

平成27年度 第8回（震災後第60回）  
陸前高田市保健医療福祉未来図会議 議事録

テーマ：「障がいから見る健康づくり」

日時：平成27年11月20日（金）13：30～15：30

場所：陸前高田市役所 4号棟第6会議室

参加：25名 28団体

資料：下記にアップ

<http://www.koshu-eisei.net/saigai/rikuzentakatakaigi.html>

## 1. 挨拶

菅野民生部長

市は、「ノーマライゼーションという言葉のいないまちづくり」を震災復興の一つの大きなテーマとして掲げている。障がい者を含めてみんな一緒であり、障がい者が別な枠ではないという思いがある。その意識が広がると、ノーマライゼーションという言葉のいないまちが見えてくると思う。今日は、「障がいから見る健康づくり」というテーマをぜひ皆さんで深めていただきたい。

## 2. 報告・協議内容

(1) 障がいについて

・陸前高田市 社会福祉課 保健師 蒲生恵美

(2) 障がい者福祉計画とノーマライゼーションという言葉のいないまちづくりアクションプランについて

・陸前高田市 社会福祉課 障がい福祉係長 佐々木賢也

(3) 健康増進計画の策定に向けて

・陸前高田市 健康推進課 課長補佐 尾形良一

(4) 健康とは

・陸前高田市地域包括ケアアドバイザー 岩室紳也

(5) グループディスカッション

障がい者とその家族の健康づくりを進めるためには

地域包括ケアアドバイザー 佐々木亮平氏：

熊本県蘇陽町の例から岩永先生は、一人一人が自分の目指すべき健康的生き方を持ち、それを実現していくことが大事なのではないか。それができるようにどうしたらいいのかとい

うことを、家族や地域や制度も含めて考えることが必要だ。自身の役割や生きがい、障がいがある・なしも含めて大事ではないかと話している。寝たきりになっても花見に行きたい。花見に行けるようなまちにしたいと考えたときに、どうしたらいいのか。未来図会議に來ている方がいろいろな立場で、寝たきりになっても気軽に花見に行けるまちを実現できる役割があると思う。初めに蒲生恵美さんから話しいただきたい。

## (1) 障がいについて

(陸前高田市 社会福祉課 保健師 蒲生恵美氏)

障がい手帳で扱っているものとして3種類の障がいがある。身体障がいの中には肢体不自由、視覚障がい、聴覚障がい、外から見てわかる器官の障がい。内部障がいは心臓、呼吸器、消化器、膀胱、肝臓、免疫機能などの障がいがある。

知的障がいは、手帳では養育手帳になるが、IQ判定を用いて障がいかどうかを判定している。続いて精神障がい。鬱病や統合失調症などを初めとした精神疾患と、脳卒中など脳血管疾患などの後遺症、高次脳機能障がい、発達障がいなどがある。

## 地域包括ケアアドバイザー 佐々木亮平氏：

難病を持ちながら高齢になる、小児難病を持ちながら医療が進んだことにより、長生きすることで生まれてくる生活のしづらさなど、仕事や生活の中で経験していることを含めて考えていただきたい。続いて、市としてどのように捉えているか。ノーマライゼーションという言葉の知らないまちづくりアクションプランのお話しいただきたい。

## (2) 障がい者福祉計画とノーマライゼーションという言葉の知らないまちづくり

### アクションプランについて

(陸前高田市 社会福祉課 障がい福祉係長 佐々木賢也氏)

陸前高田市では現在、健康増進計画を策定中だが、健康とは身体的、精神的、スピリチュアル的、社会的によりよい調和のとれた状態であり続けることで、疾病がない、虚弱ではないということではない状態であると以前にも話をした。ノーマライゼーションという言葉の知らないまちづくり、みんな平等に暮らせるというまちづくりを根幹の一つとして策定している。その中で、障がいがある方が調和のとれた状態で健康であり続けることを目標としているのが「障がい者福祉計画」。ノーマライゼーションという言葉の知らないまちづくりの具体的な施策の一部を挙げているものが「アクションプラン」である。

障がいに関する計画は「障がい者福祉計画」と「障がい福祉計画」の2つがあるが、この2つの中身は全く違う。障がい福祉計画は、障がい者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するために法律で規定されており、障がい福祉サービスの給付量やショートステイの利用時間、グループホームを何軒建て、何人入所するのか等の数値目標を記載するものである。

障がい者福祉計画は、障がいに関する施策を記載する計画と、施策目標を記載するものとなっており、作成している健康増進計画と密接に連携していく必要があるものである。ま

た、ノーマライゼーションという言葉のいらぬまちづくりの推進、新しい生活環境の構築と地域生活支援事業の推進、子ども・子育て支援施策と生涯学習の充実の障がい児部分、雇用と就労の充実と拡大、保健・医療サービスの充実がポイントとなる。

