

～健康講演会を開催しました～ 高齢化社会の差別と偏見

11月28日（木）午後6時から不動住区センターにて下目黒五丁目自治会主催の健康講演会を開催しました。

今回も講師に地元、厚生中央病院院長の櫻井道雄先生をお招きして、「高齢化社会の差別と偏見」のタイトルで講演をいただきました。お話は多岐にわたり、示唆に満ちたものでした。

参加者は約20名でした。以下概略を報告いたします。

高齢者に対する差別

人種差別、性差別と並んで高齢者差別があります。老いというものを否定的にとらえ、高齢者の多様性を否定し社会からの隔離をしようとするものです。

政府の施策では高齢者から子ども重視に移行しています。しかし、経済的論理で高齢者を切り捨てることは世代間の対立を生み、家族の崩壊へつながります。

これは避けなくてはなりません。



データを示し歴史をふまえたお話でした

差別を撤廃するため、黒人差別、女性差別、障がい者差別など、それぞれ長い間にわたって様々な取り組みがなされてきました。

大事なことは尊厳と自己決定

人間としての尊厳を大切にし、高齢者がどう人生のしめくくりをむかえようとするかの自己決定が尊重されなくてはなりません。

歳をとってきたら、若い時と比較せず、今できることを大切に（老いたことを悲観しない）仲間を増やし、同病あい哀れみ（周囲との関わりを絶たない）老いては子に従う（若者と対立しない）やせ我慢する（耐えられるものは耐える）心構えが必要だと思います。

人間は年齢とともに体力が落ちてきて健康に問題が生じてきます。生まれてから死ぬまでの寿命のうち、健康で元気で活動ができる健康寿命を伸ばしていくことが大事です。

それには身体的側面のほか、精神・心理面（うつ病や認知症）社会的側面（孤独・閉じこもり）の対応が必要です。

すなわち、食べて、歩いて、社会参加です。年の瀬となりました。皆さんお身体を大切にして、元気にすごしましょう。

（文責：自治会役員中沢）