんに努めること。

孫のしつけについて，高齢者とその子供夫婦の共通理解に努めること。

経験や思い出を大切にしている高齢者に理解を示し，よく話を聞くこと。

高齢者の豊かな知恵を読みとる努力をすること。

（イ）家事の分担

高齢者に対する家事分担について話し合う必要があること。その際には，一家の主婦だけに負担がかからないように，高齢者も含め家族全員で少しずつ家事を分担しあうことを原則とするのが望ましいこと。

高齢者の家事への協力に対しては率直に感謝の気持ちを示すこと。

伝統行事や日常生活の知恵などについては，高齢者の伝承者としての役割を尊重すること。

高齢者自身もできることはすすんでするように心掛け，健康づくりのためにも，身体を動かす作業を引き受け日課とするよう努めること。また，日常生活に介護が必要になった場合には，家族に率直に感謝し，逆に遠慮するのは双方にマイナスとなることに留意すること。

（ウ）高齢者に対する接し方

高齢者特有の心理や，身体の動きが鈍くなり物忘れしやすいなどの心身機能の低下を心得て，何ごとにもいたわりの気持で接すること。

対話は，高齢者の状態に応じゆっくり話すこと。

また，話は途中でさえぎることなく，一応終りまで聞くように努めること。

〔別居家庭〕

別居していても，状況が改善されればいつでも同

居できるように機会をとらえて訪問するとともに、手紙のやりとりや電話や贈り物の交換など緊密な家族関係を維持するように努めること。

別居でも、できるだけ近くに住むなどの配慮をすること。また、高齢者と孫が接触できる機会を多くもつこと。

若夫婦の手助けをするような孫の世話、家事の相互扶助についても工夫すること。

ひとりぐらしや高齢者世帯の場合は、近隣の人々とつきあいを欠かさないように努め、緊急時の連絡等については、平素から話しあっておくことが望ましいこと。

子供世代は高齢者のため、地域の各種福祉サービスと密接な連携や協力関係を築くように努めること。

(2) 高齢者にふさわしい住宅設備、福祉器具

基本的考え方 高齢者が安定した老後の生活を送るためには、同居の場合、別居の場合、その他家庭のそれぞれの状況に応じて、その対応は多少異なるが、安全便利な住宅・居室が整備されていること、家族間の交流が行われやすいこと、日常生活のうちでも火災その他の防災に対する配慮がなされていることなど、高齢者に対する行き届いた配慮が必要である。

またねたきり老人等に対しては、家族介護者の負担軽減と高齢者自身の快適な生活のための福祉器具の導入も必要である。

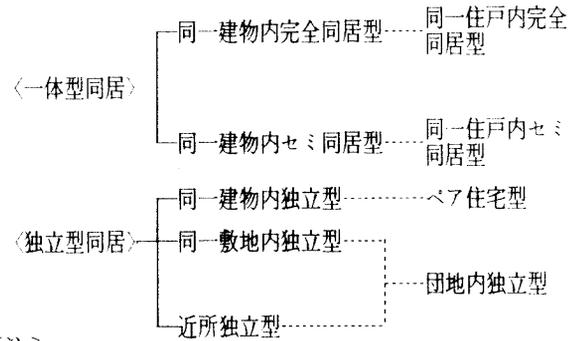
指 針

高齢者の利便等を配慮した住宅・居室

(ア) ゆとりとやすらぎのある住宅への取り組み
住宅を新築する場合は、当面の生活のための最低限の規模に照準をあわせがちであるので、将来の多世代同居など今後のライフサイクルを考慮し、長期的視点に立った、ゆとりのある住宅計画を基本とすること。したがって、当面の生活の充足に必要な整備のみにとどめ、その後同居形態により徐々に内容の充実にも努めるような考え方も必要であること。

〔同居住宅の独立性と共同性〕

一戸建て住宅 集合住宅



〔注〕

一体型同居は若者のゾーンと高齢者のゾーンに仕切りがない同居をいう。そのなかの完全同居型とセミ同居型は、共用している機能の範囲で区別している。高齢者のゾーンに専用の便所・洗面所等がついている段階までは完全同居型とみなし、小さなものでも独立キッチンをもち、炊事・食事の独立ができる段階でセミ同居型となる。

独立型同居は、高齢者世帯が内部的に独立している型でありセミ同居よりもさらに独立性が高くなった段階である。両世帯の位置関係によっては将来介護が必要になった時、簡単な改造で一体型同居への移行が可能な工夫もできる。

同居の形式は、望ましい一つのものがあるのではなく、高齢者の老化や、子供の成長など家族のライフヒストリーに応じてフレキシブルに選択していくことが望ましい。

高齢になると感覚的機能や生理的調整機能が減退してくるので、住宅には自然の材料を使用し肌ざわり、ぬくもりを重視した設計にする必要があること。

例：・高齢者は寒さ、冷たさの影響を受けやすいので、コンクリート、ガラス、プラスチック、金属などの触覚の冷たい材料は好ましくない。したがって、木、布、コルク、畳、じゅうたん、紙（ふすま、障子）などの自然素材も多く使用する。（自然素材は肌へもやさしく、吸音性の高いものが多いので耳にもやさしい。）
・密集地や集合住宅以外では、できるかぎり木造のすまいとし、木の肌あいを生かした仕上げに心掛ける。
・環境条件等からコンクリート造りとしなければならないときでも、内装は必ず木造の下地組をし、自然素材で内貼りをすることが望ましい。

- ・壁体内、天井、床下には必ず十分な断熱材を入れ、保温性能の高い構造体とする。
- ・隅角部はできるかぎり丸め、手や身体の触覚にやさしい配慮をする。
- ・庇を深くするなど耐久性を考えた造りとし、いつまでも変わらぬ思い出を語りかけてくれる建物とすることが望ましい。
- ・急激な温度変化が高齢者の身体には一番悪いので、廊下などの寒い場所をできるかぎりつくらない設計や暖房の盲点をなくすことに心掛ける。床暖房が一般に望ましいが、布団を直に敷く部屋は避けるほか、対流式よりはむしろ輻射式を考慮する。
- ・暖房時に熱を逃がさないように十分な換気が必要であるので、熱交換機付換気装置を設置するのが望ましい。また夏期の通風を考慮した窓の配置も考えることが望ましい。

高齢者は視力低下しているので、居室の明るさに注意し自然光をふんだんに取り入れる工夫をすること。（天候の変化、季節の変化など外界の変化が室内からよく分かることは、とじ込もりがちな高齢者には良い刺激ともなる。）

例：・自然光の入らない所は、十分に人工照明をほどこす。

- ・光源が直接目に入らず、しかも全体として明るさが十分に確保できるよう計画する。特に手もと、足もとの照明に心掛ける。

高齢者は疲れやすく強い力も出ないので、生活動作に無理のない家具、造作等を選定すべきこと。なるべく椅子、ベッド式の重心移動の少ない生活形態を採用し、流し台、調理台、カウンター、収納具などの高さは、身体のちぢみを考慮した小さめのものを選択するなど、なるべく立ち座りに便利な配慮を行うこと。

- 例：・椅子は本人が実際に試みに使用し、身体を支えるポイントが適切かどうか十分に配慮する。
- ・老化に伴い、布団のあげおろしが最初に苦痛になるので、ベッド生活に移行することについても考慮する。
 - ・台所や脱衣所などにも腰かけを置く余裕をつくり出す。
 - ・季節に応じて入れ替えをしないですむ使いやすい収納計画を立て、あまり高い所、あまり

