



すみりんニュース No.80

編集・発行 公益財団法人住吉隣保事業推進協会

編集発行人 理事長 友永 健三

*機関紙『すみりんニュース』は、2カ月に一度発行しています。



公益財団法人住吉隣保事業推進協会 〒558-0054 大阪市住吉区帝塚山東5-6-15

TEL (06) 6674-3732 FAX (06) 6674-3700 <http://www.sumiyoshi.or.jp/>

(この号の内容)

- 「人権のまちづくり考える」すみよし連続講座7月例会「『お片付け』をして健康になろう」報告
(講師:みやたか みちよさん〈一般社団法人住むーぶ全国協議会〉) 友永健吾……………2-4
- 連載 Vo.4 けんぞうの視点
「9.11 同時多発テロの教訓と西光万吉の『和栄策』」／友永健三……………5-6
- 住吉隣保事業推進協会のうごき
理事会・評議員会を開催しました……………7
ご寄付のお礼とお願い……………7
2021年度 賛助会員を募集しています!……………8
クレジット決済によりご寄付・賛助会費の納入ができます!……………8
財団法人住吉隣保館創立 60 周年記念式典、記念シンポジウムのご案内……………8

今号では、2021年7月24日(土)に開催した「人権のまちづくり考える」すみよし連続講座7月例会の報告を掲載しています。「お片付け」は、健康寿命につながります。子どもの巣立ち、定年退職など、ライフサイクルの変化に応じて、必要なモノもどんどん変化します。様々な問題や悩みを抱えたお宅に1,000件以上訪問された、みやたか みちよさんを講師にお招きし、「『お片付け』をして健康になろう」と題してお話いただきました。当日参加者は、12人でした。

(事務局)

「人権のまちづくりを考える」すみよし連続講座 7月例会 「お片付け」をして健康になろう

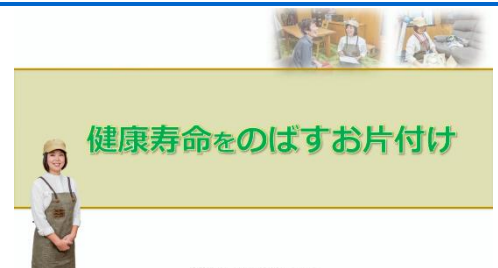
「人権のまちづくり考える」すみよし連続講座7月例会

テーマ:「『お片付け』をして健康になろう」

日時:2021年7月24日(土)13:00~15:00

場所:住吉住宅集会所

講師:みやたか みちよさん 〈一般社団法人住むーぶ全国協議会〉



© 2019 sumiovo.org. All rights reserved.

「人権のまちづくりを考える」すみよし連続講座7月例会 「お片付け」をして健康になろう」報告

去る7月24日(土)、住吉住宅集会所で、「人権のまちづくりを考える」すみよし連続講座の7月例会をおこないました。今回は、どっこい隊事業とコラボ企画でおこない、一般社団法人住むーぶ全国協議会の みやたか みちよ さんを講師にむかえ、「お片付けて健康になろう!」というテーマで学習しました。以下に、その内容を紹介します。

報告 友永健吾

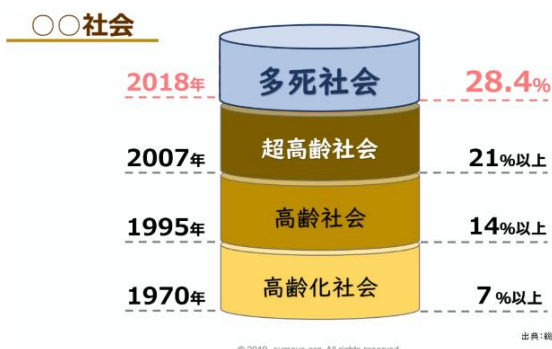
●日本の高齢化問題

現在、日本は「多死社会」が到来しているといわれています。内閣府の2020(令和2)年度版高齢社会白書のデータによると、日本の高齢化率は28.4%となっています。全国で最も高齢化率が高い県は秋田県で37.2%、大阪府は27.6%です。

ちなみに住吉区は、26.9%となっています。その中で一人暮らしをしている高齢者は28.7%という状況です。

●「〇〇社会」とは?

