

## 人生100年時代への心構え

小杉 隆



2020年の国勢調査の結果、日

本の総人口は1億2622万人で、前年度より86万人減った。その中で、高齢者の割合は年々増えている。75才以上が占める割合は2025年に25%に達する。これは団塊の世代のすべてが後期高齢者となるからだ。

他方、障碍者の数も増加の一途を辿っている。これは、高齢化に伴い身体の障害や認知症が増えているためだ。健常者は誰でも障碍者になる危険性がある。

私自身も3年前に階段から転落し、救急車で病院に運ばれた。意識ははっきりしていたが、両手両足の痙攣と麻痺によって身動きができなかつた。1ヶ月の入院中に頸椎と右肘の手術をした。その後リハビリ病院に転院し5ヶ月間みっちりリハビリに励んだ。そのお陰で要介護4から要介護2に改善した。最近の介護認定では要支援2となつた。ここで介護認定の矛盾について述べたい。

介護度が軽くなることは歓迎すべきことであるが、公的サービスが縮小されるのは痛い。懸命に努力した者が公的サービスを減らされ、努力しない者がサービスを手厚く受ける。これで良いのだろうか？

もう一つの問題点はバリアフリーの総点検である。確かにバリアフリーは進んで来た。体験から言うと、バス・地下鉄・JR等の昇降の利便性はかなり進んでいる。バスの運転手や駅の係員等の介助も格段に良くなつた。一方でエレベーターが無い所や、あっても不便な場所に設置されたりする。街中を車椅子で走行していると歩道や店舗、ビル等の入口でも段差が大きくて、衝撃を受けることが多い。この際、総点検が必要だ。

転倒事故で半身不随になつたり、全身が麻痺して寝たきりになる人も多い。私の場合、頸椎を損傷してここまで回復できたのは異例だし、回復が早いと医者から言われた。これは、日頃体操やランニング、水泳で体を鍛えていたおかげだと思う。正に自助努力だ。

街を車椅子で移動していると周りの人たちがいたわってくれる。本当に親切な人が多いと痛感する。これこそ共助である。