



## 社会保障給付費114兆円超と過去最高 社会支出は高齢と保健で総額の80.9%を占める

国立社会保障・人口問題研究所が  
平成27年度の「社会保障費用統計」を公表

国立社会保障・人口問題研究所は8月1日、平成27(2015)年度の「社会保障費用統計」(旧「社会保障給付費」)を取りまとめ、公表した。

平成27年度の「社会保障給付費」(ILO基準)の総額は114兆8596億円。対前年度2兆6924億円の増加で伸び率は2.4%だが、GDPの対前年度比は2.8%増となり、対GDP比は3年連続で減少している。なお、1人当たりの社会保障給付費は90万3700円だった。部門別では、医療37兆7107億円(総額に占める割合32.8%)、年金54兆9465億円(同47.8%)、福祉その他22兆2024億円(同19.3%)で、対前年度伸び率は医療3.8%、年金1.1%、福祉その他3.3%。福祉その他のうち介護対策については2.3%と過去最低の伸び率となり、はじめて医療の伸び率を下回った。

一方、施設整備費など直接個人に渡らない支出を含む「社会支出」は、総額119兆2254億円で、政策分野別に見ると、最も大きいのは高齢55兆3549億円、次いで保健41兆884億円となり、この2分野で総額の80.9%を占めている。

## 健康長寿に効く「社会参加」を健康政策に位置づけ 企業と提携し「ソーシャル・ウォーキング講座」を開催

掛川市健康づくり課が包括連携協定を結んだ  
ユニ・チャーム株式会社と共催

掛川市健康づくり課は6月4日、ユニ・チャーム株式会社と共催で「ソーシャル・ウォーキング講座」を開催した。

ソーシャル・ウォーキングは、ユニ・チャーム株式会社が東京都健康長寿医療センター研究所と共同開発した「社会参加」と「健康歩行」を組み合わせた認知症予防のウォーキングプログラム。挨拶、地域活動、ボランティアなどの社会参加のついでに日常的に楽しく歩いて認知症を予防する、というユニークな取り組みだ。掛川市は今年2月、ユニ・チャームと「地域活性化に関する包括連携協定」を締結。災害対策・防災、子ども・青少年の育成・子育て支援、健康増進、環境保全、高齢者・障がい者の支援、女性の活躍推進といった分野での連携を決めた。災害

発生時に支援物資として紙おむつ、生理用ナプキン、マスクなどの衛生用品の提供を受けるほか、出生届出時のベビー用紙おむつの寄付も受ける。健康増進分野では、これまでに尿もれケア講座を開催しており、今回は第2弾となる。

この日は、東京都健康長寿医療センター研究所社会参加と地域保健研究チーム研究部長の藤原佳典氏による講演と、「頭も体もイキイキ!脳トレウォーキング」「姿勢美人になろう!スタイルアップコアウォーキング」の2コースに分かれてのソーシャル・ウォーキングが行われ、約100人の参加者が汗を流した(写真)。

「社会参加+健康歩行で脳を元気に!」と題する講演で藤原氏は、認知症予防では、有酸素運動などの「生理的予防法」と、知的活動や対人接触、記憶や注意機能、思考を刺激する活動といった「認知的予防法」の組み合わせが重要と述べ、「歩行には、脳神経の状態が良くなる、βアミロイドを減らす酵素が出る、海馬が大きくなるという科学的根拠があり、当研究所の調査では、心理社会的閉じこもりの高齢者は認知機能障害や要介護のリスクが2~3倍も高いという結果が出ている」「社会参加はとくに効果的で、満足のいく交流ができていない高齢者は3年後の認知症発症リスクが8倍も高い」などその効果を説明した。また、尿漏れ経験者の半数が外出を躊躇するというユニ・チャームの調査結果を引用しつつ、「実家の母に外出を促したところ、人との交流のためのアメと尿漏れパッドがバックに入るようになった」というエピソードも紹介し、社会参加を阻害する要因を減らす重要性も説いた。その上で強調したのは「楽しさ」。「快不快を判断する脳の扁桃核は、感情を揺さぶられると、海馬に記憶されやすくなるように機能する。楽しくないことを行っても脳は活性化しない。人の役に立ち、褒められると、やる気ホルモンのドーパミンが分泌され、記憶に効果的だ。脳は使わないと衰える。二重三重の強い回路をつくって予備力を高め、効果的に認知症を予防する楽しい社会参加をしよう」と呼びかけた。

掛川市がソーシャル・ウォーキングに着手したのは、静岡県が推奨している「食生活」「運動」「社会参加」の三分野を「かけがわ『生涯お達者市民』推進プロジェクト」において健康長寿の三要素と位置づけたためだ。今年5月には、「外を歩いて足腰達者!気軽に声かけ口達者!」「毎日の散歩で広がる仲間の輪」「地域の行事に進んで参加!心も体も笑顔もピカピカ」といった生涯お達者市民を目指す宣言も策定している。

