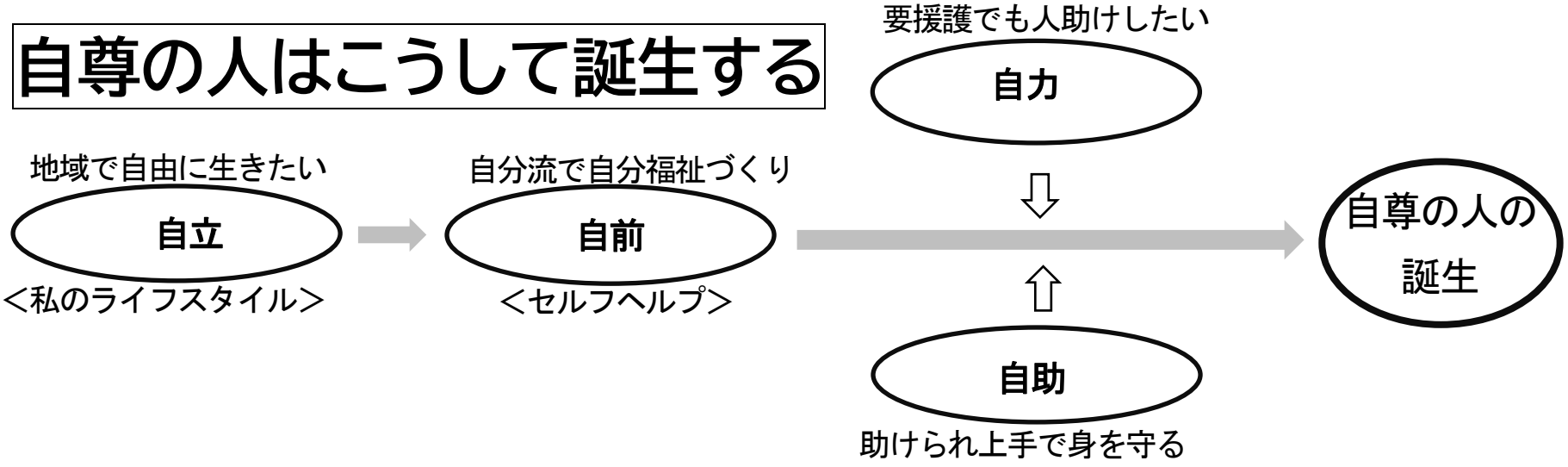
自分で尊厳をつくる人

自尊の人

自尊の人はこうして誕生する



住民流福祉総合研究所＜木原孝久＞

1.本書の要約

⑴当事者が自ら「尊厳づくり」をしていた！

■ある偶然から、私も気づかなかった新発想が生まれ出たことに起因して、マップのつくり方やご近所のつくり方まで、一挙に新しい考え方が生まれてきました。

■発端は、今の福祉の現状への失望です。最大の問題は、住民の尊厳が傷つけられたままであるということ。なんとかしなければならない。

■ところが、ここから前へはなかなか進めない。尊厳を守ってくれと言っても、今の福祉界はさっぱり関心を持ってくれない。この状態がもう数十年も続いているのです。これでは折角「尊厳」の大切さを冒頭に据えた社会福祉関連法が泣いている！

■ここで転機が訪れました。マップづくりの時に、「こんな活動はありませんか」と、呼び水用の「面白い」活動事例を用意しようと思い立ちました。無論、実際に取り組まれた活動です。この２０例をもっと

使い易いようにと分類。四つに分けました。自助・自立・自力・自前。

■この２０の活動例は一体、何なのか。すべて当事者による活動でした。しかもそれは当事者が切に願っている、当事者の尊厳を守るあり方でもあった。当事者が自らの尊厳を守るための取り組みだったのです。

■長い間、謎が解けなかったのは、尊厳はしかるべき人たちが当事者のために与えてくれるものと勘違いしていたからなのです。驚くべし、尊厳は当事者が自分でつくるものなのだと、教えてくれたのです。

■４分類できた２０項目は、当事者が自分の努力で尊厳をつくり上げようとするときの、素材だったのです。この４つの素材を使ってどんな料理を作るか、レシピは自分で作らねばなりません。