1970年に「高齢化社会」という言葉が出てきました。これは、65歳以上の人々が全人口の7%以上という基準で定義されています。1995年には、「高齢社会」と言われました。65歳以上の割合が14%以上というのが定義の基準です。2007年からは「超高齢社会」と言われています。65歳以上の割合が21%です。この基準を見ると、7%刻みで定義されていることが分かります。2018年には、65歳以上の人々が全人口に占める割合が28.4%となっており、「多死社会」という言葉が使われるようになってきました。

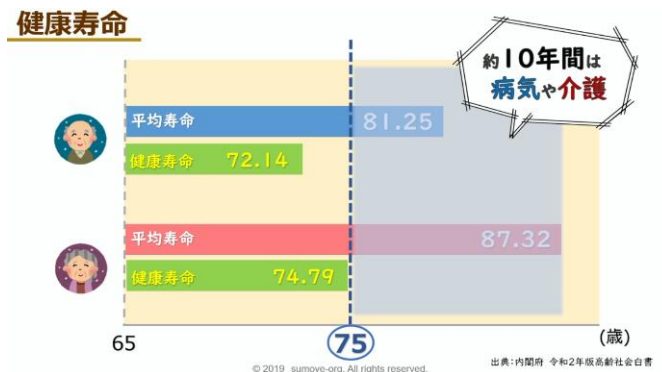


●平均寿命と健康寿命

日本の平均寿命は、内閣府の2020(令和2)年度版高齢社会白書データによると、男性81.25歳、女性87.32歳です。

WHOによる世界保健統計2020年版では、日本は世界最長寿国で、男女の平均寿命が84.2歳となっています。次いで、スイスが83.3歳、3位がスペイン83.1歳です。人生100年時代が間もなくやってきます。

「健康寿命」という言葉があります。健康で自立し、活動的に暮らせる期間のことです。日本の場合、男性の健康寿命は72.14歳、女性は74.79歳となっています。つまり、人生の最期の約10年は病気や介護になっているということです。



●介護の要因

75歳以上になると平均31.9%が介護を受けています。要介護認定を受ける要因の1位は認知症、2位は脳卒中、3位が衰弱、4位が転倒・骨折となっています。

4位の転倒・骨折に着目してみます。転倒の多い場所としては、庭が26%ですが、74%は屋内というデータがあります。家の中にそれだけ危険が潜んでいるということです。家の中にあるものでつまづいて転倒するというケースが少なくありません。

転倒の要因としては、内的要因(身体的要因)と外的要因(環境要因)があります。内的要因には、筋力の低下や、バランス機能の低下、薬の服用などがあります。外的要因は、階段や段差、スリッパや濡れている床、片づけていない部屋などが挙げられます。

●「ぬ・か・づけ予防」

日本転倒予防学会が、転倒しやすい場所をチェックするため、『ぬ・か・づけ予防』を提唱しています。

転倒しやすい場所のチェック



「ぬ」：濡れている所はすべりやすい

「か」：階段や段差は転びやすい

「づけ」：片づけていない部屋はつまづきやすい

●部屋が片付いていないと健康寿命が短くなる？

高齢者の転倒で、次のようなケースがよく見られます。

片づけができていない部屋で転倒→入院→

介護認定→施設入院→自宅を手放す

この展開が、流れるように進んでいってしまうのです。多くの高齢者ができるべく自宅で住み続けたい、自宅で最期を迎えたいと思っています。私たちも、その思いに応えていきたいと思っています。