低い所は、使わなくてもすむ設計とする。

- ・扉の取っ手や水道の水栓は、小さな力で開閉できるレバーハンドルを採用する。

（イ）老人居室の確保

高齢者の専用居室の確保は、円満で長期的な同居を実現するための必須条件であり、親と子のプライバシーが完全に守られなければならない。

〔好ましい老人居室〕

老人居室は、日当りの良い南に面し、庭に通じる1階にあって広縁を設けるなどゆとりのある広さとし、縁側・サンルーム等で外界からワンクッションおいたつながりが確保されることが望ましいこと。（都市過密地では1階はほとんど庭からは日が入らないことが多く、1階南側であっても必ずしも好条件とはいえないことも多いので、多少外部のわずらわしさがあっても街路向きに窓を開け外光を入れる工夫や、とじ込もりがちとなった時にも、窓から外の動きが見えるように配慮すること。）

老人居室は玄関から若干離すなど、また、必要に応じ遮音できるような造りにするなど静かな環境を保つこと。

居室の開口部には雨戸、障子、カーテン等の多重な開閉物を設置し、断熱、防音、遮光を考慮すること。

老人居室は火災、地震等に備えて、避難しやすいところに設けること。

トイレ、浴室を老人居室の近くに配置すること。老人居室は、居間や食堂に近い所で家族のふれあいが図られるような配慮をすること。

老人居室には、簡易台所を必要に応じ設けること。老人居室は、他の部屋を通らずに直接出入りできるように配慮すること。

高齢者が大切にしている家具・記念物などを周辺に置けるゆとりが必要なこと。

○老人居室周辺には、樹木等を植栽し、季節の移り変わりが楽しめるようにすること。

老人居室は病室ともなることを考慮し、介護スペース等のゆとりがあることが望ましく、できれば二重構成とし、片方にはベッドを置くことができるようにするのが望ましいこと。

安全なすまいのための配慮

高齢者は敏捷性や視力・聴力・上下肢の力がおとろえており、室内での事故率は高い。玄関とポー

チ、庭と部屋からの出入口とのレベル差はできるかぎり少なくするよう配慮するとともに、床、階段などに滑りにくいような材料を使用すること。階段をやむを得ずつける場合は、傾斜をゆるやかにし、踊り場の段はできるだけ少ない設計にし、両側に手摺をつけ、必ずノンスリップをつけること。特にカーペット仕上げの際には、端部が滑りやすくなるので留意すること。また、夜間便所に行くときなどを考慮し、階段の足もとの照明と、段の位置がわかりやすくなる工夫をすること。

廊下や便所、浴室の出入口の段差を避けること、また夜間の事故を防ぐため廊下等の照明に工夫すること。

ガス使用箇所をなるべく少なくし、やむを得ず使用する場合は、換気扇やガス洩れ警報装置を設けること。

健康に急変があった時のため浴室、便所、寝室に安全ベルを必要に応じ取り付けすること。

廊下やドアの位置、開き勝手が複雑な動線とならないよう配慮すること。

しゃがみ込みや立ちあがりを行う所、便所、浴室、玄関、縁側などには、つかまり棒や手摺をつける。特に玄関の靴のはきかえの箇所は、段差をできるかぎり小さくするとともに、腰かけベンチを設置するのが望ましい。つかまり棒や手摺はできるだけ細め（直径33ミリメートル程度）とすること。

浴室、便所の配慮事項例：

- ・浴そうは埋め込みとし、孫などと一緒にゆったり入れる位のゆとりをもった大きさとする。（和洋折衷型と呼ばれる低めの浴そう：縦80センチメートル、横120センチメートルより大きめとする）また、出入りに便利な位置に手摺をつける。
- ・浴そうの立ちあがり上端は、またぎににくい程度に広く確保し、角は丸みのあるタイルを貼る。（体力の低下時には、腰をかけた手摺を持って半回転して出入りができるようにする。）また、水栓類は握力の低下をカバーするレバーハンドル形式とする。
- ・石鹸類が床に散乱しないよう置場所を固定する。
- ・脱衣スペースと浴室との間の段差をなくし、下枠の立ちあがり水をふせぐ。

- ・浴室の床のタイルは大きめのタイルを使わずモザイクタイルとし、床の傾斜はなるべくゆるくする。扉は引き戸又は中折れ戸とする。
- ・脱衣室の暖房に特に注意する。
- ・便所は、できるだけゆったりとしたスペースをとることが望ましい。（奥行きは135センチメートル以上）
- ・手洗器はなるべく大きめのものを便所の中に設置し、手洗いスペースに用具置き場を確保する。また、中の清掃など使いやすいように工夫する。
- ・便器は洋式が望ましい。
- ・便所の扉は必ず外開きとする。
- ・便所内の暖房に留意し、腰かけ便座の保温にも気くばりする。
- ・便所の照明は、60～80ワット位の明るいものとし、夜間の案内灯や足もとの照明に配慮する。

ひとりぐらし老人等に対する防災上の配慮
近隣者が、不審者の出入り等に配慮し、声をかけ通報等を行うようにすること。

外出、就寝前の火の元の点検や暖房器具等、火を使う器具については、近親者が点検に心がけること。

防災設備の貸与や防災設備整備のための助成などについて、充実を図ることが望ましい。

高齢者の使用する部屋の内装や寝具には、防災処理をほどこしたものを使用すること。

なたきり老人等のための介護上の配慮や福祉器具等の利用

（ア）食事の介助のための工夫

手助けをすればひとりで食事ができる場合には、食膳の固定の工夫、持ちやすい軽い食器やコップ、蛇腹ストローなどの配慮、また必要に応じて食器が動かないように吸着盤を食器の四隅に使うなどの工夫をすること。

おにぎり、サンドイッチなど手づかみで食べれる工夫やフォークにさして持たせるなど、少しでも高齢者ができることは、行いやすいように配慮すること。

少量盛りとするなど全部食べたという満足感が満たされるような工夫も必要であること。

（イ）用便のための工夫

便所へ行けない場合の移動トイレとして、這ったりできるような折りたたみ式用便椅子やポータブルトイレを用意すること。

便所や便器は使えるが間にあわない場合や排泄感がない場合には、必要に応じある程度吸水でき、はずれにくいオムツを工夫し使用すること。

(ウ) 入浴のための工夫

浅めの浴槽の設置あるいは既存の浴槽が浅めのものとなるような工夫を行うこと。

入浴すると体が浮いて危険な場合は、浴室に椅子をおいて座らせ、湯をかけながら洗うような工夫をすること。

ねたきりの状態の場合には、足の湯浴みやできるだけ体を拭いたり洗髪を行うように心掛けること。

(エ) 床ずれ防止の工夫

身体を清潔に保ち、こまめにからだの位置をかえることや、場合によってはマッサージ、寝まきの交換を行うこと。

クレーターマットレスや無圧布団及び、防水シーツの利用も検討すること。

(オ) その他介護の工夫

高齢者の個性を十分のみ込んで、その気持ちを尊重し、上手な介護を工夫すること。

高齢者が自分でできることは、できるだけするように工夫したうえで、介護するように努めること。失敗を責めず、命令口調を慎み保護的・受容的に接するように努めること。

介護者の外出が最も高齢者を不安にさせることから、用件、場所、時間を告げ必ず帰宅時間を守るように努めること。

自分もいずれ介護される側にまわるという自覚に立って、介護を学ぶ気持ちを持って接することが望ましいこと。

〔介助具〕

入浴時 入浴補助具、バスタチェアー

休養時 床ズレ予防パット、バックレスト（背もたれ）、洗髪器

外出時 手押し車、車椅子、歩行器、ステッキ

食事時 スプーンホルダー、グラスホルダー

排泄時 オムツ、尿器、トイレチェアー、ポータブルトイレ

〔住居内安全報知設備〕

防災防犯設備 火災感知機、ガス漏れ感知

器、地震報知機、酸欠報知器、非常用押しボタン、来客監視テレビ、電気錠、防犯スイッチ

通話・室内管理設備 ドアホン、インターホン、トイレコール、ホームテレホン、バスコール、メールボックスコール、電源コントロール、風呂センサー、給湯器情報

(3) 高齢者の日常生活に関する配慮

基本的考え方 高齢者自身が、明るく活力ある幸せな生活を営み、社会の構成員として社会参加するには、心身ともに健やかでなければならぬ。

このためには、高齢者自身が老化に伴う身体的機能低下やその特性を正しく認識したうえで、日常生活における食事、運動、休養等のバランスを考え、平素から自助努力を行うことが肝要であるが、高齢者を支えるまわりの者も各般の配慮を行うことが重要である。

