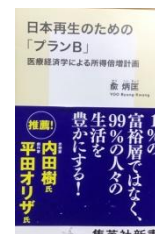


京都での研究会と「転倒防止」

昨日 13 日に京都で開催された研究会に参加した。オンラインにより、福岡や東京、愛媛など、また今回は「信州宮本塾」からの参加もあった。研究会では、東京で長年にわたり医療・福祉の仕事に携わる吉岡尚志さんが、『日本再生のための「プラン B」』を報告した。詳細なレジュメにより、本書のポイントを解説した。そして「プラン B」の中核である予防医療教育について、日本の現状を踏まえ、自己責任論の克服や社会保障改悪ストップなどを提起した。



次に愛媛の門田眞一さんが第 3 章に焦点をあて、地域経済や地域社会の現実、地域での文化活動などから、本書の論点を足もとから整理した。休憩後の討論では、信州佐久の地域社会と医療、佐久総合病院の活動など、参加者から多くのコメントが続いた。

宮本憲一先生は『環境と公害』51-2 座談会「日本の脱炭素戦略をどう読むか」で次のように述べている。本書のなかで著者は、「日本がアメリカ型の成長戦略に戻ることはもう不可能ではないかと言って、むしろ全く発想を変えて、医療・福祉・教育・芸術などエッセンシャル部門の雇用を重視し、地方に投資を集中して、今後の経済を立て直すことを考えた方がいいという提案をしています。それに対して、政府からは、こういう従来型の経済成長戦略がエネルギーの問題にかこつけて出てくることに、非常に危惧を持ちます。ではどんな対案があり得るのかと言うと、私は地方自治体に権限を持たせて地域からエネルギー計画のやり直しをやるという案がいいのではと思っています」

宮本先生は研究会でも、予防医療教育がアメリカと違い日本にはない。生活のなかに位置づけるために、どう地域から問題にアプローチするか。かつて提唱された「メディコポリス」構想なども参考になる。地球環境問題からも、「プラン C」を考えることが必要ではないかと。本書で提唱された「プラン B」、さらには「プラン C」について、研究会でも議論を深めていきたい。

吉岡さんの「コメント補足資料」に転倒予防について書かれていた。転倒・転落による死亡は 7000 人を超え、交通事故を上回る。高齢者の転倒率は、65～74 歳で年間約 10%、75 歳以上で 20～30%。高齢者が転倒すると、大腿骨頸部骨折になるケースが多い。医療費用も高額となり、要介護の原因にもなる。高齢者の慢性疾患はすぐには減らせないが、転倒は予防、体力づくりにより減らせる即効性のあるとりくみ。荒川区では住民参加型の介護予防として、「ころばん体操」に取り入れている。歩けることが生きがいを保証する。「転倒のないまち」をつくろうと、吉岡さんは呼びかける。

じつは 1 ヶ月半ほど前に、梅田で転倒した。指などのけがで済んだが、もうすこしで大変なことになるところであった。加齢にともない、すこしの段差でつまづくことも。「ころばん体操」に学びながら、転倒予防に心がけたい。今回も多くのことを学んだ。

(2021 年 11 月 14 日)