



大阪+知的障害+地域+おもしろい=創造

## 知の知の知の知

社会福祉法人大阪手をつなぐ育成会 社会政策研究所情報誌通算 4016 号 2017.11.13 発行

### 認知症患者の割合、OECD加盟国で日本が最多

読売新聞 2017年11月13日

日本の認知症患者の割合（有病率）は、経済協力開発機構（OECD）加盟35か国の中で最も高いことが10日、OECDが公表した2017年版の医療に関する報告書でわかった。

年齢が上がるほど認知症有病率は高まる傾向にあり、日本は世界で最も高齢化が進んでいるためとみられる。

報告書によると、日本の人口に対する認知症有病率は2・33％で、OECD平均（1・48％）を大きく上回り、最も高かった。2位はイタリアの2・25％、3位はドイツの2・02％だった。日本の有病率は20年後の37年にはさらに上昇し、3・8％に達すると推定されている。

OECDの担当者は「日本は高齢化がほかの国より早く進んでいる。認知症を含め、加齢に関連した病気への対策が喫緊の課題だ」と指摘している。

### 片腕の聖火ランナー



NHKニュース 2017年11月10日  
「パラリンピック」

この名称が初めて使われたのは1964年の東京大会でした。くしくも、当時、日本中を駆けめぐった聖火をリレーした若者の中に、障害がありながら健常者とともに走り、その大役を果たした男性がいました。男性は当時どんな思いで走り、そして、2020年の東京オリンピック・パラリンピックにどんな思いを持っているのか、大津市の男性を訪ねました。（大津放送局記者 大本亮）  
**障害乗り越え“アスリート”に**

「もう日本にはオリンピックは来ないだろうと思っていました。だから決まったときはまた見ることができるんだという喜びがありましたし、聖火の思い出もよみがえりました」

こう話すのは、梅田道広さん、68歳。大津市の障害者団体の会長を務めています。

梅田さんには左手がありません。10歳

の時に列車にひかれ、左肩から先を失いました。野球少年だった梅田さんは、このとき、

野球の道を断念しました。しかし、「自分の限界に挑戦する」という強い思いから、自慢の俊足を生かすことができる陸上競技に没頭するようになりました。

「個人競技なので、頑張れば頑張るほど記録が伸びることに魅力を感じていた」  
障害者だからといって自分への妥協を許さなかった梅田さんは、健常者と切さたく磨しながら実力をつけ、中学生時代には滋賀県大会の 400 メートルで 2 位になるなど活躍。高校に入ってから陸上競技を続けました。

### 大役への抜てき

そして、梅田さんが高校 1 年生の時、ギリシャで採火された聖火が本土復帰前の沖縄を経由して日本へとやってきました。

聖火リレーのランナーは、「次の時代を担う若い世代に」という狙いから、主に中学生や高校生で運動部に所属する生徒を中心に決められていました。

当初、陸上部に所属していた梅田さんには、メンバー入りの声はかかりませんでした。しかし、障害を乗り越えて陸上に打ち込む梅田さんの存在は、教育委員会の関係者の目にとまっていた。



「障害がありながら中学生の時から陸上をやっている若者がいるじゃないかと、私のことを推薦してくれた人がいた。名誉なことなので、一生懸命走ろうと思いました」

梅田さんはこうして聖火リレーのメンバー入りを果たしました。与えられた役割は「副走者」でした。

当時の聖火リレーは、20 人ほどが 1 つのチームとなり、先頭のランナーが「正走者」として聖火をともしたトーチを持ち、その後ろに予備のトーチを持つ「副走者」、そのさらに後ろに「随走者」が隊列を組んで走るというものでした。

梅田さんは最終的には予備のトーチを持って走ることになるのですが、これも当初は違っていました。もともとは別の男性がその役割を任されていたのです。

”自然の流れで”めぐってきたトーチ  
京都市内に住む塩月治さん、70 歳。梅田さんとともに副走者を務めました。自分の横を走る梅田さんの姿がいまでも心に刻まれているといいます。

