掲載日:2005年03月07日,面名:M106X0,記事ID:K20050307M106X0070(C)河北新報

# 第4部　住み良さの条件　①

## 100万人の岐路

# 自分の居場所がある

## 高齢者の豊かさ

生活、社会環境が適度に整い、豊かな自然も併せ持つ仙台市。全国の「住みたい都市」調査ではいつも上位に位置し、外からの評価は高いが、分権時代を迎え、地域としての個性がますます問われていく。より魅力を高め、仙台の市民が「住み良さ」を実感できる都市としての条件を探った。

（仙台市政取材班）＝5回続き

### 閉じこもり防ぐ

宮城野区の鶴ケ谷地区で一月、ユニークな教室が始まった。高齢者に地元住民が柔軟体操などを指導する「リフレッシュ倶楽部（くらぶ）」は、介護予防という形で、住民が「地域の高齢化対策」に貢献している。

教室は地区を六つに分け、月二回ずつ開かれる。第一市営住宅団地近くの集会所には毎回、二十人ほどのお年寄りが集まり、一時間半ほど汗を流す。

ボランティアで指導員を務める芳賀智嘉子さん（六二）は「お年寄りの閉じこもりを防ぐ効果もある。楽しみにしている人が多い」と胸を張る。

データ　鶴ケ谷地区は仙台市のニュータウンの先駆けで、市内有数の高齢化地域。2004年10月現在、人口1万4881人のうち65歳以上は4171人。高齢者率は28・03パーセントと市平均の倍近い。一人暮らしの高齢者も900人を超える。

### 若者とも交流を

鶴ケ谷地区は一九六六年、市が団地造成に着手した。完成当初の入居者は大半が三十―四十代。その後、住民の入れ替わりが少なかったことから、高齢化の波が一気に押し寄せた。

高齢化は医療の改善に伴う寿命の延びや、少子化の進行などで加速するとされる。「学都」として若者が集まる仙台も例外ではない。昨年九月現在の高齢化率（六十五歳以上の人口割合）は15・38パーセントと、四年前に比べ2・01パーセント増えた。

対策の充実を迫られた市は本年度、東北大などと連携して「介護予防地域ケア事業」に乗り出し、鶴ケ谷をモデル地区に指定した。

リフレッシュ倶楽部は、市がケア事業の一環として昨年十―十二月に開設した体操教室が母体になった。

市高齢企画課は「豊かな老後とは健康と暮らしの安定が確保され、地域に自分の居場所があること」と指摘する。その上で、「年代構成が高齢者に偏ると、地域は活性化しない。高齢者が幅広い年代と交流し、地域の一員として社会参加していくことが重要」と付け加える。

### 建て替え契機に

鶴ケ谷地区では二〇〇七年度、実験的なプロジェクトも動きだす。第一市営住宅団地の建て替えに合わせ、高齢者向け福祉施設を整備し、同時に若い世代を引き寄せるマンションなど民間施設の誘致を進める。

「年寄りばかりでは、歩道の雪かきも大変。若い人が増えれば、地域がにぎやかになる」。団地に住む女性（七〇）は新しい事業を歓迎する。

市市営住宅課の吉川吉範課長は「いろいろな年代の人が住むまちが理想。市営住宅の建て替えを起爆剤に、地域の活性化を図っていきたい」と狙いを語る。

市内には三十三団地、約九千四百戸の市営住宅がある。鶴ケ谷地区の試みは、市が同じ状況に今後陥る団地などの住環境整備を模索していく試金石にもなる。

団塊世代が高齢者の仲間入りを果たすまで、あと十年を切った。地域社会にとって、超高齢化時代への備えは待ったなしだ。

リフレッシュ倶楽部で汗を流す高齢者たち
＝仙台市宮城野区鶴ケ谷二丁目

厚生労働科学研究研究費補助金（痴呆・骨折臨床研究事業）
「転倒骨折予防訓練の効果改善プログラムの研究」
（H16-痴呆・骨折-017）
平成１６年度～１７年度　総合研究報告書（平成18年3月）

発行責任者　主任研究者　永富　良一
発　　行　仙台市青葉区星陵町２－１
東北大学大学院医学系研究科
機能医科学講座運動学分野
Tel/FAX 022-717-8586