

【いきいき百歳体操の活動とサポーター不足解消に向けて】

I：平成14年に高知市で始まった「いきいき百歳体操」は、現在、全国で1100ヶ所になりました。高知県で570ヶ所、高知市では270ヶ所で実施されております。1年に1回、今年も10月7日に県民体育館で大交流大会をやります。この平成16年からの大交流大会は、「いきいき百歳体操」を啓蒙し、参加者を増やそうという目的で始まったのですが、前々年の実績で1000名の参加をいただきました。1000名の高齢者が一堂に会して体操する姿というのは壮観です。是非、知事もおいでいただけるとありがたいです。よろしくお願いいたします。

また、ここまで広がった百歳体操ですが、いろんな課題も出てきました。サポーター養成という取り組みを高知市がやっていて、その卒業生が約600人ほどですが、現在、活動しているのがその40%ぐらいで、サポーター不足に頭を痛めているところです。現場の運営は地域のボランティアサポーターで行っており、そのため一人でその場所を担当しているサポーターさんなどは、かなりの努力をして、その会場維持に努めております。高知市の場合、270ヶ所の場所を見てくださっている保健師さん、行政の方は、たった14人しかいません。そういう中で、サポーターさんの努力が「いきいき百歳体操」をここまで広げていったと思います。

また、会場は地域によって随分格差があります。個人のガレージで5人ぐらいでラジオを聞きながらやっているところがある一方で、地域の支援センターなどの施設では50人ぐらいでやっているところもあり、大きいスライドで冷暖房が効いて、そこへ来るための保険もつけているといった格差が、非常に大きいところに問題があります。

私どもは実行委員の中から有志が集まり、この度、応援団というNPOを立ち上げ、県のほうに申請をしております。高知市だけではなく、広く県内にある百歳体操のサポーターの横のつながりを作り、もっとサポーターに元気になってもらう。サポーターが元気になることで、会場が元気になり、ひいては、高齢者の方が元気になる。そういう流れを作りたいと思います。

これは可能かどうかわかりませんが、東京都の稲城市は、ボランティアを何回したかによってポイントをつけ、それにより介護保険を安くするという制度を作っております。それから茨城県では、お医者さんと提携し、サポーター自身を研修させて試験を受けてもらい、1級、2級といったランクを付けていく制度を作っているんです。

これからのボランティアは、心だけのボランティアでやっていくというのは非常に難しいのではないかと思います。サポーターさんのモチベーションを上げ、努力を認めるというやり方が有効なのではないかと思います。これからどんどん高齢化していきますと、若い方にも参加していただく必要があります。こういったボランティアに対するお礼とか認め方とかというのは、今後大事なことではないかなと考えております。

話は変わりますが、高知県では、介護予防手帳を作ってくださいました。これは非常にわかりやすく、皆さんに説明しやすいということで、こういうものがあると非常にありが

たいです。今後、百歳体操の会場にどんどん広げていきたいと思っています。

今後は、サポーターさんをより元気にすることで百歳体操をより広げ、高齢者を元気にする活動をしていきたいと考えております。

知事： 確かにサポーター養成に力を注がないといけないと思います。「いきいき百歳体操」のサポーターさん、さらにはほかのいろんな体操がありますが、そういう活動を担っていただいているサポーターさんをもっと養成し、モチベーションアップの手段をいろいろ考えるべきということですね。

稲城市のような制度もやろうと思えばできなくはないようですが、市町村として受け入れるところと、諸事情で大変というところもあると思います。ただ、県でやっている認定制度は、それとは別にできますので、モチベーションを上げるような制度導入を我々も勉強させていただきたいと思います。今後、会場ができてくれば、例えば介護予防手帳の普及もできる。そういった取り組みも含め、いろいろと考えさせてもらいたいと思います。

それから、10月7日の大交流大会には行かせていただきます。