### 梅田さんと塩月さん（右）

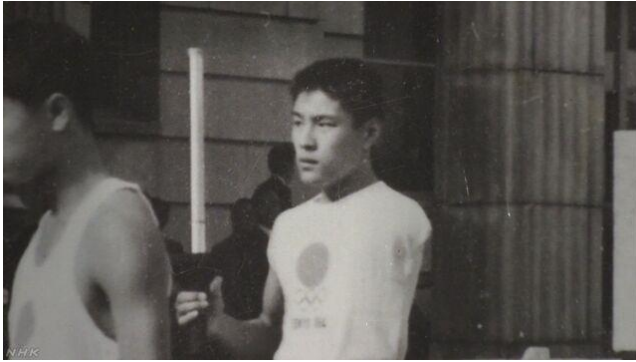
「梅田さんと並び立ったときに目が合っ、キリッと光るものがあつたし、やはり不撓不屈の精神があるのかなと思った」

予備のトーチは塩月さんが持って走る



ことになっていました。ところが、聖火リレーの当日、関係者から「トーチを梅田君に渡してくれないか」と打診され、塩月さんは快諾しました。

「同情とかそういうのではなく、自然の流れだった」



今回の取材の過程で、初めて、トーチを自分が持つことになった経緯を知った梅田さんは、「聖火リレーでトーチを持つというのはとても重要な役割で、それを譲っていただいたことは非常にありがたい心遣いでした」と感謝していました。

### ”重かった”トーチ

そして、1964年9月30日、滋賀県での聖火リレーが出發します。

スタート地点の県庁の広場で、先頭を走る正走者が県知事から聖火を引き継ぎ、走り出しました。

梅田さんも右手でたかだかとトーチを掲げます。

「結構、重たいな」

実は、重さが2キロもあります。梅田さんはこれを掲げて走りつつ、体のバランスも保たなければなりません。ふつうの走者以上に大きな負担がかかっていました。

さらに、この当時はけがをしていたためベストな状態ではなく、2キロ近くあるコースを走ることによって不安を感じていたそうです。沿道は応援や見物で訪れた大勢の人でごった返していましたが、梅田さんはこのときのことをほとんど覚えていないといいます。

「歩調を合わせるのに精いっぱい、周りを見る余裕がありませんでした。ただただ、隊列を崩さないように走らないといけないと」

残り200メートル。コースの最後は上り坂が続く道でした。

「当時の写真を見ると2人とも口を開けて走っているから、やっぱりしんどかったんだろうね」(塩月さん)

「腕が振れなかった分、ちょっとキツかったかもしれませんね」(梅田さん)

なんとか走り切り、無事にトーチを

次の区間のランナーに手渡した梅田さん。走り終えたときの気持ちはどうだったのでしょうか？

「どんな気持ちだったかなあ…。“やれやれ”かな。責任を果たせたという感じかな」

### “五輪の機運を高めたい”

その後も梅田さんは、「自分の障害に打ち勝つため」という思いを胸に、障害者アスリートとして走り続けました。そして、2020年の東京オリンピック開催が決まった後、かつて聖

火ランナーを務めた同志たちとともに、オリンピックの機運を盛り上げるためのウォーキングイベントに奔走します。

梅田さんは主に障害者たちに参加を働きかける役割を担い、ことし4月のイベントには、健常者も含め2歳から88歳までの150人が参加しました。

「スポーツを通じて障害者が前向きに生きていくということは非常に大事なことだと思っている。イベントを通じて、誰でも気軽にパラリンピックに参加できると思ってくれればいいですし、かつての仲間とオリンピックの成功に向けて行動を起こすことに喜びを感じています」

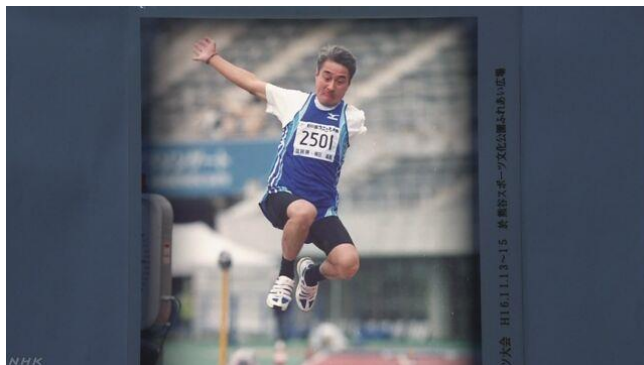
#### 不撓不屈の精神いつまでも

梅田さんは、長年の無理がたたって腰を痛め、ことし7月には手術をしました。しかし、そんな状況になっても、梅田さんの気持ちは負けていません。2020年に向けて、毎日40分ほどのウォーキングを行い、リハビリを行っています。そして、ある思いも胸に秘めています。

