

ひかり協会会報

ふれあい

発行

公益財団法人 **ひかり協会**
 ☎530-0022 大阪市北区浪花町13-38
 千代田ビル北館2F
 ☎代表06(6371)5304
 URL <http://www.hikari-k.or.jp>
 発行責任者 理事長 前野 直道
 編集責任者 常務理事 塩田 隆

ひかり協会と私

たの
楽しみを探して
 さが
長生きします

(東京) 黒笹 秀泰

第184号の記事

2023年度事業計画・予算のお知らせ	3
全国担当係長会議の報告	4
新・健康づくりVIII(最終回)	5
守る会からのお知らせ	
「終生にわたる事業と運営・体制の 構想」に係る守る会の提言(その1)	6・7
「三者会談」推進委員会の報告/西から東から	8

僕は香川県高松市で生まれました。母乳が足りなかつたからミルクを飲ませたそうです。でも全部吐くので、先生が「飲ませないほうが良い」と言ってくれて止めたと聞いています。

中学校を卒業した後は、板金工や配送とかの仕事をしつつ、太陽の会や協会の行事に積極的に参加して頑張りました。そんな中、太陽の会の総会で知り合つた豊子さんと結婚しました。

37歳で、以前から憧れていた大衆演劇の世界に飛び込みました。運転手や食事の準備など裏方がほとんどですが、時に舞台上に立つ

こともありました。「化粧をした顔は親方より奇麗だ」と言われたほどです。不況の影響で興行が減り辞めることになりましたが、今でもやりたいくらい楽しかつたです。これがきっかけで、東京での暮らしが始まりました。

40歳頃から、生活習慣病が悪くなり何度か入院もしました。一番苦労したのは食事です。掃除の仕事なので、体力も使うし、お腹も空きます。つい食べ過ぎてしまうこともしょっちゅうです。それでも、主治医や保健師さんたちは、諦めずに関わってくれました。僕

も豊子さんと一緒に栄養指導を受け、ジュースを水に変え、野菜を食べるようにしました。休みの日も、歩いたり体を動かしたりする努力をしました。良くなったり悪くなったりを繰り返して、時間はかかりましたが、ようやくここ数年は先生から褒められるようになりました。

のに迷子になったり、電気や炊飯器のスイッチが分からなくなったり、今までできていたことができなくなりました。仕事も続けられませんでした。初めは何が起こったのか分からず戸惑いました。ほとんど外に出なくなつたので、休日には日帰り旅行やハイキング、演歌のコンサート、協会の交流会等に連れ出し、楽しむ時間を作りました。最期には歩くこともできなくなり62歳で亡くなりました。

豊子さんと作品を披露

▲さをり織りを体験している黒笹さん

働きながらの介護は本当に大変で、何度も挫けそうになりましたが、職場や保健師さんたちの助けを借りて乗り切りました。どんな時も二人で頑張ってきたので、一人になつてしまい寂しいです。

今年の一月、夜中にトイレに起きた時、物につまずいて転び肋骨にヒビが入りました。歳を取ったとつくづく感じました。倒れるのが分かっていのに体は言うことをききません。今回はこのくらいで済んだけれど、自力で起き上がれなかつたら大変でした。このことがあって、「自分は何歳までこの家に住んでいるのかな。90歳の時は病院かな」など、先の事を考えました。役所の人に緊急連絡の方法や身元保証人のことを聞いてみようと思えます。また、貯金のことや荷物の後始末も決めておか

◀ クリスマス会にて ▼

ないといいけません。70歳過ぎたら、いっどうなるかわからないので、今のうちに考えて準備を始めます。

ケガの後も午前中だけ仕事をしています。70歳位までは働こうと思っています。その後は時間があるので、自炊をまた始める予定です。大好きな沖縄にももつと行

きたいです。年金生活になると回数は減るけれど、一番の楽しみです。そのために、健康管理をしっかりやり、足腰が弱ってきたので、水中ウォーキングでも始めようかと思えます。独り身が寂しくなる時もあります。独り身が、楽しみを探して、豊子さんの分まで長生きするつもりです。

