



福祉講話 ～高齢者を理解しよう～

日本は現在、世界一の(超)高齢社会を迎えていると言われていいます。日本が高齢社会であるという根拠は「高齢化率」という値に裏付けされています。

高齢化率(%) = 65歳以上の人口 ÷ 国の人口 × 100

この数値が7%を超えるものを「高齢化社会」、14%を超えるものを「高齢社会」、そして21%を超えるものを「超高齢社会」と呼んでいます。▼2020年の世界の主要国における高齢化率のトップは28.6%の日本で、右の表から分かるように断トツの1位です。

国	高齢化率
日本	28.6%
イタリア	22.4%
ドイツ	21.7%
フランス	20.8%
スウェーデン	20.3%
スペイン	18.8%
イギリス	18.7%
アメリカ	16.6%

日本が世界一の超高齢社会になった理由としては、「医療制度や生活保障制度、学校教育の充実による高齢者層の死亡率の低下」と「少子化の進行による若年人口の減少」が挙げられます。また、日本における高齢化率は今後も高くなると予測されており、2025年には約30%、2060年には約40%に達すると見られています。このことから小中高校生の段階から「高齢者について知ること」は大変意義があることだと言えます。▼三珠中では例年1年生がナーシングプラザ三珠を訪問し、実際に高齢者とふれあう体験を通して高齢者理解を目指しています。今年も8月28日(水)に1年生によるナーシングプラザ訪問が予定されています。6月21日(金)には町から7人の講師にお越しいただき「福祉講話」を行いました。▼授業は午後の2時間に渡って行われ、最初の1時間は市川三郷町の高齢化の実態や認知症についてを講義形式で学びました。写真は認知症予防のための体操をみんな



でしているところです。▼授業の後半では、高齢者の筋力の衰えや視力の低下した状態を疑似体験できる「も

みじ箱」の体験を通して高齢者の日常の動作についての理解を深めました。「重り付ベストや重りバンド」では筋力の低下による動作の遅さや平衡感覚をとることの難しさを、「視覚障害ゴーグル」では白濁(白く濁る)、視野狭窄



々(若い頃の視野がすぼまって狭くなること)、黄変(老化にともない視力が低下する病気)を、「イヤーマフ」では難聴を、「ひじ・ひざサポーター」では関節の動きの低減を体験しました。多くの高齢者の方々が、この日体験した様な不自由さを常日頃感じているのだということを知ることができました。



▼前述したように日本の高齢化は今後、更に進んでいきます。一方で世界は、一段と分断の道を進んでいるように思える出来事が後を絶ちません。そんな時代に生きる私たちだからこそ明るい未来を築くために、優しさがあふれる世の中をつくらせていきたいものです。高齢者に対して思いやりの心を持つことは、その実現のための第一歩になるのではないのでしょうか。この日、福祉講話を体験した1年生だけでなく、この学校便りを読んでくれた2・3年生も高齢者に対する思いやりの心を持ち、行動に移してほしいと思います。

期末テスト直前となりました

明日からの2日間は、よいよ1学期末テストです。1学期テストは、明日1日目に①保健体育②社会③数学④音楽(25分)が、あさって2日目に⑤国語⑥理科⑦英語⑧※技術(25分/2・3年生)が、週をまたいで7月2日(火)に⑨※美術(25分)⑩※家庭(25分/1年生)[※は授業時間の中でテストを行う教科]のスケジュールで9教科に渡って行われます(技術・家庭はどちらかの受検となります)。▼特に1年生は、この短期間の中でこれほど多くの教科のテストを受けるのは初めての経験で、そのペース配分や提出物を仕上げるのに苦労をした人も多かったのではないのでしょうか。(2・3年生にもきっと苦しんでいる人はいるはずです。)▼「テスト前日の勉強法のアドバイスを」とも思いましたが、自分に合った勉強法は千差万別。やはり一番大切なことは「体調管理に気をつけること」です。体調を万全に整え、テスト当日を迎えてほしいと思います。