「もし1964年に聖火リレーに参加した私らのような”オールド”を走らせてくれるのであれば、もう一度やってみたい。人生で2回もオリンピックに携われることは非常にありがたいし、2020年まで元気で頑張りたいと思う。1人でも多くの人にオリンピックのよさ、楽しさ、すごさをわかってもらいたい」

私は今回の取材を通じて、53年前の大会が、この時代の人たちにとっていかに大きな存在であったかを知ることができました。そして、聖火リレーに携わった人たちが次の大会の成功を願って地道に活動する“熱い思い”にも触れ、彼らのためにもいい大会にしていけないといけないという思いを強くしました。

そして何よりも、スポーツというものが人生を切り開く大きな力があるということを改めて実感しました。スポーツはいつの時代もプレーする人、見る人の心を熱くしてきました。そのすばらしさを今後も伝え続けたいと改めて思うことができた取材でした。



<ギモン>アンガーマネージメント                      カンテレ 報道ランナー 2017年11月3日  
イライラ。怒り。それは人間としては当然の感情です。

しかし...

【7月1日 安倍晋三首相】「こんな人たちに皆さん、私たちは負けるわけにはいかない」  
ほかに、「このハゲー!!!」と叫んでしまって、大きな問題に発展した元国会議員もいました。

最近では、怒りから来る「あおり運転」が大きな事件に繋がり、問題になっています  
そんなことになる前に、怒りをコントロールするにはどうすればよいのか！？  
走れ！ギモン調査部！

【堀田篤アナウンサー】「最近イラッとしたこと聞いてるんですよ」

【男性】「イラッ？毎日あるわもう」



こちらは結婚48年の仲良し夫婦。

しかし、時には...

【男性】「ボーン押されて、ドアもう全部ガラス割れてもうてね」

【堀田篤アナウンサー】「え、そんなけんかするんですか」

【女性】「こうして押すの。そうしたらガラス戸がバーンて」

【男性】「まあまあ、そういうこともあるけどね」

けんかするほど仲が良い！とも言いますが、出来れば避けたいですね。

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「こんにちは、宜しくお願いします」

そこで、今回は怒りのコントロールの仕方について、日本アンガーマネジメント協会の戸田久実さんに、個人レッスンをさせていただきました。

さて、アンガーマネジメントとは一体どのようなものなのでしょうか？

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「アンガーは怒り、マネジメントは後悔しないことと伝えています。怒る必要のあるときには上手に適切な怒り方ができる。怒る必要が無いときには怒らないで済むようになる。それがアンガーマネジメントが目指すところです」

では早速、怒りのコントロール法を教えてください。

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「怒りのピークは長くて6秒と言われているんです。6秒ルールって協会では伝えています。

やっちはいけないのは怒りに任せた行動なんです。

暴言を吐いたりとか、暴力的な行為とか物を投げるとか、それは後で後悔しやすいですよ。



6秒やり過ごせるトレーニングをしてほしいです」

では、トレーニングの方法を3つご紹介します！

まず1つ目！

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「怒りを感じた瞬間に、何点かな、5点？3点？ということを取り組んでほしいという提案です。

堀田さんは最近怒ったことがあります？」

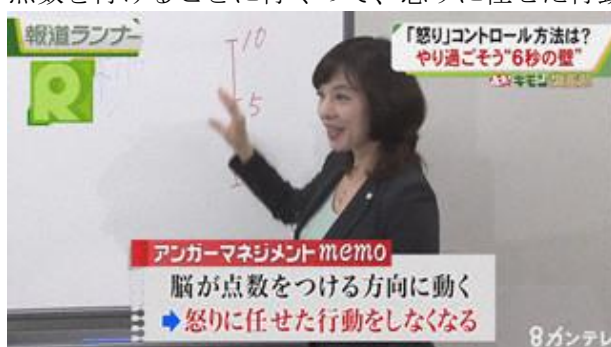
【堀田篤アナウンサー】「大人げないんですけど、2歳の息子に怒鳴ってしまいました」

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「その時の怒り、ゼロが全く怒りを感じていない穏やかな状態、10がはらわたが煮えくり返っている状態とすると何点でした？」

【堀田篤アナウンサー】「その瞬間は10ぐらい言ってるんですけど、今考えると5ぐらいだと思います」

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】

「その時にカーッと来た瞬間に、怒鳴る前に『5点?』こんな感じです。そうすると脳が点数を付けることに行くので、怒りに任せた行動をしなくなります」



【堀田篤アナウンサー】「怒ってガーって言う前に、コラとか言う前に、『5!』とか言うわけですか」

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「そうそうそう、余計なこと言う前に」

そして2つ目!