●高齢者が抱える問題点

「お部屋の片づけ」という点から、高齢者が抱えている問題点を見てみると、「もの」が多い、「もの」が捨てられない、という傾向が見えてきます。その原因としては、①自分の記憶を「もの」に依存している、②「もの」がない時代を必死に生きてきた経験から所有欲が強い、③(重いものが持てなくなっているため)テレビやインターネットで「もの」をよく買ってしまふ、④在庫管理ができなくなる(しょうゆやソースなどの調味料を何本も買ってしまふ)、などがあげられます。

家族など周りの人は、なぜ、高齢者はものが捨てられないのかということを理解しようとすることも大切だと思います。

●遺品整理にかかる費用の例

遺品整理にかかる費用についてご説明します。

一般的(2LDKの間取りのお宅を想定)には、1人につき平均1500~2000点のものがあります(*ここで、実際のあるお宅を家財整理のため訪問した動画を視聴。一見、少なそうに見えても結構ものの数が多いことに驚く)。

遺品整理にかかる費用は、以下のような条件によって決まりますが、約15万円から数百万円までとかなり幅があります。

費用例① 15万円(税込)

形態：公営団地

間取り：2LDK

位置：1階入り口近く

駐車条件：良い

家財の量：少ない

衛生状況：良い

付帯工事：エアコン取り外し

作業期間：1カ月

費用例② 40万円(税込)

形態：公団

間取り：2LDK

位置：7階 エレベーターから遠い

駐車条件：良い

家財の量：4人家族

衛生状況：要軽清掃

付帯工事：エアコン、風呂釜、ウォシュレット、アンテナ、手すり

作業期間：15日間

費用例③ 60~100万円(税込)

形態：1戸建て

間取り：4LDK

位置：玄関から段差あり

駐車条件：道幅狭い

家財の量：4人家族

衛生状況：要清掃

付帯工事：エアコン、アンテナ、庭の倉庫、樹木、大型金庫

作業期間：15日間

以上のような例を見ても、葬儀費用だけではなく、遺品整理にかかる費用についても考え、将来設計をしておく必要があります。

●業者を選ぶ際のポイント

業者を選ぶ際には、以下のポイントを押さえておくことをお勧めします。

- ①見積りの内訳が明確で説明ができる。
- ②一般廃棄物の取扱いに関する資格を持っている（正しい方法で処分してくれる）。
- ③（自社の）ホームページを持っている。
- ④廃棄物の処理方法が説明できる。
- ⑤電話対応が丁寧。
- ⑥訪問見積りをしてくれる。
- ⑦追加請求がない。
- ⑧保険に加入している
- ⑨現場の立ち会いができる

悪徳業者の見分け方



- ①HPはあるか
- ②電話対応は丁寧か
- ③訪問での見積りをしてくれるか
- ④廃棄物の処理方法を説明できるか
- ⑤見積りの分かりやすい説明があるか
- ⑥後から請求額を釣り上げて来ないか
- ⑦損害賠償保険に加入しているか
- ⑧現場の立ち合いは可能か

© 2019 sumove.org. All rights reserved.

●「整理」のポイント

特に高齢者の場合、整理は、以下の4つがポイントになります。

＜「捨てる」が目的ではない＞

「捨てる」という言葉を使わないことも必要です。時には、「もらえないか」、「バザーに出しても良いか」などと言って安心させてあげることも大切です。

＜大切な物はとっておく＞

「思い出のもの」は見えるところに飾ることで、堪能したら、捨てられることもあります。

＜分けることから＞

整理は、分けることから始めます。そのコツは、「小さな場所」から始めることです。例えば、お仏壇から始めることをお勧めします。お仏壇をきれいにしてくれると信頼にもつながる。

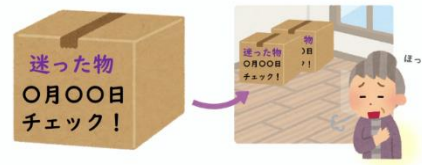
＜期限を決めて保管する＞

一気にものが減ると、認知症が進む傾向があります。そのようなことから一気にものを捨てるのではなく、期間を決めて保管してから捨てるのも大切です。ポイントは、「迷ったものボックス」をつくり、箱の外に「迷ったもの〇

月△日にチェックする」と書いておく。半年や1年くらいのスパンで考えることで、すぐに捨てるわけではないという

保管

「迷った物」を一旦保管する



© 2019 sumove.org. All rights reserved.

