

40～50代にこそ読んで欲しい、福祉と介護を考えるフリーペーパー創刊

GeeYa:OISO

超高齢化社会をサバイブしよう！「じーや おおいそ」

2024年3月発行
VOL.1

特集

これからの時代、 あなたは どう死にたい？

福祉・介護にかかわるメンバーによる本音トーク&座談会
現場のみなさんに聞きました！突撃インタビュー

データで見る！

大磯町の未来予測

Let's Think!

あったらいいなこんな老人ホーム

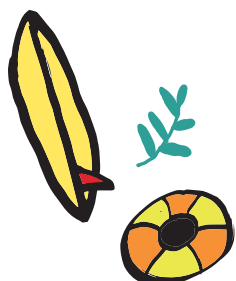
読んでみて！

より良く生きるためのじーやのおすすめ本「夜明けを待つ」

HELLO!
new our
FUKUSHI
& KAIGO
WORLD



じいやくん



「じいや」とは海水浴最盛期の大磯で都市部からくるお客様の専属のライフセーバーとして海の安全や泳ぎ方、大磯生活のサポートをする役割を担っていた方々の呼称。この「じいや」を現代に復活。現在の大磯で暮らし人生を楽しんでいる方々に、今の大磯の福祉や介護のありのままの姿、そして少し先の未来の予測をお伝えしながら、この高齢化社会を生き抜くための準備、そして心のあり方など、様々な企画や情報発信を通じて、これから皆さんと一緒に考えていくフリーペーパーをお届けします。



みなさん、こんにちは。

GeeYa:OISO

“じーやおおいそ”はじまります。

私たちの暮らす大磯町も、高齢化が進んでいます。

2023年には 65 歳以上人口が 34%を超え、

2040年には 42%台になる推計です。

ほぼ2人に 1人が高齢者という時代。

世界のどの国も一度も経験したことのない

超高齢化社会を迎える私たち。

医療も発達し、人生百年時代と言われる中、いつまでも元気でアクティブに動ける時間も増える一方、

高齢になったり病気をしたりして体が思うように動かなくなることも避けられません。

誰もが等しく死を迎える現実を前に、老後の暮らしをどう描くのか、

今パートナーがいても死ぬときはひとりかも、

また娘や息子が必ず近くにいるとは限りません。

そして長生きすればするほど、必要なお金も増えていく。

「GeeYa:OISO」創刊号のテーマは

これからの時代、 あなたは どう 死 に たい？

本人の望みとは裏腹に、家族が最後の最後まで延命治療を望むことで、

本人にとって苦痛を長引かせていることも多いとも言われています。

もしかしたら、好きなように生きて、一人で死を迎える方が幸せなのではないか？

最後の最後まで治療をして、病院で亡くなるのか、自宅で家族に看取られつつ亡くなるのか、

もしくは自宅で一人で静かに逝くのか？ どんな死に方がいいのか？

福祉・介護の現場に携わる皆さんにお話を伺いました。



HELLO!
NEW OUR
FUKUSHI
& KAIGO
WORLD



じいやくんは、メキシコのお祭り「死者の日」をモチーフに、“ガイコツ”の姿をしています。「死者の日」は、亡くなった家族や友人を追悼し、彼らの霊が家族のもとに戻ると信じられています。墓地や家を飾り、彼らの写真や好物を供え、彼らを祝います。家族や友人が集まり、死者の思い出を共有し、彼らの生涯を称えます。

じいやくん

介護・福祉に関わる メンバーが集まって 座談会をやってみた！



住み慣れた我が家で、愛する家族に囲まれて・・・という最期は多くの人の理想。しかし大磯町では「家で死ぬこと」ができません。時代がすぐそこまで来ています。介護保険制度は維持できるのか？貯金はいくら必要なのか？心配の種は尽きません。だからこそ、大磯町で高齢福祉に関わる皆さんは「40〜50代から、どう死にたいかを自分事として考え始めてほしい」と訴えます。

現状に危機感を持つ、東光院の古井昇空さん、大磯町福祉課の磯崎清彦さん、大磯町社会福祉協議会の細住孝次さん、「介護相談こすもす」の井出佐智子さん、大磯町西部地域包括支援センターの岩本朋子さんに、フリースペースや仏教図書館を持つ「ちよつと変なお寺」、東光院に集まってもらいました。

在宅死を支える機能は崩壊寸前



古井昇空（以下、古井） さてさて、今日は介護・福祉の現場について、リアルな現状をお話する会ですよ。楽しみにして来ました。皆さん、いろいろ喋りたいことたくさんありますよね。（笑）よろしくお願います。