事務所より

いつも元気で気さくな黒笹さん。面倒見がいいので皆から頼りにされています。豊子さんの介護はよくやり切りました。日々変化する姿に支援する周りも付いていけず、後追いでしたが一緒に頑張りましたね。ケガを契機に歳を取ったと実感しておられるようですが、沖縄旅行を続けるためにも体力作りに励んでほしいと思えます。

2023年度 事業計画・ 予算のお知らせ

ひかり協会は2021年度より、第三次10カ年計画（期間は2030年度まで）に基づき、被害者救済事業を実施しています。

2023年度は、「40歳以降の被害者救済事業のあり方」に基づき、「すべての被害者が健康の主体者として自主的健康管理の向上を図れるようにすること」（自主的健康管理の援助）と、「障害のある被害者の生活設計実現を援助すること」（生活設計実現の援助）という2つの重点事業の達成をめざす第三次10カ年計画の前期2年度の事業・運営に取り組みます。

自主的健康管理の援助

すべての被害者の自主的健康管理の取組では、ひかり協会検診事業を活用し、特定健康診査等の健診やがん検診の受診を促進します。

協会では、自主的健康管理の取組を促進させるため、守る会に協力を求め、全国で700名を超える被害者を救済事業協力員に委嘱し、「呼びかけ」活動などの連帯して健康を守る活動を推進します。

生活設計実現の援助

障害のある被害者の生活設計実現の取組では、介護保険制度に基づく事業や、成年後見制度、日常生活自立支援事業の活用促進を援助します。

また、障害者総合支援法や介護保険制度などの公的制度活用に伴う利用料負担を援助する後見・介護の事業を引き続き実施します。

障害症状の重度化に伴う「生活の場」の確保について、

では、厚生労働省発出の事務連絡「施設入所等の取組に対する協力について（依頼）」を活用して個別に対応するなど、行政協力を得て積極的に取り組めます。

知的・精神障害の対象者に対する生活習慣病対策や、肢体障害のある被害者への二次障害の予防・進行防止も重視して取り組みます。

これらの重点事業については、厚生労働省・守る会・

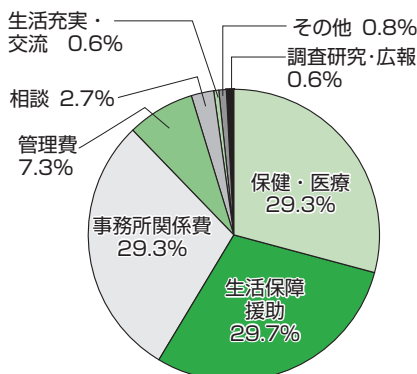
森永乳業とひかり協会による「三者会談」で、取組の促進を協議します。

「終生にわたる事業と運営・体制の構想(案)」

2023年度は、「終生にわたる事業と運営・体制の構想」に係る守る会の提言を踏まえた「構想(案)」を作成し、関係者の協力を得て検討を行います。

2023年度予算（支出）

予算項目	予算内容	予算額(万円)	割合(%)
相談	協力員・相談員の活動費用など	4,483	2.7
保健・医療	医療費・検診費など	49,980	29.3
生活の保障・援助	ひかり手当、後見・介護費など	50,548	29.7
生活充実・交流	生活充実助成金・交流会費など	1,076	0.6
調査研究・認定・広報	会報「ふれあい」の発行費用など	523	0.3
現地事務所関係費	現地の事務所室料・会議費・交通費・給料手当など	49,857	29.3
管理費	本部の事務所室料・会議費・交通費・報酬・給料など	12,486	7.3
その他	予備費など	1,349	0.8
合計		170,302	100.0



対策対象者名簿への 名前登録の取組

厚生労働省通知に基づき都道府県に提出している障害のある被害者の名簿に加え、障害のある被害者以外に提出し、市区町村にその写しが交付されています。

名簿の登録により、市区町村窓口での相談などを通じて、公的制度の活用促進が図れることとなります。

名簿登録を希望される方は、個人情報取扱いの同意書の提出が必要となりますので、最寄りの地区センター事務所連絡し、手続きを行ってください。

2022年度 森永ミルク中毒事件全国担当係長会議 (報告)