安心感を持つことができます。

整理するときのコツは、次の4種類に分けることをお勧めしています。

- ①「使うもの」、②「使わないもの」、③「捨てるもの」、④「迷うもの」です。

特に、「迷う」という選択肢を用意することが重要です。

整理のポイント

- ① 「捨てる」ことが目的ではない
- ② 大切な物はとっておく
- ③ まずは、分けることから
- ④ 期限を決めて保管する



© 2019 sumove.org. All rights reserved.

★演習（カバンの中を整理してみよう!）

ご自身のカバンや財布の中身を机の上に広げ、机の上に広げた中身を「使うもの」「使わないもの」「捨てるもの」「迷うもの」に分類していきます。このように分けることで、必要以上にものが多いことに気づいたりすることができます。

●まとめ

健康寿命を延ばす暮らしとは、①元気なうちから、物をすこしずつ減らしておくこと、②物につまづいて転倒しない・ケガをしない部屋づくり、③少しの介護を受けながらも、我が家で元気にくらするようになっておくこと、④高齢者家庭の片付けは、「死ぬ準備」ではなく「余生を快適」にすること、ということです。

「片付けは究極のバリアフリー」だと思います。「自分らしく生きる」ことを片付けという点から進めていってもらえれば、幸いです。

——研修後、「収納のポイントは?」という質問がありました。しまい過ぎないようにすること、収納家具を減らすこと、見せる収納を心掛けること、物の把握や管理がしやすいようにしておくこと、天袋は使わないようにしておくこと、などについてご説明いただきました。

連載
Vol.4

けんぞうの視点



9・11 同時テロの教訓と西光万吉の「和栄策」

《9・11 同時多発テロから20年》

9・11 米同時多発テロから20年が経過しました。米同時多発テロは、2001年9月11日朝、国際テロ組織「アル・カーイダ」のメンバーが旅客機4機をハイジャックし、①2機が相次いで突入したニューヨーク・マンハッタンの世界貿易センタービルの北棟と南棟が崩壊し、旅客機の乗客やビジネスマン、消防士など2,753人が犠牲、②ワシントン近郊の国防総省にもハイジャック機が突入して184人が死亡、③もう1機は、乗客らがテロリストに抵抗してペンシルベニア州シャンクスビル近郊に墜落、40人が亡くなりました。犠牲者には日本人が24人含まれていて、計2,977人に及び、米国史上最悪の国際テロでした。

アメリカは、9・11 米同時テロに対して、アフガニスタン戦争、イラク戦争で対抗しましたが、結果としていずれも失敗に終わったといわねばなりません。新聞やテレビで、20年が経過した今日9・11 同時多発テロに関して様々な特集が組まれています。根本的な分析がなされていないと思います。

《求められる根本的な分析》

根本的な分析とは、何ゆえに9・11 米同時多発テロが生起し、こうした事態を二度と繰り返さないための根本的な対応策を見極めることです。結論から言えば、①国際的、国内的格差を抜本的に是正すること、失業者、とりわけ若者の失業者をなくすことと、②恣意的な軍事力の行使をやめることです。

なぜ、①が必要なのかと言えば、世界貿易センタービルがテロの標的として狙われた理由を分析することから

です。アメリカのニューヨークの世界貿易センタービルが「テロ」の標的として狙われたのは、世界の富の象徴が世界貿易センタービルであったからだと思います。ソ連の崩壊、これに続く東ヨーロッパの社会主義諸国の崩壊によって、世界でのアメリカの影響力が高まりました。この結果、新自由主義経済が世界を席卷し、世界的にも一国内的にも貧富の格差が急速に拡大しました。この不正義に対する抗議として世界貿易センタービルが狙われたのではないのでしょうか？