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「ちょっと考えないと数えられない数え方をオススメして

いるんです。例えば、100から3ずつ引いていってください」

【堀田篤アナウンサー】「100、99、9...」

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「3ずつ!」

【堀田篤アナウンサー】「100、97、94、91」

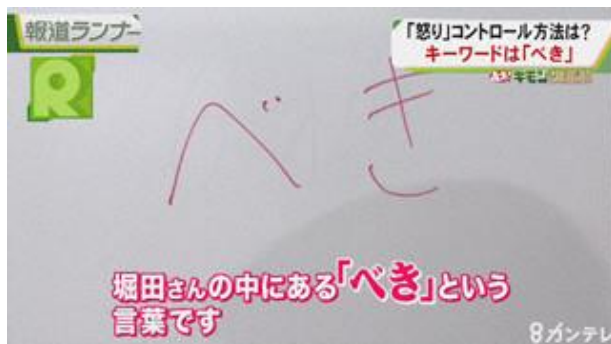
【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「とっくに6秒経っています」

最後、3つ目!怒りを感じたら思い浮かべる好きな言葉を決めておく!

素敵な言葉だなーと思っていると、少~し心が安らぐんです。

と、ここで戸田さんから、あるキーワードが。

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「堀田さん自身が怒りという感情を生み出しているんです。堀田さんの中にある『べき』という言葉です」



【堀田篤アナウンサー】「電話を後輩が取るべきとぼくは思っている。でも、後輩がすぐとらない。イラッとしてしまうことがあるんです」

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「ところがですね、堀田さんが思う当たり前、常識と、後輩が持っている当たり前、常識が違うことがあるんです」

【堀田篤アナウンサー】「『べき』を押しつけないということですか?」

【日本アンガーマネジメント協会 理事 戸田久実さん】「そうですね、自分の『べき』を正義として振りかざさない」

自分で勝手にルールを決めて、「こうすべき!」と勝手に他人に押し付け、勝手にイライラしてしまうのだそうです。

イライラすると言えば...

【男性】「渋滞の時は結構イライラしますね」

【女性】「割り込みされたりとか。ムカつくとか言えなくて、車の中でひたすらイライラしているみたいな感じ。

舌打ちめっちゃしたりとか。チッてやります」

なぜか感じてしまう運転中のイライラ。

防ぐための研修をしているところがありました。

こちらは、大阪市交通局に講師としてやってきた瀬川さん。

頭や足の動きをセンサーで測定し、交通心理学の観点から運転手に講習を行います

【堀田篤アナウンサー】「イラっとしたりとかはわかる?」

【山城自動車教習所 主任交通心理士 瀬川誠さん】「確認することは必要なことですが、

めんどくさいというのが出てくる。ほかのことに気が行ってしまっていて、イライラすることに行っていて、あまり頭が動かないとか、そういうことが現れてくるので、ある程度はこのセンサーで分かる」