森永ミルク中毒事件全国担当係長会議が、2月にオンラインにより開催されました。この会議は、厚生労働省が全国の自治体の担当窓口課の担当者に向けて、事件とひかり協会が行う救済事業の概要、行政としての協力について周知するために開催されています。

まず、2月1日に限定公開のユーチューブで動画が配信されました。はじめに厚生労働省窓口課の成松課長から挨拶があり、その後、事件の概略と救済事業への協力について説明がありました。

続いて、ひかり協会から前野理事長による挨拶及び2021年度までの取組結果と行政協力を求める事項の説明を行いました。

次に被害者の高齢期の課題に対し、窓口課をはじめ行政が関係機関と連携し、取り組んだ事例が自治体から2件報告されました。

はじめは香川県の報告で、「呼びかけ」活動で聞き

取った被害者の状況から「支援を要するのではないか」と、協力員から協会に連絡があった事例です。ひかり協会は本人の意向を確認し、被害者が在住する市の保健師訪問の個別要請を県の窓口課に提出しました。

該当の市による対応件数が少ないことから、県の窓口課は、市と今後の対応を検討する場を設け、円滑に対応できるように取り組んだことが報告されました。

▲動画で会議に参加する前野理事長

次の大阪府堺市の報告は、市の職員が介護保険料の対応のために自宅訪問した際に、生活課題を抱えている被害者の状況を把握し、地域包括支援センターにつながる事例です。担当ケアマネジャーによる支援と同時に、ひかり協会にも相談の連絡が入り、大阪府を通じて市に個別要請を提出しました。

ケアマネジャーと保健師の連携、社会福祉協議会による経済面での支援、さらに成年後見制度活用などに

より、生活状況や健康面・経済面の改善を図ったことが報告されました。

また後日オンライン会議が実施され、84自治体が13グループに分かれ、窓口課の役割について討論が行われました。「高齢になると様々な課題を抱えることになるため、窓口課としては、課題を具体的に把握し、関係部局につなぐよう留意したい。ひかり協会・県・市町村の連携がより重要になる」など、意見が交わされました。

グループ討論の参加自治体

ブロック	自治体名
関東	青森県、岩手県、宮城県、秋田県、福島県、茨城県、栃木県、埼玉県、千葉県、神奈川県、山梨県
	秋田市、福島市、郡山市、水戸市、さいたま市、川越市、川口市、越谷市、千葉市、船橋市、柏市、横浜市、相模原市、横須賀市、藤沢市、茅ヶ崎市、文京区、江戸川区、大田区
東近畿	新潟県、富山県、石川県、福井県、長野県、岐阜県、静岡県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、奈良県
	岐阜市、静岡市、浜松市
西近畿	大阪府、兵庫県、和歌山県
	大阪市、堺市、豊中市、高槻市、枚方市、八尾市、寝屋川市、東大阪市、神戸市
東中国	鳥取県、島根県、岡山県
西中国	鳥取市、松江市、岡山市、倉敷市
	広島県、山口県
四国	広島市、呉市、福山市、下関市
	徳島県、香川県、愛媛県、高知県
九州	高松市、高知市
	福岡県、佐賀県、長崎県、熊本県、大分県、鹿児島県、沖縄県
計	長崎市
	42府県 39市 3特別区 (合計84自治体)



フレイル予防には運動とともに適切に栄養をとることが大切です。今回は「栄養」と「口の体操」についてお話します。高齢者の食生活は生活

環境や心身機能により影響を受けて、栄養摂取不足や偏りをきたしている可能性があります。低栄養の要因としては、消化機能の低下（咀嚼力の低下、唾液分泌減少）、摂食量低下（基礎代謝や身体活動量の低下）、孤食（簡単に済ませる、楽しくない）、体力低下（食事の準備がおっくう）、経済的問題（肉や魚、果物の買い控え）などがあります。