■自分で自分の尊厳をつくる。自尊です。自力で自分の尊厳をつくる人を「自尊の人」と言ったらどうか。何のことはない、現代の最も深刻な福祉問題の解決策を、当事者たちが提起するどころか、その解決行動を自ら実践していたのです。

⑵「自尊の人」はこうしてつくられる

■参考のために、冒頭の図を解説してみましょう。この４つのキーワードの役割に着目しました。まず「自立」は本人の生き方の基本、ライフスタイルといったらいいか。地域で自由に生きたい。これには付帯条件が付きます。ただ自由にだけでなく、自分の与えられた可能性をとことん伸ばすのだという上昇志向も求められています。

■次いで、自前。キーワードは、セルフヘルプ。自分の事は何事も自分でやる、自分の福祉も自分が担う。この付帯条件は、ただのセルフヘルプでなく、あくまで自分流にこだわること。そうでないと、セルフをした意味がないのですから。その自分流はどんなものかが問われているのです。

■次に二つ並んでいます。これで自尊づくりは複雑になってきます。ただのセルフヘルプでなく、必要な場合は周りに助けを求める自助。一方で求められたら、他人のために尽くす。要介護度が高い人も、この4 つは欠かせないのです。

⑶「尊厳のご近所」づくりと「自尊マップ」づくり

■では、今まで作っていた支え合いマップはどう変わるのか。住民の間に助け合いの機運が広がるように、

マップで住民の助け合い活動を探し出し、それをヒントに、より効率的な助け合いの地域を作ろうというのでしょう。

■今当事者がそれぞれ、自身の尊厳をつくり出そうと奮闘しています。とすれば、それを後押しするための活動も求められることになります。
■後押しするのもいいのですが、その前に、各自が自分の尊厳づくりに励まなければなりません。いわゆる当事者のみならず、一般住民も、福祉関係者であるあなたも、例外ではありません。

■マップ作りをするとしたら、みんなで集まって、住宅地図を広げ、20 の活動事例に似た行為を探し出します。２０の中のいくつかが見つかるでしょう。その「いくつか」でどういうご近所をつくるのか。そこからは皆さんの独自の作業が始まります。目指すは、尊厳をつくり合うご近所づくり。

■試しに１か所で実験したところ、この方式の有利点・不利点の双方が出てきました。
■まず有利点。既に２０の取り組み例が示されているので、皆さんの議論の方向で、「横道に逸れる」心配はありません。議論は、無駄がなく、効率よく進みます。
■しかも事例に、あるべき方向が示されているので、ずれた方向に進むこともありません。むしろ、これ

までを超えるような発想が出て来るのには驚かされます。

■では不利点は何か。２０事例は当事者の担っている行動です。と言うことは、できれば当事者に参加していただく必要があるのです。一般住民や関係者だと、担い手側から議論するので、そちらサイドの解決策が出てきてしまうのです。「見守られ上手さんはいるか」と聞いても、「なんだそれは？」となってしまうのです。だからマップ作りの前に、じっくり学習してもらう必要があるかもしれません。
■では、どんな人なら参加者としてふさわしいのか。私がイメージしたのは、「助けられ上手」さんです。理想を言えば、冒頭の、つまり１ページの４つの要件をクリアするような人です。

■「自尊の人」という言葉を唱えていると、福祉が今までよりも明るいものに聞こえるようになりました。いちばんの難題だった「尊厳」さえ、各自が作り出せばいいのだと考えれば、関係者とか行政の人たちへの不満も消えていきます。福祉への不満を言うよりも、自分用の尊厳づくりに知恵を絞るべきなのです。４つの素材をどうやって調達したらいいのか、どうやって調理したらいいのか、なんだか楽しくなってきました。私流の尊厳ってどんなものなのか、じっくり考えてみよう、と。

目次

1.本書の要約／2
2.福祉は実現したが、尊厳は傷ついた／8
3.「福祉サービス」から「自尊づくり」へ／10
4.尊厳は独立して存在できない-尊厳の法則／12
5.「自尊の人」とはこんな人／14
6.自尊づくり－20例／16
7.自尊のご近所づくり／48