指 針

食事への配慮

栄養のバランスに特に留意し、調和のとれた食事とすること。

- 例：・良質たんぱく質、ビタミン類、カルシウムなどが不足しないように心掛ける。
- ・脂肪を減らし、たんぱく質を十分とるように配慮する。（動物性脂肪は避け、あぶら身の少ないとり肉、魚、卵、豆腐、スキムミルクを上手に使い、あっさりとした味付けにし食べやすいようにする。）
 - ・骨がもろくなるので、カルシウムの多い牛乳、小魚、海草類をたくさんとり入れる。
 - ・緑黄色野菜を多くとるように配慮する。（腸の働きを促し、便秘を防ぐ繊維質を多く含んだ野菜類を朝、昼、晩に分けて上手に食べられるようにする。）
 - ・高血圧の予防のため塩からいものや濃い味付けは避けるよう心掛ける。（例えば、みそ汁・漬物・佃煮・梅干・塩鮭・たらこ等の食塩の多い食べ物の取りすぎは高血圧の原因になる

ばかりか、心臓や腎臓にも負担をかけることになるので、食塩は1日10グラム以下の摂取とするようにする。)

・間食は食事の補食となるように配慮する。(甘い菓子などの食べすぎによる糖分の過剰摂取に留意する。)

できるかぎり家族そろって食事をするように心掛け、副食は家族共通のもの他に、高齢者の好みに応じたものも添えるのが望ましいこと。

ねたきり老人等身体の不自由な高齢者のためには、胃腸が弱っていることを考慮し、消化のよいものや食欲のよいような味付け、彩り、さらに細かく切ったり、すり身、挽肉を多用し、煮込み時間を長めにするなど、調理方法に工夫をこらすこと。器を替えたり、季節感のあるものや地域の産物を材料に使った料理に心掛けること。

飲酒は、適度な量となるよう気配りすること。

喫煙は、できるかぎりひかえることが望ましいこと。

衣服への配慮

かぶらずに前であわせるものなど着脱が容易となるような配慮を行うこと。また、軽い材質を用い仕立て方にも工夫すること。

吸水性も考慮し、火傷の予防も考えて肌着はできるかぎり木綿のものとする。

縫い代を広めにとるなど洗濯に耐えるようにすること。

気持ちいが若がえるようなファッション性のある衣服をときには考慮すること。

休養、入浴、睡眠、運動等に関する健康管理上の配慮

快い睡眠を得るため、昼間はなるべくからだを動かすようにすすめること。

運動するときは、からだに過重な負担がかからないように準備体操を行ったうえで適度に行うようにすすめること。

健康診査による健康チェックを行い、適した運動を継続して楽しんで実施するよう気配りすること。

運動の目的・効果：

- ・適度な運動は適度な栄養摂取を伴えば肥満防止となる。
- ・糖尿病予病，虚血性疾患予防に通ずる。
- ・ストレス解消など精神的安定が図れる。

・筋肉の萎縮を防ぐ。

・歩行などは心臓を強くして結果として血流をよくする。

入浴に際しては、熱すぎる湯や長時間の入浴は心臓や血管に負担がかかるので避けるように気配りし、ひどく疲れているときや、めまい、寒気を感じているようなとき、さらにアルコール類を飲みすぎているようなときには、入浴をひかえるように周りの者が十分留意すること。

入浴の目的・効果：

- ・からだの清潔さが保てる。
- ・血液循環をよくして新陳代謝が高まり疲労回復が早まる。
- ・緊張した神経や筋肉が解きほぐされ精神的な解放感が得られる。

入浴上の注意：

- ・ぬる湯(37度～39度)から中湯(39度～42度)で10分以内にとどめる。(43度以上の熱湯は脳卒中の引き金ともなるのでさける。)
- ・飲酒直後の入浴はできるだけ避け、浴室内の温度にも留意する。

入浴直後、寒い風にあたり急に身体を冷やしたりしないように、また入浴後30分から1時間程度は休養するような配慮が望ましいこと。浴室付近の部屋の温度にも特に留意すること。

労働に際しては、肉体労働の場合は無理な姿勢を避け、楽で自然な姿勢をとるようにし、精神労働の場合は適宜軽い体操や時には娯楽などで気分転換を図るような配慮も必要であること。

加齢とともに疲労しやすく過労に陥りやすいので、疲労を危険信号として十分な休養をとるよう気配りすること。

年一回の健康診査は必ず受診するようにすすめ、健康チェックに基づく健康づくりの実践と疾病の早期発見、早期治療を行うよう配慮すること。健康教育、健康相談にも積極的に参加するようすすめ、平素から正しい健康意識をもつように気配りすること。

○ときには家族そろっての旅行やレクリエーションを行うように努めるなど心の健康保持にも気配りすること。

○近隣の友人や知人との交流、仲間同志との趣味・創作活動、スポーツ、共同作業、ボランティアや

社会奉仕活動などに積極的に参加するようにすすめるとともに、時にはお互い声をかけあいさそいあうように努めること。

3 地域福祉，保健・医療

新しい時代にふさわしい明るく活力のある高齢化社会を創造するためには、それぞれの地域において人々がお互いにいたわりあい、心のふれあいを深めながら、真に人間らしい生活を送ることができるような、明るく豊かな地域社会づくりを進めていかなければならない。

そして、地域住民が温かい思いやりの心で結ばれ、誰もが温かい手を差しのべ、また必要ときに援助が受けられるような地域社会を形成していくことが必要である。

また、高齢者が地域社会において一定の役割を果たしながら、生きがいのある豊かな老後を過ごすために、健やかに老いるための高齢者自身の健康管理と若い時代からの一貫した保健医療対策の推進が必要である。

(1) 地域福祉の推進

基本的考え方 高齢者の多くは、老後を住みなれた地域社会で過ごすことを望んでいるので、地域社会全体が高齢者を支えていく支援体制を確立する必要がある。

指 針

相互扶助と連帯に支えられたコミュニティづくりとボランティア活動の促進

県民ひとりひとりが、地域のことを自らの課題としてとらえ、日常生活の中で近隣関係を大切にすることを基本に、お互い声をかけあい、助けあうなどコミュニティを育成していくよう心掛けること。

民生委員・愛育委員・青少年相談員等のボランティア活動者、老人クラブ・婦人会・青年団・子供会・自治会等の住民組織がそれぞれの役割分担と相互連帯を図りながら、さらに地域の民間企業の協力も得てコミュニティづくりを進めていくこと。各コミュニティ組織を母体に各般のボランティア活動を推進すること。（例：ボランティア研修会・

交流集会の開催）

市町村社会福祉協議会の機能を強化すること。（市町村社会福祉協議会による地域福祉活動の推進及びボランティア情報バンクとしての位置づけ）ケアグループの育成に努めること。（介護者登録派遣制度の充実、高齢者の友愛訪問やボランティア活動の促進など）

コミュニティ・ボランティア活動の促進を効果的に啓発すること。

在宅福祉の充実とそのための老人福祉施設の地域開放

在宅のねたきり老人等に対しては、家庭奉仕員派遣事業、日常生活用具給付事業の充実をはじめ、家族介護者の負担軽減のため老人福祉施設等の地域開放の一環として、入浴・給食サービス、機能回復訓練等を行うデイサービス事業、ねたきり老人短期保護事業が、どの地域でも手軽に受けられるよう拡充強化を図ること。