1. 「栄養は足りていますか？」食品チェック



毎日食べている食品をチェックして、栄養が適切に取れているか確認してください。合言葉は「さあにぎやか いただく」です。図1にある10の食品群のうち、昨日、食べたものを思い出してチェックしてください。7点以上が目標です。できれば、食品のチェックを1週間続けて、毎日7点以上となっているか確認してください。

図1 10の食品群（食生活の新しい目安，東京都健康長寿医療センター研究所健康長寿ガイドライン策定委員会委員会監修，社会保険出版社，2017）

2. 消化機能低下に効果のある「口の体操」

加齢とともに舌の機能や唾液の分泌量が低下すると、食塊を上手につくれなくなり、消化不良やむせ、誤嚥の原因となります。そこで、食事をおいしく食べるために「舌の運動」と「唾液腺のマッサージ」を紹介します。

(1) 舌の運動「パ・タ・カ・ラ」

くちびるをとじて「パ」、舌の先を上歯のうらにつけて「タ」、舌をひっこめながら「カ」、巻き舌で「ラ」、パ・タ・カ・ラと発声してください。「パ」は吸う力、「タ」は押しつぶす力、「カ」は呑み込む力がつきます。「ラ」は食べものをまるめるのに効果があります。

(2) 唾液腺のマッサージ

唾液の分泌は耳下腺、顎下腺、舌下腺の3か所で行われます。図2の要領でマッサージを行ってください。

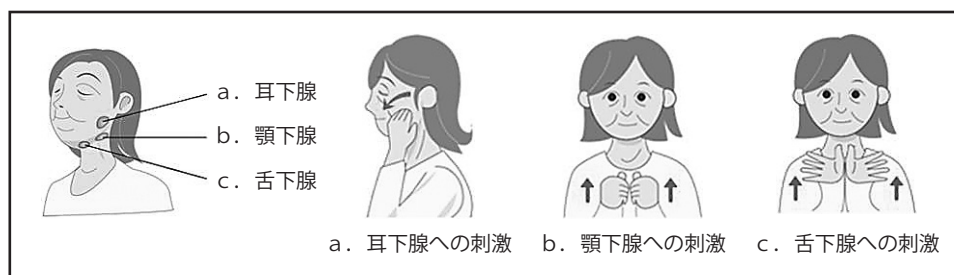


図2 唾液腺マッサージ

a. 耳下腺への刺激：人差し指から小指までの4本の指を頬にあて、上の奥歯あたりを後ろから前へ向かって回す（10回）

b. 顎下腺への刺激：親指を顎の骨の内側の柔らかい部分にあて、耳の下から顎の下まで5ヶ所くらいを順番に押す（各5回ずつ）

c. 舌下腺への刺激：両手の親指をそろえ、顎の真下から（各5回ずつ）手を突き上げるようにグーッと押す（10回）
（厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト e-ヘルスネット から引用）

守る会からのお知らせ

「終生にわたる事業と運営・体制の構想」に係る守る会の提言(その1)

会報「ふれあい」第182号でお知らせしたように、守る会では「終生にわたる事業と運営・体制の構想」に係る守る会の提言(以下、「提言」)の案を作成し、現在、各都府県本部での検討が進んでいます。その内容は、「将来的に「三者会談」をどうするのか、また救済事業の内容やそれを実施するひかり協会の運営・体制をどうするのか、そのための守る会の組織的協力をどうしていくのか」など、非常に重要なものとなっております。そのうち、「三者会談」やひかり協会への守る会の組織的協力の今後の展望について見ていきましょう。

1. 「三者会談」に対する守る会の組織的協力

「40歳以降の被害者救済

事業のあり方」の基本には、救済事業の基本的前提として「三者会談確認書にある全被害者の恒久的な救済の目的に向かって、厚生省・守る会・森永乳業が確約した各事項を、三者が確実に実行し、そのために三者会談を継続することが、協会事業の前提となる」としています。「三者会談」の継続とひかり協会の存続は救済事業にとって極めて重要なことであり、公害被害者救済の新しいパターンとしての「三者会談方式」と呼ばれる所以なのです。