ここで断っておきますが、私はいかなる理由があれ、自己の主張を実現するために「テロ」という方法をとることは反対です。「テロ」の実行犯は、法律に基づき処罰される必要があります。

②に関しては、アメリカの軍事力の行使が、あまりにも恣意的なものであるため、これに対する抗議としてアメリカ国防総省の建物であるペンタゴンが「テロ」の標的として狙われたのだと思います。アメリカの軍事力が恣意的に使われた事例としては、ベトナム戦争がその典型です。また、国連安全保障理事会での合意が得られないにもかかわらず、「大量破壊兵器を保持している」との口実（現実には存在していなかった）のもとにアメリカ等によって強行されたイラク戦争がその雄弁な事例です。

《軍事力では「テロ」をなくせない》

9・11 同時テロが生起した理由を、上記のように分析したならば、アメリカが採るべき政策は、世界的・一国内的に拡大している貧富の格差を解消すること、世界的・一国内的に存在している失業をなくすこと、とりわけ若者の失業をなくすことと、二度と軍事力を恣意的に使用しないことを内外に表明し、話し合いによって国際的な紛争を解決する政策を採用することであったのです。

ところが、アメリカが現実採用した政策は、アフガニスタン戦争、これに引き続くイラク戦争だったのです。これでは「テロ」を根絶することができないだけでなく、新たな「テロ」の原因を作り出してしまっているといわねばなりません。

20年に及ぶアメリカのアフガン戦争で使用した軍事費は2兆ドル(約210兆円/1ドル110円として)とされていますが、この金額をアフガニスタンをはじめとした経済的困難を抱えている国の発展に振り向けておれば、アフガニスタンをはじめとした世界の状況は大きく改善されていたのではないのでしょうか？

また、アメリカ等によるアフガニスタン戦争が引き起こされなければ「2005年ごろにタリバンが反政府武装活動を本格化させて以来、各地で激しい戦闘が続き、毎年、国連の推定で数千人の一般市民が犠牲になり、アフガン政府軍、タリバン軍を合わせて数万人規模の戦闘員が命を落としきたといわれる。また米軍も、この20年間で2,400人を超える犠牲者を出した」(東大作「アフガン政権崩壊 失敗の教訓と平和づくりの課題」/雑誌『世界』2021年10月号)と指摘されているような人命も失われなかったのではないのでしょうか？

《西光万吉さんの「和栄策」から学ぶことが必要》

西光万吉さんは、来年で100年を迎える水平社宣言の中心的な起草者としてよく知られていますが、第2次世界大戦後、西光さんは「和栄策」と名付けられた独自の平和政策を提唱され、その実現に後半生をささげられたことはあまり知られていません。(注)

けれども、世界的に軍事費の増大が続き、新たな兵器の開発競争が激化してきている今日、西光さんが提唱された「和栄策」の考え方を広め、発展させていくことが求められています。

西光さんの「和栄策」のポイントは次のような内容です。

- 1, 日本国憲法の精神を踏まえ、まず、日本が軍事費に使っている予算と、自衛隊に勤務している人員をそっくり発展途上国の発展に振り向けること。この

ために平和省を設けること。

- 2, ついで、国連へ働きかけ、他の国も、日本に続いて軍事費と軍隊に勤務している人員をそっくり発展途上国の発展に振り向けること。
- 3, 各国の軍隊をなくし、国連のみが国連軍を編成し、世界の安全を確保すること。

ちなみに、世界銀行の調査によれば、2018年1年間に171か国が軍事費に計上した予算の総額は、1兆8,112億3,200万米ドル(199兆2,355億2,000万円/1ドル110円として)の巨額に達します。このうち、日本の軍事費は5兆1,911円です。