2.福祉は実現したが、尊厳は傷ついた

⑴「私のつくった施設に入れられるのだけは勘弁してくれ！」

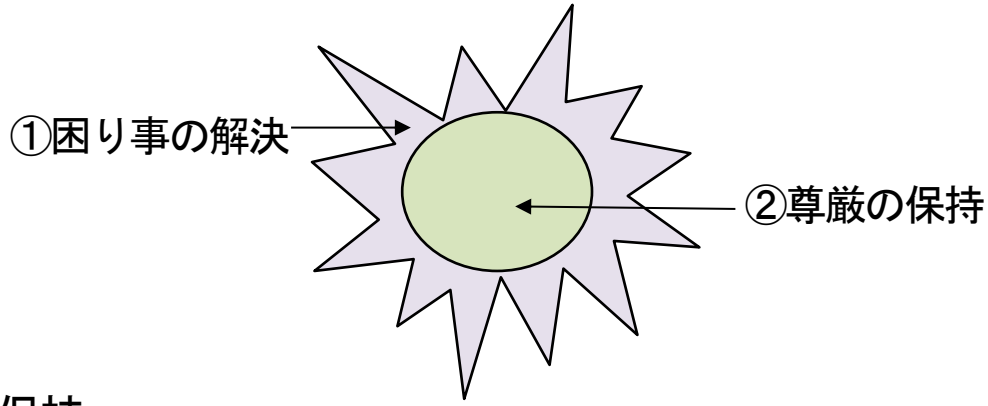
全国各地に何十もの施設をつくった法人の理事長の話を、部下の一人から聞いた。その部下が理事長にこう進言した。「先生、もうだいぶお年なので、先生の作った特養ホームに入りましょうか？」。すると先生、突然ワッと泣き出して、「わたしのつくった施設に入れられるのだけは勘弁してくれ」と部下に懇願したという。驚いたのは部下だ。先生に喜んでいただこうと進言したつもりが、その逆効果になった。

それにしても、こんなおかしな話はない。自分が入るのだと思うと、「ワッと泣き出す」ほど、自分の尊厳が傷つけられることを知っているのに、その後も施設をつくり続けた。私は絶対に入ることはないが、他の人が入るのは、どうぞご勝手にというわけだ。

デイサービス施設でも同じことがあった。何人かのスタッフが顔を合わせたところで、その一人に聞いてみた。「あなたの施設のサービスを受ける気がある？」。すると、いかにもギョッとした顔をして、「えっ、やだあ！」と叫んだので、一堂大笑いとなった。

講演先で、役場の介護保険課長が、今訪れた客から愚痴を聞かされたと、考え込んでいた。知り合いの高齢者で、本人はイヤだというのに、カミさんがどうしても行けというので、デイサービスに行った。まず算数だ。２足す３はいくつかと聞くので、癪にさわったから「6だ」と答えた。「おじいちゃん、５でしょ」と言うので、「掛ければ６だ」。次は歌を歌えという。仕方がないから、口をパクパクさせたら、「ちゃんと歌いなさい！」

次は風呂だ。俺はイヤだと言ったのに、入れと聞かない。仕方がないから手ぬぐいを持ったら、手ぬぐいは持ち込み禁止だという。俺は、どうやってアソコを隠したらいいのか弱ったよと。



⑵困り事の解決から、尊厳の保持へ

福祉関係者も気づかねばならない、困り事の解決から尊厳の保持へ、めざすところが変わってきていることにだ。あるデイサービスセンターでは、各自が名刺を渡され、出勤したらタイムカードを押して、依頼された仕事に出かけるという形にしていた。会社に勤務をしているという誇りが持てる。

面倒見のいい男性利用者を管理者に抜擢した例も。デイ利用者の内、ビジネス社会にいた利用者たちで、デイービスセンターの事業化・起業のアドバイスをしてもらうのもいい。そういう利用なら、尊厳は潰れない。元学者・教育者・特定テーマの研究者たちで社会教育講座を受け持ってもらってもいい。