### (3) 健康増進計画の策定に向けて

(陸前高田市 健康推進課 課長補佐 尾形良一氏)

健康増進計画は、国・県・市が連携する計画づくりということで策定を進めているが、陸前高田市は陸前高田市の健康課題や健康目標がある。そこもきちんと盛り込んだ健康増進計画の策定を目指している。未来図会議でつくった「はまって、かだつて、つながつて～みんなで輝く陸前高田～」をキャッチフレーズにしつつ、最後はノーマライゼーションという言葉のいらぬまちづくりアクションプランという考え方に向かっていくイメージで策定を進めており、来月にはパブリックコメントをもらえるよう調整を図っている。皆様からさまざまな意見・提案を出していただき、参考にしたい。

### 地域包括ケアアドバイザー 佐々木亮平氏：

岩室先生から健康ということをお話しいただき、グループディスカッションにつなげたい。

### (4) 健康とは

(ヘルスプロモーション推進センター 岩室紳也氏)

健康日本 21 の第 2 次ではソーシャル・キャピタルの向上、地域のつながりを強化することが大事と言われている。では、障がいを抱えている方やその家族の地域とのつながりはどうか。ソーシャル・キャピタルで大事なことは、お互いの信頼関係、お互いさまという感覚、そしてネットワークがきちんとあるかどうかである。

絆は「きずな」の他に「ほだし」と読む。「ほだし」とは、手かせ、足かせ、迷惑、束縛、このつながりである。結びつきの「きずな」と「ほだし」の両方があって初めてお互いさまという感覚が生まれる。ソーシャル・キャピタルが醸成されたところでは、自殺率が減り、皆さんが健康だと自覚でき、総死亡率が減るということが証明されているが、それだけではなく、まちおこしにも防災にも防犯にも、子育てにも全部つながっている。

障がいを抱えていても、その人の健康づくりをちゃんと考えているという健康増進計画にしたいので、活発な議論をいただきたい。

### (5) グループディスカッション

障がい者とその家族の健康づくりを進めるためには

#### 1 グループ発表：

障がいって何だろうというところから始め、社会参加できないこと自体が障がいではないかということで、社会参加できない背景は何かということを話し合った。参加できない背景

の1つとして、外に出づらい気持ちが当事者にある。環境要因ということで、例えば足に障がいがあるのに、集会室は全部和室だから行けない、和式トイレが使いにくいなど配慮がされていない。そして障がい特性ということで、自己判断ができず参加できないということが出た。当事者ではない人からすると、声をかけにくいということも挙げた。

これらの背景から、どうしたら社会参加できそうかということ話し合い、まず情報の部分として、会場に行くスタッフの誰に聞いてもわかるように整えてほしい。情報が欲しいときに欲しいタイミングでもらえるようにしてほしい。そこに行けば楽しいことがあるということがわかるように情報発信をしてほしいと挙げた。

心のバリアフリーも含まれるが、年代・性別などいろいろな性格の人がいるため、理解すること、共有することが大切。小さいころから障がい者と触れ合う機会があると先入観がなくなる。単純に社会参加のチャンスをふやそうということで、お祭り・イベントが挙げた。

## 2 グループ発表：

障がいのある方が孤立してしまう一つの要素として、例えば、ある場所に行くためにバス停までほんの20メートル、バス停からその会場までの20メートルを歩くために、歩くことが苦手で出られない人がいることもあるので、バス停にシルバーカーを置き活用してもらおう。車椅子があれば行けるのに行けない。トイレに工夫があったほうがいい。障がい児童をお持ちのお母さんが何回も歯医者に行き、環境になれてから歯科治療をすることがあるが、逆に歯科の移動車両を使い、自宅で診療が受けられるような体制づくりが挙げた。

アルコール依存や、コミュニケーション障がい、身体障がいなど、孤立しがちな人たちに向けて、例えば卓球バレーをしようと集めて活動していくと元気になっていったという話を聞いた。また、集いの場や居場所が重要であり目的がなくても行けるような場所があるといい。地域に人材がたくさん眠っている(退職されたりとか、子育て終わったような人たち)。そういった方がみんな勉強し、人のお世話をしながら実は自分たちが癒やされる。障がいを持っていても認知症でも、お世話をしながら自分たちに戻ってくる。癒やされる、満たされることが合わさる場所がもっとあるといい。そしてグレーゾーンと言われる手帳の対象にならない人たちをどう支えていくのか。障がいのある方にとって頼みやすい人が一緒にいるという感覚が大切であり、頼みやすい人がいると安心である。

### 参加者：

社会参加できなくなってしまうことが障がいの本質であり、いろいろなことができないというのは、それに付随する要因にしかすぎないわけである。本質的な参加ということ、いかにハードルを下げていくかが一番大きな作業目標になると思っている。