家庭奉仕員の増員を図るとともに、地域社会における心の通ったボランティア活動として、ボランティア介護者の育成、介護サービス提供者の登録派遣事業の充実、若い時代からの介護点数互助制度といったものの検討を行うこと。

在宅のねたきり老人等に対して医師・保健婦・看護婦等が継続的に家庭を訪問し、療養看護、機能回復訓練等を行うなど在宅サービスを充実すること。

ねたきり老人等を介護する家庭に対する課税や遺産の相続制度の優遇制度などについて、その改善がなされるよう積極的な取り組みが必要であること。

老人専門病院と特別養護老人ホームとの機能をもとに果せるような新しいタイプの施設を検討すること。

健康で相当の所得・資産がありながら、孤独で精神的満足が得られず、人々とのふれあいを求める高齢者に対するマンション的あるいはペンシヨンの施設を検討すること。

老人福祉施設は、地域の在宅高齢者が利用しやすく、また、入所者と地域住民とのふれあいが図られ、地域ボランティアの支援も受けやすいように、地域住民にとって身近な場所に設置するように配慮し、併せてデイケア機能等を併置すること。

(2) 保健・医療体制の確立

基本的考え方 高齢者のみならずすべての県民が、健やかに老いるようにするためには、成人病予防を中心に日常生活の中で積極的な健康づくりが実践されなければならない。

そして、各人が健康は自分で守るという自覚の下に、壮年期から日常生活における食事、運動、休養のバランスを考え、積極的に健康づくりに努めるとともに、その条件整備として健康教育、健康増進、健康診査、治療並びにリハビリテーションに至る総合的な保健医療体制が整備されなければならない。

指 針

健やかな老後のための健康管理への自助努力とその配慮事項

(ア) 一般的配慮事項

加齢とともにあられる身体的機能低下を正しく認識したうえで、平素から日常生活の中で健康の

維持増進に努めること。

定期的に健康診断を受け、それにより弱点を知ったうえで積極的に体力を高め、成人病の発病に対抗する方策を実行すること。

健康診断の例：

- ・一般診査，精密診査
- ・胃ガン検診
- ・子宮ガン検診，乳ガン検診（女性のみ）
- ・肺ガン検診
- ・胸部レントゲン検診

食事、運動、休養のバランスを考えるとともに、仕事の他に趣味を持つなど毎日の生活を豊かにする努力や、くよくよせず心のわだかまりを溜めこまないようにするなど精神的ストレスの解消に努めること。

肥満を防ぐ努力や動脈硬化の発生をできるかぎり遅らす努力をすること。

アルコール飲料やたばこの常用節制に努めること。
(イ) 食事面での配慮事項（中年以降に注意すべき

六つの基礎食品別点数法による1日20点（1600カロリー）の食品例

1点80カロリー

食品群	栄養的特徴	群別食品	群別点数	とり方の一例	点数
第1群	血や肉を作る 良質たん白質 脂 質 ビタミンB1・B2 カルシウム	魚介・肉類	2	かれい1切 (80g)	1
		大豆・大豆製品	1	生もも肉 (60g)	1
		卵 類	1	きぬごし豆腐1/2丁 (140g)	1
				鶏卵1個 (60g)	1
第2群	血や肉を作り，からだの調子をよくする 良質たん白質 脂 質 ビタミンB1・B2 カルシウム	牛乳・乳製品	2	牛 乳 (140g)	1
		海草類		チーズ1切れ (25g)	1
第3群	からだの調子をよくする ビタミンA・C	緑黄色野菜	} 1	緑黄色野菜 (100g)	} 1
淡色野菜		淡色野菜 (200g)			
第4群	ミネラル 繊維	くだもの	1	りんご小1個 (150g)	1
第5群		力や体温のもとになる 糖 質 たん白質	穀 類	8	ごはん軽く4杯 (440g)
	芋 類		1	じゃが芋中1個 (100g)	1
	砂糖類		1	砂 糖 (20g)	1
第6群	脂 質	油 脂	2	植物油やバター (約20g)	2

食生活)

肥満を防ぐために摂取カロリーをできるだけ減らすこと。(身体活動が減少した時に食物の摂取エネルギーを減らすこと。普通に食べたときはよく運動すること。間食を加減することなど消費エネルギーに見合った食生活をする事。)

血中のコレステロール値を増加させないために、食品中のコレステロールの多いものや飽和脂肪酸の多いものを食べ過ぎないようにすること。(脂身の少ない肉や鳥肉、魚肉、植物たん白質を摂取するような努力をすること。)

血中の中性脂肪値を増加させないように砂糖や果糖の多い飲食物や果実の取り過ぎとアルコール飲料の飲み過ぎに注意すること。

高血圧の予防のため、食塩の多い食物を取り過ぎないようにすること。〔高齢者の食事への配慮と共通。〕

多価不飽和脂肪酸の多い植物油〔椰子油を除いて米油、紅花油、胡麻油等〕を多量に用いること。

(ウ)運動面での配慮事項

成人病はいわば「栄養過剰病」であり「運動不足病」とも考えられるので次の点を考慮し、適度な運動に心掛ける必要がある。

軽い運動を楽しんで行うように工夫すること。(健康づくりのためには概ね1日200カロリーの身体運動を目標とするのが望ましい。)

運動種目は、基本的に歩くことを主体にし、全身をリズムカルに繰返し使う運動などを選ぶこと。例えば、固くなりがちな関節の動きを滑らかにするための簡単な徒手体操を毎朝起床直後に行なうことやラジオ体操なども理想的であること。

〔1日200カロリーの運動例〕

体重60kgの人の	なわとび	20分
200カロリー消費時間	水泳	24分
	ジョギング	24分
	テニス	30分
	ラジオ体操	40分
	ゴルフ	52分
	歩行	56分

(エ)休養面での配慮事項

睡眠は精神的及び身体的疲労の回復にとって最も重要なものであるため、十分な睡眠をとるように努めること。〔休養のとり方、入浴の仕方について

は高齢者への配慮事項と共通しているので参照のこと。〕

ねたきり及び痴呆にならないための高齢期の予防への自助努力

(ア)ねたきり老人にならないための予防
食生活上の配慮特に食塩過剰摂取を避けることはもとより、定期的に血圧測定や必要に応じ高血圧管理を行い、高血圧の予防に努めること。特に市町村で行う検診には積極的に参加すること。

高血圧の場合は、眼底検査、心電図検査、血液検査、尿検査などを含む精密検査を少なくとも年1回定期的に受けるよう心掛けること。

(イ)痴呆性老人にならないための予防
旺盛に本を読むこと、日記・手紙などをつとめて書くこと、サークルやグループ活動を通じて創造的な趣味活動を行うことなど、精神的健康の維持・増進による予防に努めること。

高血圧を予防するため食塩の過剰摂取を避け良質のたん白質を十分とること。高脂質血症予防のためコレステロール、飽和脂肪酸など高脂肪食品の過剰摂取を制限し、肥満を防ぐため適度の運動をすること。飲酒、喫煙を制限することなど、身体的健康の維持・増進に努めること。

医療の受け方

高齢者は、加齢とともにあらわれる身体的機能低下が避け難いことから、これを正しく認識したうえで症状にふさわしい適切な医療を受けるように心掛けること。

気さくに相談できるかかりつけの医師を決めておくように心掛けること。

病気の治療中に、次から次へと医師をかえることは、治癒の遅れにもなるので、できるかぎり重複受診は避けるように努めること。

急病の場合以外は、努めて決まった時間内に受診すること。

薬の服用については、医師の指示に従うこと。

健康診断は必ず受け、疾病の早期発見、早期治療に心掛けること。

保健医療等の啓発

病気にならない運動や適正な医療の受け方について、地域ぐるみでの啓発運動に努めること。

健康教育・健康相談事業の地域ぐるみでの積極的な取り組みが望ましいこと。

地域における医療機関の協力を得て、地区衛生組織、行政が一体となり、強調月間・週間等を設定し、ふさわしい行事を実施するのが望ましいこと。

例：・健康まつり（健康相談、医療相談、講演会等）

- ・老人性疾患予防に関する資料展示
- ・ゲートボール等競技
- ・家庭における応急措置（看護）の講習
- ・ねたきり老人家庭巡回友愛訪問の実施
- ・医療の受け方の指導（かかりつけの医師、いつでも相談できる愛育委員等）
- ・救急車の利用のしかたの講習