3.「福祉サービス」から「自尊づくり」へ

「福祉」と「自尊」はどこが違うのか。整理してみよう。

⑴福祉は担い手のサービス行為

①「福祉」は要援護者に必要なサービスを提供すること。

②そのために担い手と受け手を区分けし、担い手がサービスを作り、受け手に提供する。

③受け手はただ一方的にサービスを受けるだけ。

④「福祉」サービスは受け手の尊厳保持までは考えていない。

⑵当事者の尊厳の実現は当事者自身が担う

①「自尊」は当事者自身の尊厳の実現努力。

②「自尊」は基本的に当事者自らがつくる。

⑶住民はすべて当事者。福祉ワーカーも当事者の一人として自尊活動に加わる。

①住民はすべて自助（身を守る）を実践している。

②自助を実践している人はすべて、当事者と言える。

③従って住民はすべて当事者。福祉関係者も担い手も受け手も、みんな当事者。

⑷尊厳回復のため当事者同士は同盟を結ぶ

①尊厳の実現・回復のために、必要なら当事者同士が同盟する。これを自尊同盟と称する。共通の課題は共同で解決する。これを同盟と称する。

②従来の福祉関係者も一人の当事者として自尊行為をし、他の当事者と自尊同盟に加わる。

③関係者の住民活動の推進もネット作りも自尊同盟の一環とみる。

4.尊厳は独立して存在できない－尊厳の法則がある？

尊厳の法則性のようなものがあるのかもしれない。例えば以下のように。

①尊厳を傷つけられるとどうなるか？

⑴尊厳を傷つけられていることは、自分では気づきにくい。

⑵尊厳を傷つけられ続けていると、そのことに鈍感になっていく。

⑶周りが皆、尊厳を傷つけられていると「それが当たり前」と思うようになる。

尊厳を傷つけられているのにそれに気がつかない、鈍くなるし、それが当たり前のようになる。いつまでも傷つけられている状態が続くと、つらくなるから、自己防衛本能が働いて、それに対する感度を自ら鈍くしようとするのだ。

②尊厳を取り戻そうとすると…

⑷誰かが尊厳を取り戻そうとすると、自分も尊厳を傷つけられていたことに気づく。

⑸誰かが尊厳を取り戻す行動を始めると、すぐさま自分もそれに続こうとする。

誰かが尊厳を取り戻そうとしたら、自分も尊厳を傷つけられていたことに気づき、それに続こうと始める。

③尊厳を保持している人は…

⑹尊厳を保持している人は尊厳を保持しようとしない人が気になる。

⑺尊厳を保持している人は、相手の尊厳も同様に守ってあげようと思う。

尊厳を実現している人は、そうでない人のことが気になる。だからその人の尊厳も守ってあげようとする。

④尊厳を保持していない人は…

⑻尊厳を保持していない人は、相手の尊厳の保持に関心がない。

⑼尊厳が傷つけられて苦しんでいる人は、相手の尊厳も傷つけようとする。

尊厳を傷つけられている人は、他者の尊厳にどういう働きかけをしようとするだろうか。一つは、相手の尊厳にも無関心になる、もう一つは、相手の尊厳も傷つけようとする。

⑽相手の尊厳を取り戻そうと努める中で、自分の尊厳にも目が向くようになる。

自分はともかく、相手の尊厳の回復に尽力する中で、自分の尊厳にも目が向く、自分の尊厳回復の努力を始める。

⑤自尊より共尊がふさわしい－尊厳は独立して存在できない

尊厳は独立して存在するものではない。私は他の人とは関係なく尊厳を持っている、とはいかないのだ。同時に自分の尊厳が他の人の尊厳にも影響する。行為も同様で、私が尊厳を求めて行動すると、その周りの人も同様のことを始める。