皆さん よろしくお願ひ致します！

古井 まずは、ここにいらっしやる岩本さ

んとの出会いで言うと、東光院では霊柩車を所有していて、本堂で葬儀を行っているんです。で、ご遺族の遺産相続トラブルに巻き込まれることもあったりして、生前の苦しみから寄り添えないかと考えていた時に岩本さんと出会ったんですよ。

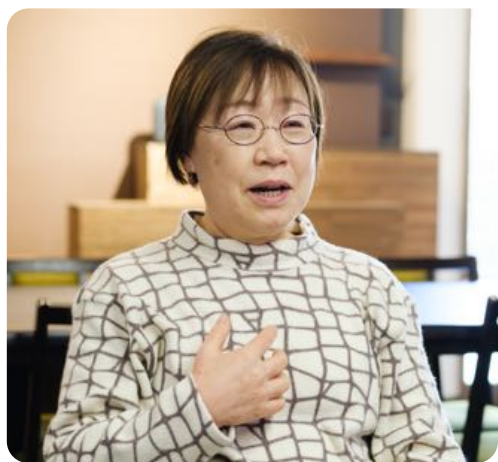
岩本朋子（以下、岩本） そうでしたね、高齢者をケアする地域の担い手を探している時に東光院さんを紹介してもらって。地域づくりや福祉という視点から、今生きている人たちに積極的に関わっていかうとされているみなさんの姿勢に感動すると同時に「こんなことまでしているんだ」と驚きました（笑）。

古井 ハハハ。実は僕の母親は脳性麻痺で、父親は理学療法の研究者なんです。だから介護の壮絶な現場を見ても平気だし、やりがいを感じるくらい（笑）。今は多くの人が90歳以上で亡くなるから、家族にとっては介護や入院の段階から「お別れ」が始まるし、数年かけて本人の苦しみや課題に向き合わざるを得なくなる。もめごともあるし、自宅より施設や病院で亡くなる方が多かったのではないかと後悔するケースもありますよね。

井出佐智子（以下、井出） 確かに終末期を迎えると、多くの方は「家に帰りたい」と思うし、ご家族も在宅介護を頑張ろうと決

意されるんですよ。でも長期化するとみんな消耗しちゃう。うまくサービスを使っていきましょうとお話してはいるものの、そのサービスもヘルパー不足でパンク寸前。大磯町では24時間対応できるヘルパーさんがいないんですよ。

岩本 そうなんです。大磯のような小さい町では、地域密着型の24時間巡回サービス事業は採算がとれなくて。また自宅で最期を迎えるためには死亡診断書を書いてくださるお医者さんに診てもらい必要があるんですが、大磯には在宅専門のお医者さんがいない。懇意にしているホームドクターがいなければ町外の先生にお願いしなければなりません。今はまだ医療と介護の連携システムが機能していますが、大磯町では在宅では死ねない時代が近づいてきているんです。



介護の現場の厳しさと醍醐味を伝えていきたいと語る井出さん。この分野に飛び込んだきっかけは偶然とも。



東光院 寺務 古井昇空さん

大磯町社会福祉協議会
事務局次長 細住孝次さん

大磯町 福祉課
高齢福祉係 磯崎清彦さん

大磯町西部地域包括支援センター
センター長 岩本朋子さん

介護相談こすもす 管理者
介護事業者ネットワーク団体「湘南ウエスト
大磯二宮介護保険事業者連絡会」
代表幹事 井出佐智子さん

1980年兵庫県生まれ。前職はITやデザイン関係。住職の誘いで2015年に大磯へ移住。2018年に出家。人の苦しみは生きていくときにこそあり、苦しみに向き合っこそその仏教との考えから地域の困りごとに寄り添う。

1973年大磯町生まれ。1995年に入職以来、デイサービスや訪問介護の仕事を通じて多くの高齢者に接してきた経験を持つ。大磯町役場への出向や包括支援センターでの業務を経験したことで、地域福祉の推進について知見を深める。

1974年神奈川県生まれ。旅行業界から転職し2009年大磯町入庁。主に観光・都市計画の分野でまちづくりに携わる。2023年4月から現職。（※2024年4月に環境課へ異動）

1971年藤沢市生まれ。祖母の介護をする母親を手伝ったことがきっかけで福祉系の大学に進学し、大磯町社会福祉協議会で介護・福祉の仕事に長年従事。2021年、合同会社地域包括ケアステーションを設立。東光院で、無料で健康相談ができる「暮らしの保健室」を展開している。