必要最小限の組織的協力をすべきである」と提言しています。課題として、80歳を超えた後の組織的協力がありません。森永や国(厚生省)は次世代の人に引き継がれていきますが、守る会は被害者の代で終わることになっています。そうすると、被害者は今後さらに高齢になり心身の衰えが進み、会議等への参加が困難になります。会員数も減少し、「三者会談」への参加や協会運営への協力もできなくなる時が確実にやってきます。

そのため、「守る会会員が」おおむね健康寿命であるとして75歳頃までは、現行と同程度の組織的協力をすべきである。その後の76歳頃から80歳頃までは、救済事業が滞らないための

それでも障害のある被害者をはじめとする救済の必要な被害者がゼロになるわけはありません。森永事件の救済事業が「三者会談方式」によって行われていることから、救済事業を存

続させるためには、「三者会談」を続けることが必要です。三者会談確認書にも「(三者会談は)問題が全面的に解決するまで継続する」と明記されています。それらを踏まえて、「提言」では、「守る会の組織的協力の終了以降(81歳頃)」に、守る会が「三者会談」の構成団体から外れるが、「三者会談」等は厚生労働省・森永乳業・ひかり協会の三者によって継続された」と明記しているのです(図1参照)。

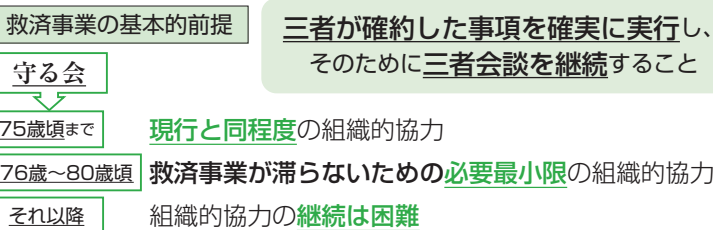
う気持ちを持っていました。その気持ちや願いに込め、被害者が一人でもいる限りひかり協会を存続させ、救済事業を継続することは、守る会としての強い要望です。提言では、「公益財団法人ひかり協会による救済事業は、問題が全面的に解決するまで継続されたい。厚生労働省と森永乳業の協力

2. ひかり協会の運営に対する組織的協力

ひかり協会を設立した親たちの願いは、「ひかり協会はいつまでも続いてほしい」というものでした。心身に障害のある被害者の親は、自分たちがいなくなってもひかり協会があれば安心できるとい