5.「自尊の人」とはどんな人？

これから取り上げる 20 の事例に登場する人たちが「自尊の人」と言ってもいい。

⑴老人ホームからサロンまで週二回、てくてく通ってくる認知症の女性

宮崎県の小林市でマップ作りをしていた。サロンを開いているのだが、週に二回も開いているので大変だろう思った記憶がある。もう１つ印象的だったのが、サロン会場へ、何とか歩いて通える老人ホームから、一人の女性、認知症の高齢者が、毎回たった一人で、しかも毎回、歩いて通ってくる。特別目立ったことはしていない。だから彼女のことを皆に聞いても、特別話題になるようなことはない。サロンとしては、積極的に歓迎しようとは思っていない。来るなとも言わないが、まあ、来れば受け入れるというところだ。とにかく週に二度、てくてくと歩いてきて、黙って参加して、黙って帰る。一人じゃつまらないのではとも思うが、本人の気持ちは分からない。私が彼女の立場なら、つまらないから途中でやめてしまうだろう。しかし彼女は通い続けている。皆は、ヘンな人だなと思っているに違いない。しかし彼女にとっては、重要なことなのだ。彼女なりに、このたった一つの行為で、自尊の具現を意識しているのかもしれない。

⑵認知症の散歩道で本人のやっていること

群馬県のある町。一本道の両側に店が立ち並んでいる。そこを毎日、認知症の女性が散歩している。立ち入る店は毎回決まっているが、ただ立ち寄るだけではない。Ａという店に入る時、手土産を差し出すのだ。と同時に、土産用の品物を買う。そして次の店に立ち入る。その時の手土産が、今買った品物だ。そしてそこでまた手土産を買って、次のＢという

店に入る。この人の懐具合はどうなっているのか心配になったが、彼女にとってはプライドの問題なのだろう。

⑶嫌われの押し掛け屋に意外な事実が！

一人のマップ報告で、こんな話が出た。一人暮らしの女性で、しかも認知症。彼女は日に何度も、近くの世話焼きさん宅を訪れる。あまりに頻繁なので、世話焼きさんもこれが原因で心労気味になったという。どうしたらいいでしょう、と。

私もその人の情報はこれだけなので、なんとも答えようがなくて、うーんとうなるだけ。その時、訪問した人が言い出したのか忘れたが、そう言えば玄関に油絵の大作がかかっていると言い出した。それだ！

ようやく対応のヒントが見つかったとばかりに、その絵はどういう絵なのか、部屋にはもっとあるのかと聞いていった。

要するに彼女にとっては、自分で描いたこの絵がカギを握っていたのだ。これをどういうふうに世に広めてあげられるのか。あとはこの議論に終始した。本人の尊厳を左右するのは一体何か、それを早く探すのがポイントなのだ。

孤独死した彼女もまた絵画にこだわっていた

そう言えばこれに似たケースがあった。孤独死した一人暮らしの高齢者。初めは、どうして孤独死したのか、その原因を突き止めることに話題は集中していたが、その後、「実は、彼女が亡くなった後、秘かに部屋を覗いてみたんだよ。そうしたら、壁いっぱいに油絵が飾ってあったんだ」。それだ！ おそらく彼女はこれらの絵を世に出したかったのではないか。

見守りのことは置いておいて、絵の生かし方に皆で知恵を絞ればよかった。それぞれの人に、尊厳の急所みたいなものがあるのかもしれない。それにできるだけ早く気づいてあげることだ。

6.自尊づくり－20事例

これから紹介するのは、これが自尊行為だというのを２０例挙げてみたものである。支え合いマップを作る時は、この20例に絞って、似たような活動はないかを調べるのだ。

(1)「自助」関連の自尊活動

❶見守られ努力、見守り合いをしているか

❷一人暮らしの親の隣人に見守りをお願いしているか

❸困り事も当事者同士で解決しているか

❹息子に引き取られた一人暮らしの人は里帰りできたか

❺自宅周辺に安心エリアをつくっているか

(1)見守られ努力･見守り合いをしているか

①玄関に張り紙

都内に住む一人暮らしのＹ子さんは、出かけるとき、玄関にカギを掛けず、張り紙をする。これからどこどこへ行きますからよろしくと。それを見ていた町内会役員が、「そんなことをしたら物騒じゃないか」とたしなめたら、「いいんだよ、アタシはね、皆さんに助けてもらいたいんだから」。プライバシーよりも身の安全のほうが大切というわけだ。

