

## 先進会員感謝慰労の会が開催されました

総務委員会副委員長 小坂 俊介 (57期)

2019年9月18日午前10時30分から、「先進会員感謝慰労の会」が弁護士会館クレオで開催された。1979年10月に第1回を開催して以降、近時は年度末の時点で70歳以上の会員を対象として、本会の歴史を支えてこられた功績に感謝する趣旨で、「敬老の日」に因んで毎年秋に開催されている。本年度は、先進会員131名、ご家族25名、合計156名の参加者を得た。なお、本年度末（2020年3月31日）時点で70歳以上となる会員は1,298名である（2019年9月18日時点の当会会員8,543名の約15%）。

先進会員感謝慰労の会は、例年、前半の部として会長挨拶、役員等の紹介と外部講師を招いた講演が持たれ、後半は小宴が催されることが通例となっている（ただし、本年度は、小宴ではなくアルコールの提供をしない会食となった）。

遠藤常二郎総務委員会委員長の司会のもと、はじめに篠塚会長より、当会の126年の歴史の中で、最大の会員数を擁し、人権活動、憲法実現への取り組み、法律相談業務の拡大等において日本の弁護士会をリードする役割を担うに至った点に触れ、先進会員の長年の貢献への敬意と謝意が述べられた。また、先進会員の今後のご健康と共に、年齢に関わらず益々のご活躍が祈念された。続いて、会長と共に、副会長、監事、常議員会正副議長が壇上に上がり、紹介を行った。

次に、国際医療福祉大学医学部老年病科主任教授である浦野友彦氏による「超高齢社会の中で楽しく暮らす」というテーマでの講演が行われた。浦野氏は骨粗鬆症をはじめとした高齢者の活動性低下につながる原因究明とその治療法開発の専門家であり、講演は、要介護に陥らないための予防医療として、主に「転倒骨折」のリスクに注目した内容であった。すなわち、一度「転倒骨折」を起こすと入院から始まり、合併症、長期介護、誤嚥性肺炎、心不全といった典型的な要介護へのプロセスにつながり、自分らしい生活ができなくなること、転倒による骨折の大きな原因が骨粗鬆症にあること、その予防のため骨密度測定や骨強化を意識した日常



生活を推奨するとのことであった。また、骨を鍛えるためには重力負荷のかかる運動が好ましく、重量挙げとまでは言わないが、日常で楽しく軽い運動（散歩でもよい）を取り入れることが大切であるが、一方で、重力負荷のない水泳は筋力強化には良いが骨強化には意味がないという興味深い指摘もあった。続いて、転倒の原因となるサルコペニア（筋肉量減少）についての原因と予防や、ポリファーマシー（多剤服用）の問題、最後に、エンドオブライフケア（最後までその人らしく生きていくこと）の問題を、実際の終末医療現場の写真等を交えてご紹介された。

超高齢社会を迎え、高齢者が自分らしく生きることが注目されているが、会場も、用意した席が講演開始直後からほぼ満席となり、講演後も質問が飛び交うなど、参加した先進会員の関心の高さがうかがわれた。

講演終了後、クレオBCに席を移して行われた会食は、篠塚会長の挨拶をもって始められた。本年度よりアルコール飲料の提供を取りやめた点について、浦野氏の講演を踏まえて「転倒防止」がその理由であるとの篠塚会長の説明に、会場から笑いが出る場面もあるなど、終始和やかな雰囲気の中で、参加された先進会員は、旧交を温め、大いに歓談された。最後は、中西一裕副会長の中締めによって、名残惜しみつつ閉会となった。

なお、総務委員会では、次年度企画の参考にするため、先進会員のうち参加者等合計278名にアンケートを実施した。このうち「対象者を何歳以上とすべきか」という問いに対しては、75歳以上で良いという回答が多数を占めたため、次年度からは対象年齢を引き上げる方向で企画するか検討中である。