日本国憲法の前文には、「われらは、平和を維持し、専制と隷従、圧迫と偏狭を地上から永遠に除去しようと努めてゐる国際社会において、名誉ある地位を占めたいと思ふ。われらは、全世界の国民が、ひとしく恐怖と欠乏から免かれ、平和のうちに生存する権利を有することを確認する」と、「恐怖と欠乏から免れた」平和な世界を構築するために、日本が積極的な役割を果たしていくことの決意を表明していますが、こうした平和憲法を持つ日本こそが、率先して軍事費を発展途上国の発展に振り向けることが求められている——これこそが本来の積極的平和主義——のではないのでしょうか。

注・「和栄」の和は平和の和、「和栄」の栄は共栄の栄、世界人類共栄のために西光万吉さんが創られた造語。

西光万吉さんの和栄策について詳しく知りたい方は、加藤昌彦『水平社宣言の起草者西光万吉の戦後—非暴力主義を掲げつづて』明石書店、2007年をお読みください(すみよし隣保館3階の図書室にも置いています)。



住吉隣保事業推進協会のうごき

理事会・評議員会を開催しました

理事会、評議員会が開催されました。

8月24日(火)午後7時より理事会、9月8日(水)午後7時より評議員会がそれぞれ開催されました。

今回の理事会、評議員会では、早期償還が決定した運用資産について、それに代わる運用法が検討されました。慎重な審議を経て、新たな資産運用方法が採択されました。この運用益は公益目的事業の費用に充当されます。またその他、財団60周年記念事業の企画、予算について審議もおこなわれ、すべて承認されました。

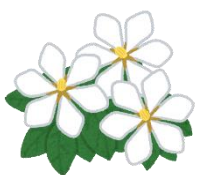
さらに、図書室所蔵の書籍の処分、整理についても検討がされ、貸し出しが少なく他の図書館等でも貸出があるものについては、処分をおこない、新たな図書に入れ替えていくこと、所蔵図書のインデックス貼付など、さらに整理を進めていく方針が決議されました。



その他、この間の隣保館の新型コロナウイルス感染症についての対策が報告され確認されています。

ご寄付のお礼とお願い

2021年4月1日から2021年9月30日までに
ご寄付をいただいた方と金額です。これ以外にも、3人の
方からご寄付をいただきました。ご本人の意志により、お
名前の公表を控えさせていただきます。



友永 健三、福井 敏光、住田 次郎、
木本 久枝、梶川田鶴子、共同建設、
大橋奈美 <順不同・敬称略>

合計金額: 860,000 円

2021年度寄付の目標額 200万円

～みなさまのご支援をお願い申し上げます～

当法人では、総合生活相談(無料法律相談含む)、自主学習支援事業、就労支援事業、居場所・食育事業、識字・日本語教室支援、公益貸室事業、図書事業、人権教育推進事業などを公益目的事業として実施しています。具体的には、支援を要する方々の身近な相談場所として、学習支援の場所として、また地域の誰にも開かれた交流の場所・居場所として、人権啓発の研修、講座、人権のまちづくりの拠点としての様々な事業を実施しており、これらは皆様のご寄付によって支えられています(ご寄付は、個人からだけでなく団体からも受け付けております)。いただきましたご寄付は、法人で実施するこれらの公益目的事業の経費、住吉隣保事業推進センターの維持管理に使わせていただきます。私たちの取り組みに、ご理解とご協力をぜひお願いいたします。なお、公益法人に対してご寄付された方は、税制上の優遇措置を受けられます。寄付額に応じて、個人または法人の所得から一定額が控除されます(詳しくは事務局までご相談ください)。