1. 「三者会談」に対する守る会の組織的協力

図1

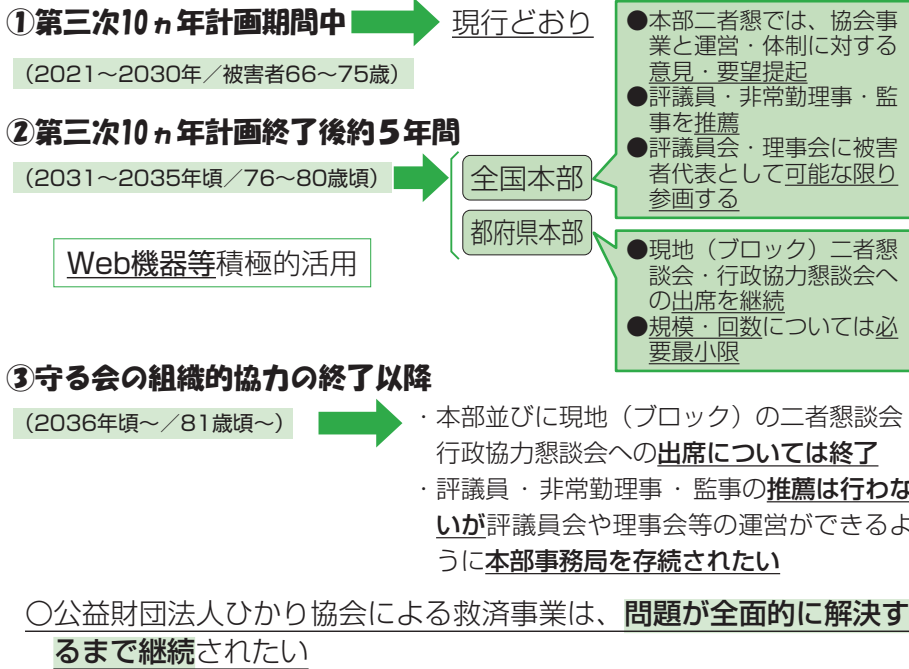


守る会が「三者会談」の構成団体から外れても、厚生労働省と森永乳業は、ひかり協会に対する協力を継続されたい

問題が全面的に解決するまで「三者会談」を継続、恒久救済を完遂させる

2. ひかり協会の運営に対する組織的協力

図2



を得ながら、被害者の実態や救済事業の達成状況などを考慮した救済事業を継続されたい」としています。

また、守る会の組織的協力の終了以降(81歳頃)については、「守る会から評議員・理事・監事の推薦は行わないが、公益財団法人ひかり協会として規模は

縮小しつつ運営されたい。公益財団法人による事業を継続し、評議員会や理事会等の運営ができるように本部事務局を存続されたい」と、被害者数の減少にに応じたひかり協会の規模の縮小や本部事務局への集約も、具体的に提言しています(図2参照)。

3. 将来的な救済事業とひかり協会の運営・体制に係る提言の基本的な考え方

3. 将来的な救済事業とひかり協会の運営・体制に係る提言の基本的な考え方

次に将来的な救済事業とひかり協会の運営・体制に係る提言について、その基本的な考え方を紹介します。

(1) 救済事業の終結に向けた事業と運営・体制

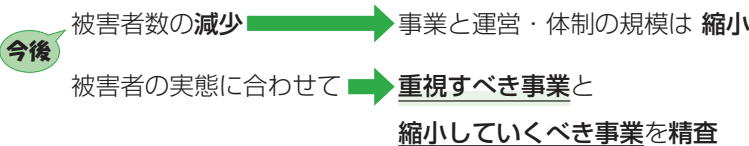
守る会には救済事業の終結までの道筋を示す責任があります。今後、被害者数は減少するため、それに伴い事業と運営・体制の規模を縮小していくことが必要です。第三次10ヵ年計画中は、基本的には現行の事業が継続するよう提言していますが、「今後の被害者の実態に合わせて、重視すべき事業と縮小していくべき事業を精査することが重要」というのが、ひとつ目の基本的な考え方です。

(2) 被害者の実態や課題に対応する事業と運営・体制

被害者は今後さらに高齢化が進み、健康状態や生活背景など個人差が大きくなっています。また、加齢に伴う身体機能や認知機能の低下により、外出が困難になるなど様々な制限も増加すると予想されます。「これらの被害者の実態や高齢期の課題に対して、適切に対応できる事業と運営・体制となるよう提言する」というのが2つ目の基本的な考え方です。

3. 将来的な救済事業とひかり協会の運営・体制に係る提言の基本的な考え方 図3

(1) 救済事業の終結に向けた救済事業と運営・体制



(2) 被害者の実態や課題に対応する救済事業と運営・体制

被害者の高齢化 { 健康状態や生活背景など課題やニーズの個人差が大きい
身体機能や認知機能の低下⇒外出が困難になる等制限の増加

これらの被害者の実態や高齢期の課題に対して、適切に対応できる事業と運営・体制となるよう提言

例えば、守る会が組織的協力として実施している二者懇談会・救済事業協力員活動をはじめ、現地交流会・健康懇談会・自主的グループ活動・ふれあい活動など、守る会として主体的に関わっている事業や、それらを実施するひかり協会の運営・体制については、「将来的な守る会活動に即した事業