②見守られ上手のテクニックを知っておこう

高知市のある通りでは、そこを一人の世話焼きさんが歩くと、その通りの一人暮らしの人の安否がわかるようになっていた。一人ひとりが、元気な時は、窓をちょっと開けておく、ハンカチを垂らしておく、などの工夫をし、そのことを承知している世話焼きさんが歩けば、全員の安否が瞬時に把握できるというわけだ。

■以下の事例に該当する人はいないか。一人暮らしなら、各自何等かの知恵を使っているはずだから、調べてみるといい。

（元の資料から一部を抜粋したので、欠けている番号がある）

⑴毎日外に出て、人と出会う機会をたくさん作ろう。

②人がたくさん集まる場所に行こう（グラウンドゴルフ、パチンコ、スーパー）。

③サロンや役所等あちこちに顔を出して自分をアピールしよう。

④出会った人に、こちらから積極的に声をかけよう。

⑤向こう三軒やご近所内で声をかけ合おう。

⑵決まった場所へ行こう。

①決まった場所で買い物をしよう。

③毎日決まった人と声をかけ合おう。

⑶人を家に招こう。

②自宅で井戸端会議を開こう。

③子どもや友人に定期的に来てもらおう。

⑷自分の生活・行動を知ってもらおう。

①普段と違う行動をとる時は周囲の人に伝えておこう。

②泊りがけで家を留守にするときは、周囲の人に伝えておこう。

⑸病気や体調の変化も周りの人に伝えよう。

②自分の持病は周りの人に伝えておこう。

⑺見守ってくれる人との関係を大事にしよう。

③見守ってくれる人への連絡を決めた通りにしよう。

③散歩途中に「見守ってもらっているけど、私も見守っている」

一人暮らしのＳさんは、自宅の周辺を日に２回、散歩している。そして必ず誰かとおしゃべりをすることにしている。その間、彼女はたくさんの人に見守られているけど、本人も見守っている。**見守りは双方向なのかもしれない。**

④見守られ上手がなぜ自尊なのか？

ちょっと考えたら、何もしないのに相手が勝手に助けてくれる方が気楽でいいようだが、そこに尊厳という要素を加えると、事情が変わってくる。

周りの人たちに見守られるように、人通りの多い道路を歩く。その方が労力がいるが、私がこの見守りという営みの主導権を握っているという自負が持てる。

もっと発展して、私がこういう工夫をすることで、私への見守りという活動をプロデュースしているという自覚が持てる。小さなことだけど、こういう小さな自尊行為の積み重ねで、自尊意識が膨らんでいくのだ。

⑵一人暮らしの親の隣人に見守りをお願いしているか

高知県のある町。隣町で一人暮らしをする母親の家を、妹と交代で訪れている女性がいる。「いつもありがとうございます」という女性に、母の隣人は「娘のアンタがこうして来てくれるから、私も堂々とお母さんの家に上がれるんだよ」。

この活動の意義を日本人はどういうわけか理解していないようである。しかし一人暮らしをしている老親をご近所の人が日々見守ってくれたり、世話を焼いたりしてくれているのだから、最低ご挨拶するぐらいはすべきではないか。これが当事者の身内としての役割なのだ。