市町村、家庭奉仕員、民生委員、愛育委員、栄養委員等の連携の下に、疾病の早期発見、早期治療など病気になるための、一声運動の実施を検討すること。

市町村広報紙等による啓発を行うこと。

保健医療供給体制の整備

（ア）保健サービスの充実と場の整備

健康教育としては単なる知識の普及にとどまることなく実践行動に結びつくような教育を市町村保健センター、老人福祉センター並びに老人保健学級、高齢者教室、老人福祉大学等あらゆる機会を有効に活用し実施すること。

健康増進車等の健康増進事業を積極的に活用し、健康度や体力を点検したうえで、その結果に基づく具体的な健康づくりを指導すること。

健康診査は、成人病の早期発見、早期治療のため極めて効果的であるので、受診率を向上させるよう啓発を行うことはもとより、事後指導の一環として、健康手帳を対象者に配布して受診結果や治療の記録及び日常生活の中での効果的な健康づくりを実践するように指導すること。

健康教育、健康増進、健康診査等の保健サービスを円滑に進めるための場、人材、器材の確保を図ること。

例：・場としては、コミュニティハウス、公会堂、市町村保健センター、老人福祉センター、保健所などの既存の施設を十分活用するとともに、今後、市町村保健センター等の未設置市町村については、整備を計画的に進める。また、いつでも利用できる運動広場等の確保も図る。

- ・保健所における検診機能の充実強化、検診車

や検診体制の整備、医師、歯科医師、保健婦、検査技師などの人材確保やその養成研修、さらに検査技法の改善等を検討することも望ましい。

- ・新しい分野の専門家としての運動指導員の養成確保を図ることも必要である。

（イ）医療供給体制の整備

高齢者の医療需要に対応するためには、それぞれの地域の実情に応じた医療の確保が必要であることから、医師会等医療関係団体の積極的な協力を得るとともに、老人保健事業との有機的連携を図りながら、地域の実情に即した医療施設の体系的整備促進と医療従事者の確保を図る。

地域における整備目標を設定し、中核的病院を中心に老人性疾患に適した老人病床（病棟）の整備を図るのが望ましいこと。

上記施設を中心に社会復帰のための医学的リハビリテーション施設の整備を図るように努めること。

医療従事者の確保対策を積極的に推進すること。

（ウ）老人病棟整備にかかる配慮（構造設備）

老人病棟整備にあたっては、病室、廊下、浴室、便所等について、老人慢性疾患患者の療養に資するよう適切な配慮が払われるのが望ましいこと。

（エ）医療施設での配慮（入院患者）

病院内での患者のふれあいが望ましいこと。

医師の指導のもとに、患者の年齢等にかかわらず、高齢者とのふれあいの場をつくり、友愛を深めやすらぎを与えること。

例：・軽症患者の友愛訪問

- ・散歩の介添え
- ・娯楽・趣味活動

（オ）ねたきり老人、痴呆性老人等に対する医療対策等

医療機関、看護婦、保健婦、ホームヘルパー、介護ボランティア等が密接な連携をとりながら、計画的に家庭を訪問し、療養看護、機能回復訓練及び家族介護者に対する看護方法の指導や精神的な援助を行うようなシステムを確立し実施すること。ねたきり老人、痴呆性老人にならないように身近な既存施設を活用し、地域で機能回復訓練等を行う事業を検討し実施すること。

ねたきり老人、痴呆性老人をかかえる家族介護者に対し、相談に応じながら適切な介護方法を指導

すること。（例：「介護者指導講習会」の開催，「痴呆性老人介護相談事業」の実施）

痴呆性老人に対し，専用の短期保護施設及び専用の特別養護老人ホームを整備し，適切な入所措置を講ずるように努めること。

4 社会参加

高齢者の多くは，社会参加したい意欲と能力を持っているので，多様な社会参加を受け入れるような条件整備が必要である。

（1）社会参加の促進のための配慮

基本的考え方 高齢者は豊かな知識・経験・技能をもった人生の先輩であり，社会の主要な構成員であるという共通認識の下に，高齢者に対する温かい理解と認識をもって，その社会参加を積極的に受け入れるようなきめ細かな配慮が必要である。

指 針

多様な社会参加のためのグループの育成と ふさわしい事業の推進

高齢者はとかく家にとじ込もりがちであり，このことが高齢者の精神的孤立感を深めたり，身体的機能を弱めることとなる。したがって，同世代あるいは，他世代とのふれあいを深めながら，地域連帯感の醸成や生きがいの高揚につながるような社会参加を促進するためには，何よりもグループづくりに配慮しなければならない。

（ア）地域高齢者の自主的団体である老人クラブの 充実

少人数の老人クラブについては，他クラブとの合併や未加入者の加入促進を図り，有効な活動ができる適正な規模になるよう努めること。

クラブ指導者を対象として，リーダー養成や能力の再開発のため，老人福祉大学の学習内容の充実強化等を図るとともに，高齢者の多様なニーズに対応できるような魅力ある老人クラブへ脱皮を図ること。

活動内容の例：

奉仕活動

- ・ひとりぐらし老人等への友愛訪問（家事サービス，身の回りの世話）

- ・施設訪問（雑巾，おしめの寄贈，サービスの提供），道路・公園・河川・寺社等の清掃・除草及び花づくり

- ・交通安全運動（通学路における児童の交通安全を図る）

- ・共同募金，寄付集め等への協力

- ・郷土芸能等の伝承及び地域児童の健全育成

生産・創作活動

- ・野菜，花き，薬草等の生産活動

- ・陶芸，木彫，木工等の創作活動

趣味・教養・体力増進活動等

- ・子供会，学校，青年団，婦人会など若い世代との交流

- ・他の老人クラブとの交流

- ・運動会，盆おどり，祭礼など地域活動への参加

- ・俳句，川柳，絵画，書道，将棋，囲碁などの趣味活動

- ・高齢者学級，老人福祉大学等へのグループとしての参加

- ・ゲートボール，クロッケー等を通じての体力づくり，病いにかからぬ運動

その他

- ・クラブの名称に対する配慮

- ・未加入者の調査とその解消策の検討

- ・会報の発行等効果的な広報活動

- ・地域の特性を生かした老人クラブ活動の検討

（イ）多世代交流を基本としたグループづくりと地 域の特色を生かしたユニークな事業の実施

地域の高齢者のみならず，心身障害者，婦人，児童，一般壮年，青少年等が相互に交流を図りながら身近な施設を利用し，農林生産物の加工や伝統工芸・芸能の伝承，趣味創作活動，研修会をはじめ，地域での特色を生かしたユニークな事業を継続的に行うことができるような効果的な事業を実施すること。

（ウ）各種社会参加促進事業に係る現行制度の積極 的活用

高齢者が同世代あるいは他世代とのふれあいの中で，地域における各種社会参加活動を行うことを促進する事業としての「地域福祉対策メニュー事

業」を一層効果的に推進すること。

例：三世代交流事業，教養趣味講座の開催，園芸活動育成事業，体力づくり促進事業，保養促進事業，地域共同作業等促進事業
高齢者の生きがいを高揚し，各種創作活動を促進する事業としての「生きがいと創造の事業」を積極的に推進すること。