今回の研修は、市バスの運転手の卵たち。研修とはいえ、人通りの多い大阪市内を実際に走行するんです。

ですから、いきなりこんなことも・・・。

【ベテランドライバー】「自転車来たストップ！」

死角から来た自転車に、急停車してしまいました。

【堀田篤アナウンサー】「今のはちょっと焦っているのもあったんですか？」

【山城自動車教習所 主任交通心理士 瀬川誠さん】「曲がってしまいたいんですよ。視野が狭くなると、今みたいに驚きになっちゃう」

【研修中の新人運転手】「やっちゃった...」

焦りや不安が積み重なると、イライラが出やすくなってしまいます。

そのために、常に危険を予測することが重要なようです。

【山城自動車教習所 主任交通心理士 瀬川誠さん】「みなさんの通知簿を作りました」装着したセンサーでも、予測が不十分だとバッチリ出てしまいました。

【研修中の新人運転手】「全然見てないという判断ですかね」

【堀田篤アナウンサー】「自分では？」

【研修中の新人運転手】「見てるはずですけど」

【堀田篤アナウンサー】「見てないという結果が出ちゃったんだ」

再びバスに乗り込み、挑戦！すると！

【堀田篤アナウンサー】「自転車のおじいさんが前、あ、あ、難しい！顔は笑ってる！顔は笑ってるけど、ちょっと焦りが見えますね」

【山城自動車教習所 主任交通心理士 瀬川誠さん】「心の声しゃべってみ？」

【研修中の新人運転手】「心の声で言うたら邪魔やなど」

【山城自動車教習所 主任交通心理士 瀬川誠さん】「仕方ない。おじいさんやしな」

【堀田篤アナウンサー】「また前に自転車来た！おっと！お婆ちゃん！これ難しい！」

【研修中の新人運転手】「ちょっと難易度上がりすぎてないですか？」

【堀田篤アナウンサー】「手がちょっと動きましたね。ピクピクピクと。手が動いちゃいましたね。心理が現れちゃったかもしれませぬ」

イラッとしたわけではないでしょうが、動揺が隠せませんでした。

数多くの教習生を見守ってきた瀬川さん。運転中にイライラする原因を、やはりあの言葉だと断言しました。

【山城自動車教習所 主任交通心理士 瀬川誠さん】「結局自分でルールを作って、それが合わないとイラッとくるでしょ」

【堀田篤アナウンサー】「身勝手なもんですね」

【山城自動車教習所 主任交通心理士 瀬川誠さん】「結構いい加減だけど、自分ではルールをいっぱい作っている。こうするだろうとか。こうす『べき』とか」

【堀田篤アナウンサー】「す『べき』ね！」

早く横断すべき！早く走るべき！



勝手なルールを押しつけず、イラッとしたら、んー５点！  
する「べき」とは言いませんが、一度試してみてもはどうですか？

## マイナス報酬改定はNO 障害 25 団体が与党に要望書



福祉新聞 2017年11月13日 編集部  
要望書を受け取り応じる衛藤議員（右端）

2018年度障害報酬改定に関連し、障害関係の25団体が2日、参議院議員会館で集会を開き、衆参両院の与党議員92人（秘書を含む）に対し、少なくともマイナス改定を阻止するよう要望書を提出した。報酬改定をめぐり障害関係団体が連帯して国会議員に働き掛けるのは初めて。

国会議員を代表して要望書を受け取った衛藤晟一・参院議員（自民）は、「3年前の改定ではプラスマイナスゼロで決着したが、たいへん苦戦した。今回はその時以上に厳しくなるが、全力で頑張る。何としても若干のプラス（改定）を勝ち取りたい」と応じた。

集会は全国社会就労センター協議会、日本知的障害者福祉協会、全国手をつなぐ育成会連合会が呼び掛けて開いた。障害の種類は問わず、また、事業者、当事者、親といった立場を超えて約250人が集まった。今年度の国の障害福祉サービス関係予算は1兆2656億円。この10年間で約2倍に伸びた。18年度の障害報酬改定に向け、厚労省は関係団体に対し制度を持続させるための対応策も提案するよう求めた。18年度は社会保障費の伸びを対前年度比で5000億円程度に抑えることが政府の予算編成目標となっているため、診療報酬、介護報酬の改定でも引き下げの議論が取り沙汰されている。



五輪旗とパラ旗 長崎に到着 長崎新聞 2017年11月13日  
森岡選手（左）から受け取った五輪旗を振る荒木理事長（中央）と土岐会長＝長崎市、県立総合体育館

2020年東京五輪・パラリンピックへの機運を高めようと全国を巡回している五輪旗とパラリンピック旗が本県に到着し、引き継ぎ式が11日、長崎市油木町の県立総合体育館であった。13、14両日に長崎市民会館玄関ロビーで展示後、12月7日まで県内計11カ所で巡回展示する。

両旗は昨年、リオデジャネイロから東京都に引き継がれた。東京都や日本オリンピック委員会などは、昨年10月から19年3月まで両旗が全都道府県を回る「フラッグツアー」を実施している。

この日は、リオデジャネイロまで3大会連続で五輪に出場した陸上男子競歩の森岡紘一郎さん＝諫早市出身＝が引き継ぎ役を務め、「2020年まで3年を切った。みんなで協力して盛り上げていこう」とあいさつ。県体育協会の荒木健治理事長と県障害者スポーツ協会の土岐達志会長が森岡さんからそれぞれ旗を受け取り、大きく振って会場を盛り上げた。

月刊情報誌「太陽の子」、隔月本人新聞「青空新聞」、社内誌「つなぐちゃんベクトル」、ネット情報「たまにブログ」も  
大阪市天王寺区生玉前町5-33 社会福祉法人大阪手をつなぐ育成会 社会政策研究所発行