社会参加にフォーカスした理由は、静岡県高齢者

子育て支援総合コーディネーター事業などをママさんたちが設立したNPOアンジュ・ママンに委託するほか、通貨事業とパスポート事業からなる子育て応援キラキラねっとわーく事業を展開しているとした。通貨事業は、子育て支援に関するボランティア活動を商品券に還元する事業で、パスポート事業はパスポートを持つ子育て世代に各店舗等で独自の子育て支援サービスを提供する事業。「前者は担い手を増やして地位力をアップすることが狙いで、後者はガソリンスタンドなら50%オフにしたり、金融機関なら金利を0.2%下げるなどのサービスを子育て世代に行うもの。子育て環境を整えるのと商業の拡大を意図している。行政として全力で子育て支援をする」と述べた。NPO地域福祉サポートちた代表の岡本一美氏は、「ちた型0～100歳のまちづくり」について報告。同法人は、高齢者・障害者・子ども・若者・子育て世代を支援する36団体が「欲しいものを自分たちでつくり出す」ことを目指した協働プラットフォーム。共生型居場所として、在宅・移動サービス、認定子ども園、多世代型コミュニティカフェを提供する「街角サロンきらり」、フードバンクと空き店舗を活用して幅広い年齢の生活困窮者を支援する「南粕谷ハウス」、放課後児童クラブ・放課後デイと介護予防・生活支援総合事業、コミュニティサロンなどを行う「NPO法人りんりん」、ママと子どものために読み聞かせも行う手作りコミュニティカフェ「Ada-coda」などを紹介した。「お互い様として行動でき、ありがとうと感謝され、生きてて良かったと実感できる地域社会を実現するため、孤立化、無縁化を防ぐ多様な取り組みを行う」と強調した。

討論では、豊後高田市の安田氏が「地域まるごとケアの体制づくりは、行政だけでは無理で、企業等の協力が不可欠。何度も訪ね、課題を共有し、できることからやっていただくことが必要。また、トップのリーダーシップも大切で、決断があれば管理職も動く」と発言。地域福祉サポートちたの岡本氏は「庁内協働が必要。しかし、市民は行政がやればいいと無関心で、行政も縦割りが抜けない面がある。双方の意識改革が欠かせない」と指摘した。一方、西岡医院の西岡氏は、「結核が増えている。リスクの高い高齢者の参画が増えるほど、赤ちゃんのBCG接種の喚起といった対策が必要になる。感染症等の問題は放ってはおけない」と釘を刺した。

これらを受け、コメンテーターの厚生労働省社会・援護局長の定塚由美子氏は、「我が事・丸ごと」の地域づくり・包括的な支援体制の整備について説明。「社会福祉法等の改正により、住民主体の課題解決力強化・包括的な相談支援体制づくりが市町村の努

力義務になる。混ぜこぜの共生型の居場所から課題をピックアップし、市町村で解決できるようにしなければならないが、新しい取り組みなので、課題があれば、国に挙げてほしい」と呼びかけた。

## 就活生のためのストレス対処能力向上ワークブックを作成

科研費「就業後のメンタルヘルス不調予防のための大学生向けキャリア教育プログラムの開発」の一環

平成25～28年度科学研究費助成事業「就業後のメンタルヘルス不調予防のための大学生向けキャリア教育プログラムの開発」（主任研究者＝関西福祉科学大学健康福祉学部健康科学科の長見まき子教授）の研究班はこのほど、「就活生のためのストレス対処能力向上ワークブック」を公表した。

ワークブックは、①Part1.ストレスとは!?（津熊梨恵子・関西福祉科学大学EAP研究所客員研究員）、②Part2.ストレスに負けない心をつくるウォーミングアップ（蝦名玲子・株式会社グローバルヘルスコミュニケーションズ代表取締役）、③Part3.ストレス対処のコツ（本岡寛子・近畿大学総合社会学部心理系専攻准教授）の3部構成。就活ストレスでメンタルヘルス不調を来したり、最悪の事態に陥ったりするケースも少なくないことから、ストレス対処能力を予め高めておくことが大切と指摘している。

Part1では、ストレスのメカニズムやストレス反応への気づきなどを解説し、「ストレスは人生のスパイス」とした上で、困難をもたらす一方、「うまく対処できた経験は生きる上での“力”になりうる」とし、適切なストレス対処能力の獲得を推奨。Part2では、困難を乗り越えられる人と心が折れてしまう人の違いから、困難を乗り越える力SOC（Sense of Coherence）の重要性を指摘し、それを高めるポイントを紹介している。またPart3では、自身のストレスとストレス反応、ストレスを感じる真の問題を明らかにするために理想と現実のズレなどを把握する方法や、問題を明らかにしたらそれを解決する方法を考えるコツを紹介している。さらに、ストレス解消の2つの方向性として「理想の状態に近づける（理想追求発散型）」と「現在の状況を受け入れる（現在受容発散型）」を示し、それらをワークシートで習得できるようにしている。

主任研究者の長見氏は、「ストレス対処能力を身につければ、就活だけでなく、就職後のメンタルヘルス不調や離職等も回避でき、社会人としての数十年を健康で自分らしく過ごせる。ワークブックを上手に使うことで対処能力を高めてほしい」と話している。

（記事提供＝株式会社ライフ出版社）