農山村における高齢者の生きがいの高揚と社会参加活動を促進するための事業を積極的に推進する必要があること。

例：・農村高齢者役割向上対策事業

- ・農山村高齢者メニュー事業
- ・高齢者等肉用牛飼育事業

高齢者の能力活用場の提供と役割の創出

(ア) 高齢者の能力活用場の提供

すぐれた能力や技能を持つ高齢者を登録し，その活用を図る事業としてのふれあいリーダーバンク事業や，ボランティアの登録事業を一層充実強化すること。

例：・知識・技能を有する高齢者を発掘する。

- ・シルバーヘルパー，観光案内の追加など登録内容を充実する。
- ・婦人会，子供会，老人クラブ，公民館などにおける講師・指導者として活用，学校教育の場における活用等，派遣の斡旋や指導機会を開発する。
- ・高齢者学級・老人福祉大学等の開催回数の増加，カリキュラムの内容充実など，登録された高齢者の研修の機会を充実する。
- ・制度を効果的にPRする。

高齢者が能力を活用できるようなモデル事業の実施を検討すること。

例：・「お年寄りのちえ集」を発行する。

- ・「お年寄り手づくり作品展」を開催する。

(イ) 高齢者の役割の創出のための配慮

地域社会，コミュニティが積極的に高齢者の役割づくりを進めること。

高齢者が果せる役割の例：

- ・町内会，自治会，婦人会，同好組織，商工会などの世話役
- ・子供会の指導者，青年団の相談役
- ・町内会等の行事，催し物の開催の際の世話役

(運動会，盆おどり，祭礼，文化祭，子供会行事等)

行政としても民生・児童委員，愛育委員，栄養委員，保護司，各種委員会・審議会委員など，積極的に高齢者の役割を創出するのが望ましいこと。

(ウ) 高齢者の社会参加に係る種々の情報の総合的かつ体系的な提供

高齢者からの照会にもとづき，身近なところの最新の情報を提供できるような「テレフォンスervisセンター」の設置を検討すること。

必要に応じ，コミュニティ伝言板，タウン情報誌の作成も望ましいこと。また，積極的に広報誌等を活用し，情報を提供すること。

高齢者の地域活動拠点の整備

社会参加を積極的に促進するためには，利用しやすい施設が身近なところに整備されていなければならないので，利用しやすいことや適正な配置を基本に整備に努めること。

なお，既に多くの公的施設（老人福祉センター，老人憩の家，コミュニティセンター，公民館，地域共同作業所，農山村開発センターなど）が配置されていることに鑑み，重複投資は極力避け，効率的な整備に配慮するのも必要であること。

必要に応じ，保育園，学校等の地域開放，民間施設の活用を推進すること。

施設整備にあたっては，世代間交流の場や地域活動の拠点となるよう，特に利用面にも配慮すること。

〔まちづくりの「高齢者利用施設における配慮」の項を参照〕

基本的考え方 高齢者がその知識・経験・技能を有効に生かし，可能な限り働けるような条件整備が極めて重要である。

このことが，高齢者の生きがいの高揚，高齢者世代の役割の発揮にも通ずることである。

しかしながら，加齢に伴う健康の問題，体力・柔軟性・敏捷性の減退など労働効率の問題，賃金等処遇の問題，福利厚生の問題もあるので，高齢者の特性をふまえたうえで，就労を容易にするための諸条件の改善を図らなければならない。

指 針

高齢者雇用の場の拡大

高齢者を比較的多く雇用している企業・事業所の雇用及び就業の実態を把握し、それに基づいて、雇用ガイドを作成し、雇用の維持・拡大のためのガイドラインやメニューを各企業・事業所に示すのが望ましいこと。

ガイドラインやメニューの内容例：

- ・年功給から職務・職能給への移行など賃金の改善
- ・従業員の能力開発・研修の充実のための長期的計画の樹立
- ・新規雇用及び配置転換のための労働条件の整備
- ・高齢者にふさわしい専門職化・職能資格制度の導入
- ・短時間就業・任意就業への移行などのワークシェアリングの導入
- ・退職予定者の再就職のあっ旋の推進方策
- ・機械の自動化など職場環境の改善
- ・職務内容の見直し、高齢者向け職種の開発などジョブ・リデザイン
- ・健康管理体制の整備
- ・安全衛生管理の充実方策

高齢者雇用のための受け皿としての高齢者専門会社等の設置の検討も望ましいこと。

企業における退職後の再雇用の推進

高齢者は、健康や能力の点さらに就業指向などにおいて、それぞれの個人差があるので短時間就業機会の設定とそれに見合った雇用、個々のニーズに対応した再雇用のあり方を検討し推進すること。

また、必要に応じ、模範的な事業所や職業訓練校等の技能修得訓練の状況なども見学し、これを参考として再雇用のためのふさわしい職種・職場の検討を行うのも必要であること。

高齢者に対する生涯職業訓練の実施、高齢者向け職業訓練等、職業講習の開講及び技能修得訓練の機会の提供が望ましいこと。

退職予定者については、企業において可能なかぎりそれぞれ個別の求人開拓を行うのが望ましいこと。

高齢者自身の再就職のための自助努力と配慮事項

若い時代から各種技能・資格の修得や通信制職業講習の受講など、職業能力開発のための自助努力を行うのが望ましいこと。

再就職に備えて、平素から心身の健康保持、必要な知識や技能の自己研さんに努めること。

高齢者にふさわしい職種選定と働きやすい職場環境の整備

高齢者にふさわしい職種としては、次のものが望ましいこと。

例：・一般企業向け

- 一つ一つの作業は、軽作業、雑務に近いものであっても、相互の組み立て、選択に総合的な知識と経験を必要とするような一連の作業、ベテランの味が発揮できるものが望ましい。
- ・環境の維持、保守、営繕
- ・管理、監視
- ・家事、各種サービス（建具・表具の修理、塗装、植木、造園、庭木の剪定、大工仕事など）
- ・過去の職業経験、特殊な技能、資格を活用できるもの（社会保険労務士、税理士、補習教室講師、経理事務、決算事務、経営指導、翻訳、古文書の整理、郷土史の編さん）
- ・その他短時間就労の方が都合がよいもの
都市部自営業種

ほとんどあらゆる自営業は、高年齢になっても同一の職種を維持できる最も幸福な就業者層といえる。家族である高齢者にできるかぎり役割分担を担ってもらうことが望ましい。

農山村部

肉用牛の飼育、日本鶏の飼育、養豚、ふるさと特産品、桐・漆・野菜・花き・薬草づくり、陶芸、木彫、木工等、いずれも労働集約型少量生産で付加価値の高いものが最も適している。特産品開発として、観光レクリエーションの目玉として、ヒット商品化する可能性も高く、生きがいにつながりやすい。

高齢者が働きやすいようにきめ細かな職場環境の整備が必要であること。

例：・立作業から座作業への変更や作業台や支持具の高さ調整など、作業姿勢を改善する。

- ・必要に応じ支持具や油圧（水圧）装置の使用による作業負担の軽減、ベルトコンベアや視野の大きいプリズムレンズの使用、場合によっ

ては遠隔操作あるいはプロジェクター使用による数人による判断業務の遂行などを取り入れた作業方法の改善、及びテープレコーダー使用による作業手順、操作の分かりやすい指示などを行うことが望ましい。

- ・チラツキを防ぐための間接照明、すべりにくいような床の整備、作業場レイアウトの改善や、清浄な空気のための換気への配慮等、作業環境の整備が望ましい。
- ・必要に応じ、高齢者にあわせた作業速度の調整や職場ローテーションを行うことによって、単調感及び疎外感の排除への配慮も必要である。