### 参加者：

高齢者は訪問診療などの制度があるが、障がいには使えないことが結構あるのではないか。

### 参加者：

制度のバリアを取っていただきたい。例えば、この制度は使いづらいといたら、医療の対象範囲を広げる。あるいは子供たちにも使いやすくするなど。

**参加者：**

路線バスなどは障害者手帳を持っていると半額になるが、JRは100キロルールがあるためBRT(バス高速輸送システム)も100キロ以上でないと障害者手帳では半額にならない。

**参加者：**

そのようなことはどこかに書いてあるのか。

**参加者：**

BRTは、JRの乗車券買うときと同じように距離で判断する。知らずに、往復ワンコインで行けると思い、大船渡まで乗ったことがある。行きはそのまま乗せてくれて半額。帰りにまた同じバスに乗ると、「実は」と言われて、「電車に乗るのと同じだな」と気づいた。

**地域包括ケアアドバイザー 佐々木亮平氏：**

岩室先生にまとめていただきたい。

**ヘルスプロモーション推進センター 岩室紳也氏：**

私自身、皆さんの発表や議論を聞いて勉強になった。健康日本21で、社会参加の機会をふやそうと言っているが、社会参加できないことが障がいという根底を突きつけられた。

これからの健康づくりで大事になるのはコミュニケーション。ただ、コミュニケーション障がいがある人をどうするか、そこはいろいろな工夫をしなければいけない。「きずな」、「ほだし」、という枠組みができれば、みんなが健康になれるということを、きょう改めて確認した。健康増進計画では丁寧に、読みやすくしなければいけないという学びをいただいた。

**3 その他連絡・アナウンス**

**高橋先生：**

岩手県シルバーリハビリ体操指導者養成事業について。茨城県で10年前から取り組んでいるもので、65歳以上の高齢者の中で志願者を募り、シルバーリハビリ体操指導者養成システムをつくっており、この10年で6,000人を超えた。大洪水災害が常総市であったが、当日から避難所にシルバーリハビリ体操指導者が行き、救難活動を行ったと聞いている。

まず3級の研修を行い、修行を積んでいただき2級になり、そして1級へいく。1級になると、どんなところでも自分で自立的に研修会を開き、健康を広げていくという活動をしていただける。これを陸前高田市にも参加していただきたいと思い、誘いに伺った。

**復興支援連絡会：**

毎月発行している会報「おはようさん」のナンバー5を発行した。会の活動の一つに、お茶会を開き住民さんの交流の機会をつくる場があるが、皆さんの中にもぜひお茶会等に参加して、住民の様子を直接見たいという方がいたら遠慮なくご相談いただきたい。

#### **社会福祉課：**

岩手大学からのお知らせだが、心のケア市民講座を開催する。陸前高田市では、12月17日に「よい関係づくりのための話の聴き方」を行う。よろしくお願ひしたい。

社会福祉課主催の「こころの健康講演会」。久里浜医療センターの先生を講師に招き、心と体の元気づくりという講演をいただく。会場はコミュニティホール、12月5日である。

#### **佐々木障がい福祉係長：**

陸前高田市では障がい者虐待対策に力を入れている。虐待防止のティッシュを持ち帰っていただきたい。

#### **尾形健康推進課長補佐：**

「健康のつどい はまって かだって つながって～みんなで輝く陸前高田～」が11月22日に開催される。あわせて「AIDS文化フォーラム in 陸前高田 ともに生きる～誰もが住みやすいまちに～」が同時開催となっている。お誘い合わせのうえ、ご来場いただきたい。

「はまってけらいん かだってけらいん」マグネットステッカーがリニューアルした。ぜひ持ち帰っていただき、活用していただきたい。

きょうのお話をいただき、健康増進計画ほか4つの計画原案をつくり上げ、来月には皆さんにパブリックコメント（意見）をお願いしたいと思っている。意見をどんどん上げていただき、よりよい計画にしていきたいと思っているので、よろしくお願ひしたい。

#### **ヘルスプロモーション推進センター 岩室紳也氏：**

浦安では糖尿病になった人が市民大学で学び、シニアサロンを立ち上げて男性をたくさん集めているという事例がある。男性の仲間を広げていくことを目指して成果を上げていきたい。また、盆踊りが認知症予防にいいということで民謡の会を立ち上げたところ、大勢集まり、要介護の人たちの介護度も下がったという事例もある。体を動かすことも大事だが、動かせない人の健康づくりという視点も必要だということを浦安で勉強した。地域包括支援センターに話したところ、早速、いろいろと動いてもらっている。

#### **◇次回：平成27年12月18日（金）**

メインテーマ：（仮）健康増進計画等について

会場：市役所第4号棟第6会議室