

「100歳人生」時代の生き方のコツとは？ “生涯自立”に注目した番組放送決定！

～t v k (テレビ神奈川) にて 11月12日(日)午前11時～

あす 「明日を見つけた高齢者たち～生涯自立をめざして～」

■「100歳人生」時代をどう生きるか

「高齢社会」という言葉はもうずっと昔のような気がします。いまや「100歳人生」時代、高齢者に与えられる時間は、年々増えています。100歳まで生きることがあたりまえという時代がもうすぐそこまでやって来ています。では、「100歳人生」時代の生き方のコツとは？その鍵を握るのは？

「生きがい」という明日を見つけた高齢者たちの日常を追ってみました。

CASE 1

101歳を迎える男性のアクティブな暮らし、元気の秘訣とは？

CASE 2

夢は白寿・99歳で2回目の個展を開くこと。95歳女性の“絵手紙”にかける思いとは？

この他、明日を見つけた元気なアクティブシニアたちを紹介。また、公社の掲げる“生涯自立”のコンセプト「食事」「運動」「生きがい」をそれぞれ研究し、実践し、アクティブシニアを支えるスタッフ達の話聞いてみました。

■番組概要

タイトル：明日を見つけた高齢者たち～生涯自立をめざして～

放送日時：11月12日(日)11時～

テレビ局：t v k (テレビ神奈川) デジタル3ch

■番組の背景

神奈川県住宅供給公社の介護付有料老人ホーム“ヴィンテージ・ヴィラ”は設立当初の入居者の平均年齢は69歳でしたが、開設から27年以上経過する中で、現在の平均年齢は84歳と高齢化が進み、入居者の約22%が要支援・要介護となり、グレー・見守りと言われる生活支援が必要となる方々は約27%と、ほぼ半数の方々の「ケア」が必要となっています。

公社はこの超高齢社会に向け、生涯にわたり「自立」して欲しいとの思いから“生涯自立”コンセプトを元に支援プログラムを開発し、進めています。

“生涯自立”とは食事、入浴、排泄が他人の手を借りずに自分で出来ることであり、自立の為の様々なプログラムを試行錯誤してきました。結果として「食事」「運動」「生きがい」をコンビネーションしたプログラムとそれらを「総合的に効果測定」し、必要に応じて修正するのが有効と判断しスタートしています。100歳の自分を見据えて人生を設計する高齢者の夢や希望をサポートし、応援しています。