(3) 余暇活動の充実

基本的考え方 長い老後を有意義に過ごすためには、余暇時間の増大傾向の中で、生きがいや人間的なふれあいに通ずる余暇の有効活用が重要なことである。

指 針

ニーズにあわせた多様な余暇活動の促進

(ア) 余暇活動の機会と場の提供

余暇活動の場所や施設の整備が必要であること。

例：・自然の中での遊休地・休耕田・寺社の活用も含めた場を提供する。

- ・身近な場所での高齢者利用施設の適正な整備や既存施設・遊休施設の有効な活用を図る。

高齢者相互の学習や社会奉仕活動の促進など、適切な余暇活動の推進のための指導者の養成も必要であること。

余暇の有意義な活用についての効果的な啓発を行うこと。

(イ) 余暇活動の際の配慮すべき事項

身体を動かすとともに創作活動などの創造的な活動が望ましいこと。

インドアの余暇活動からできるかぎり自然や地域社会の中などアウトドア的余暇活動へ転換すること。

施行など身体的・精神的バランスを考えた余暇活動にも努めること。

同世代や他世代とのふれあいの中での余暇活動が望ましいこと。

若いうちから趣味をもつように努めること。

余暇活動は量よりもむしろ質に重きを置き、あまり経済的な負担にならないよう、また疲れないように心掛けること。

生涯学習の参加など社会学習を習慣づけること。

(ウ) その他配慮する事項

博物館、美術館、図書館、視聴覚ライブラリーにおいては、高齢者がなじみやすいニーズにそった図書等を整備するのが望ましいこと。

大学の公開講座では、バラエティーに富んだ一般教養講座や同一テーマ・同一講師による専門講座の開設などが必要であること。

老人福祉大学や高齢者学級においては、歴史・文学・美術などの知識の修得、医療・保健衛生・消費生活・家庭教育など個人生活に関する情報、奉仕活動などコミュニティ・ボランティアの活動指

針、職業に関する情報、余暇の快適な過ごし方やスケジュールのたて方等多様なプログラムを設定すること。

高齢者のスポーツの振興

(ア) スポーツ活動の場の設定と指導者の育成
ゲートボール大会・クローケー大会・オリエンテーリング・運動会・体力テスト会・健康まつりの開催など、高齢者向けのスポーツ大会を開催するのが望ましいこと。

学校運動場・遊休地・休耕田の活用やコミュニティ広場を整備促進すること。

スポーツ用具の整備充実や改良研究も必要であること。

高齢者スポーツ養成講座の開催及び高齢者にふさわしいスポーツプログラムの作成を検討すること。

(イ) 高齢者向けスポーツの研究開発

既に普及しているスポーツ（バスケット、ピンポン、ゴルフ、ボーリング、輪投げなど）を高齢者向けに改良することを検討すること。

高齢者にふさわしいラジオ体操などシルバー体操の創作及び普及、民謡・フォークダンスの普及も必要であること。

ワンバウンドバレー、バウンドテニス、グラウンドゴルフ、ビーチバレーボール等新しいスポーツの開発を検討すること。

地域文化創造への貢献

基本的考え方 ゆとりとやすらぎのある豊かな老後

を過ごすためには、高齢者自身が文化の香り高い地域社会の創造の一翼を担っていくことが必要である。このことを通じて高齢者世代がリードする、いわば「シルバー文化」ともいべき地域文化の高揚が図られるものであると考えられる。

指 針

地域産業文化への貢献

シルバーファッション、シルバー福祉・医療機器の開発、老人医学・心理学などの研究及び研究グループの育成・指導を通じて、新しいシルバー産業の開拓に貢献すること。

高齢者が、身近な施設（公民館、コミュニティセンター、老人福祉センター、老人憩の家、地域共同作業所、生活改善センター、養護学校等）を利用し、みそ・しょう油・漬物づくりをはじめ、地域の特産物の生産や伝統的手工芸品の製作等を若い世代と共同で実施することにより、高齢者が長年にわたって培ってきた豊かな知識と技能を若い世代に伝え、併せて地域産業を振興するような高齢者の授産的事業を実施するのも必要であること。特に高齢化が進んでいる過疎地においては、若者の定着対象として高齢者自身、高付加価値企業などふさわしい企業誘致の研究や積極的な誘致に努めるのも望ましいこと。

学習成果の地域還元

（ア）地域の問題解決への積極的取り組み
地域特産品の掘りおこしや高齢者手づくり店、高齢者ミニギャラリー、老人農園等の開発など積極的な文化活動を行うこと。

豊かな経験や知識を生かし積極的に地域問題アドバイザーとしての取り組みも望ましいこと。

（イ）児童・青少年健全育成をかねた文化活動の促進

児童や青少年を対象とし、野外広場での読書会の開催や竹とんぼ・こま・たこづくりの伝承、遊びのための手づくり教室の開催を行うのも必要であること。

開墾、種まき、取り入れ、会食までの一貫した共同生活など、児童・青少年と一緒に農園づくりを行うのも望ましいこと。

高齢者自身が、児童・青少年のための広場として、文芸の小路・掲示板の設置、地域の彫刻公園・植

物園・自然博物館づくり、野鳥の森づくりなどを行うのも望ましいこと。

かぎっ子児童のための学習塾の開催も検討すること。

消えいく地域文化の保存と伝承への貢献

地域の特色ある伝統行事や優れた風習、慣習、由緒ある建物等を保存し伝承することを通じて、明るく豊かな地域づくりに積極的に努めるのが必要であること。

- 例：・由緒ある建物・屋敷・地名・坂名や愛称道路を保存する。
- ・由緒ある自然や植物・古木などを保存する。
 - ・方言、古語、童話、民話、民謡、ふるさと歳時記、ふるさと天気予報を保存する。
 - ・地域の生活慣習・風俗に関するものを、ふるさと風俗資料館などに展示することによって保存する。
 - ・昔の遊び、七夕、盆踊り、ふるさとまつりを継承する。
 - ・伝統工芸・芸能を伝承する。
 - ・まち・むら・農山漁家のすぐれた生活技術、牛・馬などに関する伝統行事、わら・竹・がま細工等を継承する。

5 社会意識

高齢者が長い老後を有意義に過ごすためには、各人が老後に備えて若年期から生涯設計を確立し、それに基づく積極的な自助努力を行うことが何よりも必要であるが、これと併せ高齢者に対する温かい理解と認識や心温まる人間的なふれあいなど、高齢化社会にふさわしい社会意識が醸成されなければならぬ。

（1）高齢化社会にふさわしいライフプランの確立

基本的考え方 平均寿命の伸びにより、人生80年時代が到来しており、また、子育て終了後のライフステージも大幅に伸びている。

したがって、人生の3分の1にも当たる長い老後を有意義に過ごすためには、豊かで生きがいのある老後のための人生80年ライフサイクルにふさわしい生涯設計を確立し、一貫した自助努力を行っていくこ

とが極めて重要である。

指 針

生涯設計の主な内容

(ア) すこやかな老後を迎えるための若い時代からの健康づくり

自分の健康は自分で守るという基本的考え方に立って、食事・運動・休養のバランスを考え、心の健康にも留意し、積極的に健康の維持増進に努めること。

加齢に伴う身体的機能低下と自分の健康状態を正しく理解したうえで、適切な医療を受けるように努めること。

〔3の地域福祉，保健・医療の「保健・医療」の項参照〕

(イ) 老後に備えた財産設計

老後に備えた有利な貯蓄を検討し実行すること。

- 例：・子供の教育，住宅，老後に備えての長期的な貯蓄（期間3年以上のもの）
 ・家族旅行や高額商品の購入に備えての中期的な貯蓄（期間3年未満のもの）
 ・財布代わりの短期的な貯蓄

老後の生活安定のために年金に加入すること。（公的年金には必ず加入するように努めるとともに、必要に応じ、保険会社・銀行等の個人年金制度の活用も検討する。）

例：・公的年金

- 国民年金，厚生年金，船員保険，国家公務員共済組合，地方公務員共済組合，公共企業体職員等共済組合，私立学校教職員共済組合，農林漁業団体職員共済組合の年金
 ・個人年金