本的な考え方です(図3参照)。

(3) 将来的な守る会活動を踏まえた事業と運営・体制

守る会は、自らの将来的な活動の展望を示しています。

その区切りは大きく3つの期間としており、それぞれの時期で異なる組織的協力をを行うとしています。

図4

(3) 将来的な守る会活動を踏まえた救済事業と運営・体制

- ① 第三次10ヵ年計画期間中 (2021年度~2030年度/66歳~75歳)
- ② 第三次10ヵ年計画終了後の5年間 (2031年~2035年頃/76歳~80歳頃)
- ③ 守る会の組織的協力終了以降 (2036年~2040年頃/81歳~85歳頃)

の3つの期間、それぞれの時期で異なる組織的協力

- 守る会の組織的協力…二者懇談会・救済事業協力員活動
- 守る会が主体的に関わっている事業…現地交流会・健康懇談会・自主的グループ活動・ふれあい活動 など

将来的な守る会活動に即した事業となるよう提言

- 協会の運営・体制 → 守る会の組織的協力の变化を踏まえるよう提言

となるよう提言する」とい
うのが3つ目の基本的な考
え方です(図4参照)。
ただ、守る会会員の高齢
化による心身の状況は、正
直言って予測が難しいのも
事実です。そこで、提言に
は「将来的な守る会活動は
必要に応じて再検討するた
め、ひかり協会の事業と運
営・体制についても適切な
時期に見直すなど、柔軟な
扱いとするよう提言する」

と追記しているのです。
これら3つの基本的な考
え方は、どれも当然のこと
であり、納得していただい
けるのではないでしょうか。
この「基本的な考え方」に
沿って作成した、将来にお
ける具体的な救済事業とひ
かり協会の運営・体制につ
いての提言を、次回8月号
でお知らせしたいと思います。

第184回

「三者会談」救済対策推進委員会

第三次10ヵ年計画に基づく行政協力の促進等を協議

3月3日に、厚生労働省・守る会・森永乳業・ひかり協会が集い、対面で重要課題について協議しました。

守る会からの要請

○社会保障審議会医療部会で検討されている「かかりつけ医機能報告制度」の概要及び今後の検討予定についての情報提供を要請
↓今後、医療と介護の複合ニーズを有することが多い高齢者の増加と生産年齢人口の急減が見込まれるなか、かかりつけ医機能が発揮される制度整備が必要。地域における必要なかかりつけ医機能を確保しつつ、

かかりつけ医機能に関する情報が国民に提供されるなかで、適切に医療機関を選択できることが重要。

ひかり協会からの要請

○「健康日本21(第二次)」最終評価において、成人の喫煙率の目標値達成が難しいとする課題のひとつに、「多くの喫煙をやめたい喫煙者を支援する保健医療のシステムの構築」を挙げている。早急にこのシステムを構築することを要望
↓健診や保健指導において、禁煙支援マニュアルに基づき、喫煙に関する保健指導を行い、必要に応じて医療機関での禁煙治療や健康サポート薬局につなげている。

○森永ミルク中毒事件全国担当係長会議の成果と課題について意見交流
↓動画やオンラインを活用した開催については一定の成果があった。グループ討論については、84自治体(昨年度59自治体)が参加し、協会からのオプザバー参加があったことで理解を深められた。

西から東から

▼目標をもって生き生きと生活されている様子は励みになります。私も自分のペースでなるべく心豊かに生活したいものです。(兵庫 S)

▼「ひかり協会と私」の記事は心に響き、真つ先に読んでいます。私よりかなりきびしい体調の方が多いですが、その懸命な努力に頭が下がります。(千葉 K)

▼会議の協議結果や制度の内容の説明、健康づくりの内容など、どれもとても参考になります。(香川 H)

▼食事の後に、歯間にたまります。歯ブラシを持ち歩いています。歯間ブラシも持って行こうかな…。(岡山 T)

▼週5でスポーツ少年活動のお手伝いをして、身体を動かすことは常にしており、このまま現状維持を目標に継続したいです。(島根 K)

▼健康について心がけていることは、「歩く!大声で笑う!人とよく話す!趣味を持つ!」(大阪 K)