1956年大磯町生まれ。2002年、大磯町においてボランティアで行ってきた介護のグループを法人化。ケアマネジャーやデイサービス、ヘルパーステーションの機能を持ったセンターを運営している。地域に根ざしたサービスに邁進している。



岩本 一人暮らしの高齢者が増え、看取り期に親族が付き添ってくれているとは限らないのも難しい。在宅で最期を迎えるには本人を中心に、家族と医療関係者、ヘルパー、ケアマネジャーがチームになって、どこまで延命治療をするかということを決めておくことが理想なんですが、「まもなく亡くなる」というタイミングで初めて駆け付けた親族が本人の意思を無視して延命治療を希望することもある。そうなると、長らく見守ってきた私たちも手出しできなくなっちゃう。

古井 ひどいよね。薬を嫌がっていた本人が自然に衰弱して、あと数日で旅立つというときに点滴をする。吸収能力を失った体からは本来血管内にあるべき水分が血管外に出て胸水や浮腫で苦しむ。最期だけ義理でやってきた親族が喪主なんて、ふざけるなと思うよ。

細住 孝次（以下、細住） 家族との関係はいろいろ考えさせられますよね。一人暮らしの高齢者の具合が悪くなり、海外で仕事をしている息子さんを何とか呼び寄せたら、対面の翌日にご本人が亡くなったケースが忘れられません。会わせてあげられて良かったと思いましたが・・・

岩本 あら、でもそれは幸せな事例かも。成年後見人を自ら決めないうちに認知症になった資産家のケースでは、その方が敬遠していた親族が相続することになってしまい、ご本人は簡素な施設に放り込まれてしまったとうかがって心が痛みました。

井出 そうね、高齢になると頑固になって人を遠ざけてしまう人も多いから。私の親族も電話線を抜いちちゃって音信不通になり、つい先ごろ亡くなっているのが見つかった「変死」扱い。異臭の漂うゴミ屋敷で印鑑や通帳を探すなんてもう慣れっこですけどね。ペットボトルに謎の液体が入っていると思ったらおしっこだったり（笑）。

古井 80歳を超えると誰でも身体機能が低下して、まともな家事はできない。若い時からため込んできたモノを放っておけばゴミ屋敷になっちゃうよ。

岩本 逆にお金がないことで苦勞するケースも多い。浪費癖が直らず貯蓄がなくて、賃貸物件を借りるのに苦勞したり、受け入れ施設が見つからなかったりするケースもあります。

古井 老後のお金事情って謎だよね。いくらあっても足りる気がしない。バブル期世代より蓄財パワーの少ないこれからの世代は、お金だけでは解決できないということを意識しないと。結局は助け合いしかないよね。



オルタナティブな取り組みで、福祉・介護の領域を切り開いている古井さん。東光院で行われる「まちの保健室」は岩本さん達と一緒に展開中。



磯崎 清彦（以下、磯崎） 助け合いの話で言うと、昔は家で亡くなって地域の助け合いで葬儀が営まれていたのが、最近は家族葬が多いですよ。僕は自分が死んだら親しい人たちに見送ってもらいたいし、逆に大切な人が亡くなったら感謝やお別れを伝えたいので寂しいなと感じています。

古井 葬儀のあり方の問題も大きいよね。金だけかけた無駄に派手な葬儀の反省があって、今の世代にはその揺り戻しがきている。でも自分たちが納得いくお別れをすることが一番大事。会葬でふるまうのもスーパーのお弁当でいいじゃない。

井出 うん、私が子どもの頃は葬儀場ではなく自宅でお葬式をする人が多かった。私自身も高齢の親戚が亡くなって葬儀をするまでの経過を自宅で見た記憶があるけど、今となつては貴重な経験。

古井 現代はほとんどの人が病院で亡くなり、葬儀は斎場。死をリアルに感じる経験が失われれば自分の死について考えることもできないよ。東光院ではフリースペースに子どもたちがいても普通に遺体を搬送するし、怖がる子もいない。僕自身に介護が必要になった時には彼らにシモの世話をしてもらって、最期までめちゃくちゃ迷惑をかけて死んでいこうと思っています（笑）

岩本 それ最高（笑）。周囲の方を巻き込んでおくことは大事ですね。仮に一人で暮らす家で亡くなっても、死んだら一日でも早く見つけてもらえる仲間がいれば怖くない。



座談会の様子。それぞれが日々現場で感じていることを言葉にしなが、大磯町での暮らしをより良いものにしていくために、どんな視点を持てばいいのか、今足りてないことイメージしておくという事について、たくさんディスカッションしました。