銀行等の財形年金，保険会社等の満期年金
 万一の災害時に備えて各種保険に加入すること。

例：・火災保険の加入，交通事故や入院・療養の際に一定の給付特約がある各種保険への加入，公的な医療保険への加入など。

老後の安定的収入を確保するための再就職へ備えて各種技能・資格等の修得に努めること。

例：・経験や既に修得した技能をもとに手軽に確保できるような資格については，できるかぎり修得する。（例：簿記会計，司法書士，行政書士，自動車整備技術などの資格修得）

・将来，職業的に生かせるような趣味・創作活動については，研さんに努める。（例：デザイン，レタリング，書道，ペン習字，園芸，語学，日曜大工，調理技術，陶芸）

・定年前能力再開発講座，各種通信教育講座を受講する。

・年をとっても働けるように，日常生活において若々しい心身の健康保持に努める。

(ウ) 老後の社会参加をより容易にするための知識等の修得及び能力の開発

各種社会教育講座に積極的に参加し，教養の高揚に努めること。

豊富な趣味・特技等を若いうちから身につけるように努めること。

若い時代から地域でのボランティア活動やコミュニティ活動に参加し，地域にとけ込むよう心掛けること。

(エ) 多世代同居のための家族設計や住宅計画
 子供の成長とその経済能力を考慮し，円満な多世代同居が可能となるような家族設計を確立すること。

多世代同居について平素から共通理解を得るように心掛けること。

多世代同居を前提としたゆとりのある住宅設計と若い時代からの住宅建設への取り組みを行うこと。

（仕上げをしていない躯体をもとに購入者がライフスタイルにあわせて居室を仕上げていくようなスケルトン売りの住宅なども考えられる。）

やむを得ず別居する場合には近隣地域に居住するような配慮もすること。

年代別の生涯設計の配慮事項

すこやかなゆとりのある老後を過ごすためには若い世代からの自助努力が不可欠である。特に40代以降は経済面，仕事面，余暇面，健康面で老後に備えての様々な取り組みが必要であること。

生涯設計確立のための支援

人生80年ライフサイクルにふさわしい生涯設計モデルを示し，啓発を図ること。

年金の充実（公的年金の充実のほか企業年金の拡充など）を図ること。

企業において定年退職予定者に対する適切な指導助言を行うこと。

生活設計にかかる情報の提供及び相談指導を行う

こと。

（国民年金の効果的な広報及び年金相談，住宅建設に関する優遇措置等の情報，高齢者の就労窓口における効果的な相談指導，高齢者能力活用事業の効果的な広報，健康教育等開催の適切な情報な

40代からの年代別の主な留意点

	40代	50代	60代	70代以上
経済面	住宅の確保への取り組み	老後の為の貯蓄計画	年金等を軸とした生活への切り替え	年金等を軸とした生活，家庭円満
仕事面	働き過ぎぬよう気を付ける	できる限り仕事を続ける	身体の状態にあった仕事をする	社会還元
余暇面	技能技術の修得	←→	社会参加	
	教養の研さん	←→	趣味活動に積極的に取り組む	自己啓発
健康面	肥満防止 健康診断	健康診断 徹底治療	←→	疲労注意

ど）

（2）県民一体となった取り組みへの気運の醸成

基本的考え方 高齢者問題は現在の高齢者のみの問題ではなく，やがて高齢者となる青年・壮年層をも含めた県民共通の課題である。

そして，各人がそれぞれの立場に応じた役割分担と相互支援が極めて重要であるという認識が何よりも必要である。

指 針

高齢者問題に関する一体的取り組みへの啓発

（ア）多様な啓発機会の設定

初等教育から高等教育に至るまで授業や講義の中で一貫した啓発を行うこと。（副読本や教材を作成し，道徳の時間，ゆとりの時間をはじめ，サークル活動あるいは社会科の授業の中で積極的に取り組むことなど）

生涯教育において講座を設定すること（青年学級・

教室，婦人学級，成人大学講座，高齢者教室，老人福祉大学などにおいて必要な講座を設けることなど）

一般県民への啓発を図ること。

例：・マスメディアによる効果的な広報を行う。

（老人福祉週間などの機会を有効に活用する。）

- ・標語・ポスター募集を通じて啓発を行う。
- ・高齢化問題パネル展やシンポジウムを開催する。
- ・望ましい高齢化社会の創造に関する論文募集や弁論大会を開催する。

（イ）啓発内容

高齢化社会の問題点

高齢化社会の課題

明るく活力のある高齢化社会の創造のための基本的方向（自助努力と社会連帯等）

高齢者・家庭・地域社会・企業等の適切な役割分担

人生80年ライフサイクルにふさわしい生涯設計の確立

高齢者は豊かな知識・経験・技能を持っており，明るく活力のある地域社会創造のための重要かつ主要な構成員であるという理解と認識

高等教育機関における高齢者問題に関する総合的な研究

高等教育機関において，高齢化問題についての研究が行われるような体制づくりに努めること。

研究内容は，高齢化社会の問題点や課題及び適切な方策はもとより，高齢者の特性をふまえた健康づくりの実践策，痴呆性老人・ねたきり老人の心理と効果的な予防及び治療策，高齢者の円満な人間関係の形成の仕方等々とし，研究及びその発表を通じて高齢者問題を広く啓発するようなものが望ましいこと。

（3）敬愛精神の醸成

基本的考え方 高齢者はとかく孤立する傾向にあり，精神的な面の充足も極めて重要なことである。

このためには，高齢者自身尊敬され愛されるような自己啓発や努力が必要であるが，これと併せ，高齢者を支える精神的条件整備として，高齢者に対する他世代の温かい理解と認識や，高齢者の豊かな生活体験等を学びとっていくという謙虚な気持など，

広く高齢者を敬愛する社会意識を醸成していくことが必要である。

指 針

高齢者に対する温かい理解と認識

高齢者に対する意識及び発想の転換を行うこと。

(高齢者は身体的な機能低下はあるものの、知的・情操的能力や豊かな経験・技能の面で優れているという長所に着目し、人生の苦難を乗り越えてきた先輩として敬愛すること。)

明るく活力のある高齢化社会の創造のためには、高齢者は重要かつ主要な社会の構成員であるという共通認識をもつこと。

高齢者はこれまで「高齢者即社会的に弱い立場の人、援助が必要な人」という画一的で消極的な考え方が一般的であるが、人生80年ライフサイクルのワンステージとして、より円熟した世代としてとらえるような発想の転換も必要であること。

ねたきり・痴呆性老人等真に援助を必要とする者に対して、自らの問題として気軽に支援の手を差しのべるよう心掛けること。

高齢者に対しては気軽に声を掛けるなど心温まるふれあいを行うように心掛けること。

生涯教育の確立と敬老精神の高揚

学校教育において初等教育から高等教育にいたるそれぞれの過程で、高齢化社会について、県民ひ

とりひとりが果たすべき役割等の教育・啓発が行われるよう配慮すること。

(例：高齢化社会への対応に関する副読本を作成し教材とする。)

社会教育において各世代が高齢者問題について学習できるような内容の充実を図ること。

敬老精神の高揚のため、学校教育・社会教育での教育とマスメディアによる効果的な広報活動などを行うこと。

高齢者を温かく受け入れる地域社会づくり
家庭・地域社会・企業・行政等あらゆる面において高齢者が活躍できる場の創造と、心よく受け入れることができる体制づくりに努めること。

高齢者のそれぞれの個人差とその能力に着目し、その長所を生かす方向で役割の創出に真剣な努力を行うこと。

高齢者の短所については、愛と奉仕の精神で他世代がこれを補うような温かい配慮に留意すること。

高齢者の社会参加を積極的に促進するために、家庭にとじ込もりがちな場合には、気軽に声を掛け合い、アウトドアへと生活範囲を広げるためのきめ細かな配慮にも気配りをする。

高齢者に対する連絡・お知らせなどは気長にゆっくりと分りやすく説明し、理解が得られるような努力と併せ、書類による通知の場合は、活字を大きくしたり外国語は使わないように配慮すること。