【ご寄付の方法】

下記、口座にて銀行振込によるご寄付を受付けています。直接事務局へのご持参いただいても結構です。ご寄付の際には寄付申込書に必要事項をご記入いただきます。

<事務局> 住吉隣保事業推進センター
住所: 大阪市住吉区帝塚山東 5-6-15
電話: 06-6674-3732

<振込先口座①>

みずほ銀行 住吉支店 (店番号: 471)
普通口座 (口座番号: 1606068)
口座名義 公益財団法人住吉隣保事業推進協会

<振込先口座②>

大阪信用金庫 住吉支店 (店番号 041)
普通口座 (口座番号 0115047)
口座名義 公益財団法人住吉隣保事業推進協会

<クレジット寄付>

「CANPAN（カンパン） 決済サービス」

*詳細は本ページ「クレジット決済により」をご覧ください。

2021年度 賛助会員を募集しています！

当法人の事業活動を後援する賛助会員を募集しています。加入していただければ、当法人の活動をまとめた機関紙『すみりんニュース』をお送りします。また、当法人主催の指定講座に参加費半額免除でご参加いただけます。<年会費> 個人：3,000円 団体：10,000円

【申し込み方法】

所定の申込用紙に必要事項をご記入の上、年会費と一緒に、当法人にご提出ください。

クレジット決済により
ご寄付・賛助会費の納入ができます！

365日24時間どこからでも寄付が可能です。また、「継続寄付（賛助会費）」と「都度寄付」をお選びいただければ、寄付先の事業を選択することも可能です。インターネットで「CANPAN決済サービス」を検索し、そのページから「公益財団法人住吉隣保事業協会」（または、以下アドレスをご入力いただくか、QRコードをご利用ください）をさらに検索し、「継続寄付」か「都度寄付」を選択してください。みなさまのご支援、ご協力どうぞよろしくお願いいたします。

★CANPAN 決済サービスをご利用になるには、利用登録が必要です。

<https://kessai.canpan.info/org/sumirin/>

ざいだんほうじん すみよしりん ぼ かん そうりつ しゅうねん き ねんしきてん
財団法人 住吉隣保館 創立60周年 記念式典き ねん あんない
記念シンポジウムのご案内

日時：2021年11月7日(日)午後1時半～午後4時半

場所：住吉隣保事業推進センター 3階 大会議室

【プログラム】

・第一部 記念式典(午後1時半～午後2時45分)

主催あいさつ、来賓あいさつ、財団法人住吉隣保館
60年のあゆみ、功労者表彰、感謝状授与 など

・第二部 シンポジウム(午後3時～午後4時半)

テーマ：「すみよし隣保館 寿を拠点にした
今後めざすべき方向」

進行：住田 一郎

(公益財団法人住吉隣保事業推進協会 評議員)

【パネリスト】

大北 規句雄(部落解放同盟大阪府連合会 副委員長)

熊本 理抄(近畿大学人権問題研究所 教員)

友永 健吾(部落解放同盟大阪府連合会住吉支部 支部長)

藤本 真帆(公益財団法人住吉隣保事業推進協会 職員)

*新型コロナウイルス感染症が収束していない可能性が高いため、参加人数は50人程度を考えています。当日、会場にお越しいただけない方は、記念式典と記念シンポジウムの内容を限定公開のYouTubeでご覧いただけます。

●出欠連絡について

賛助会員のみなさまには、案内と同封の返信用ハガキをお送りしています。ハガキに、出欠を記入していただき、10月20日(水)までにご返送ください。

●限定公開用YouTubeでの視聴を希望される方へ

①案内と同封の返信用ハガキに、指定のメールアドレスをご記入ください。

②ご指定のメールアドレスに、限定公開用YouTubeを視聴するための招待メールをお送りします。11月5日(金)までにお送りする予定です。

③11月7日(日)午後1時になりましたら、招待メールから限定公開用YouTubeにつながるようにいたします。

④限定公開用YouTubeを視聴される方は、ライブチャットでご祝辞やシンポジウムに対するご意見を送っていただくことができます。

