

一人暮らし高齢者の社会的孤立—その課題と予防—

現在日本では、「超高齢社会」と呼ばれるほど高齢化が進行している。多くの高齢者はさまざまな地域活動への参加や人との繋がりを通して日常を送っているが、中には地域活動への参加をしたくてもできない人や人との関わりを避けた生活を送っている人もいる。また、地域活動自体があまり活発ではない、特に都心を中心とした地域においては、近所付き合いも浅く、家族ですらあまり関わりが無いケースが増加している。社会や人との繋がりがあれば起こるはずのない「社会的孤立」が発生し、孤独死に繋がるということは近年の課題であり、それに対してどのような対処法が求められるのだろうか。

そこで本論文では、一人暮らし高齢者が社会的孤立にならないための繋がりを維持するために、社会的孤立からなる孤独死の課題と予防を考察していく。そのため、社会的孤立の現状やその要因、またそこから見えた問題点をどのように解決していくべきなのかを、社会的孤立を巡る各主体の視点から検討する。

65歳以上の単身世帯（一人暮らし高齢者）の社会的孤立に至る要因として、1つ目にライフスタイルによる世帯構成の変化、2つ目に加齢による身体の変化、3つ目にコミュニケーション不足を指摘する。社会的孤立は、外部からあまり見えにくく、高齢者自身も気付いていないという場合がある。一人暮らし高齢者に限らず、高齢者は若年層に比べて、詐欺や犯罪の被害、疾病や急病、徘徊などによる行方不明者の発生、そしてその先には孤独死という大きなリスクが存在している。家族あるいは見守りネットワークに頼り、一人にならない環境を作ることが重要である。

そしてこの要因を解決するための課題として、1つ目に一人暮らし高齢者をどのように見守るかである。気軽に参加できる地域活動や定期的な声かけ、専門的な支援など高齢者に合わせた支援があれば、高齢者自身も安心して生活できるため、高齢者自身に適した支援を行うことのできる環境と担い手を確保することが重要である。2つ目に、現在の身体機能をどれだけ維持できるかである。運動面、食事面、精神面を意識し、体力低下の改善や介護予防にも繋げていくことが必要となる。3つ目は、地域のコミュニティに積極的に参加する環境を作ることである。地域コミュニティに参加している人や友人との関わりがある人はそのまま継続すれば良いが、セルフネグレクトの高齢者やセルフネグレクトではないが周りとの関わりを持たない高齢者をどうすべきなのかが課題である。高齢者本人の生活を尊重し、その人らしい生活を支えることを前提とし、具体的な支援を提示すること、そして家族だけではなく専門の方を交えて支援していくことが必要である。

最後に、高齢者の社会的孤立を巡る各主体の動向として、民間事業者、自治体、NPO法人、地域での取り組みがあり、これらの機関が連携して事業を行うことで見守りができている。本人や家族だけでは対処できない事態も想定されるため、家族だけで問題を解決しようとせず、状況に合わせた支援を行うことが重要である。