民生委員が、たまに来る息子や娘にアドバイスし、一緒にご近所回りをしてくれることもあるから、聞いてみるといい。

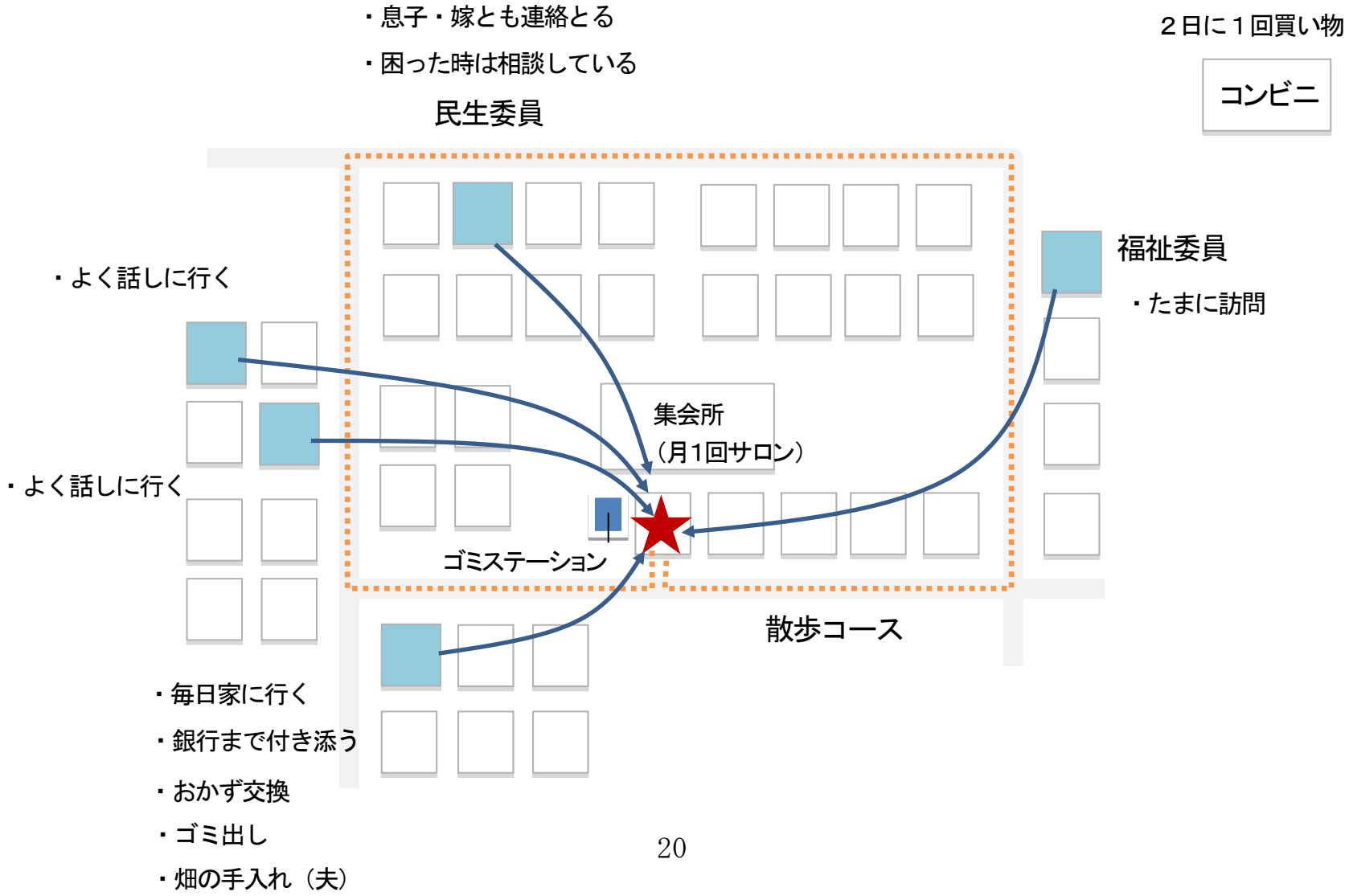
ある地区で企画したことがある。その地区の一人暮らし高齢者とその身内、ご近所さんの三者を集めてパーティをひらくという試みである。福祉は担い手が独自に実践するものではなく、三者の共同作業という考え方に立つべきでないのか。

①福祉は担い手と受け手の共同作業 - それをやっていると思えば自尊が満足する

福祉は、担い手だけの行為に見えるがそれは違う。一方は助ける行為、もう一方は助けられる行為をしている。助けられる行為とは、例えば、助けやすいように工夫する。助けたら充足感が広がるように配慮する、お礼の仕方を工夫するな

ど、むしろ担い手よりも多様な行為があるのだ。その一つに、担い手としての行為を意識づける。「いつもありがとうございます」と言うのは、意識づけに入る。それをすれば自分も共同作業に参加したことになる。

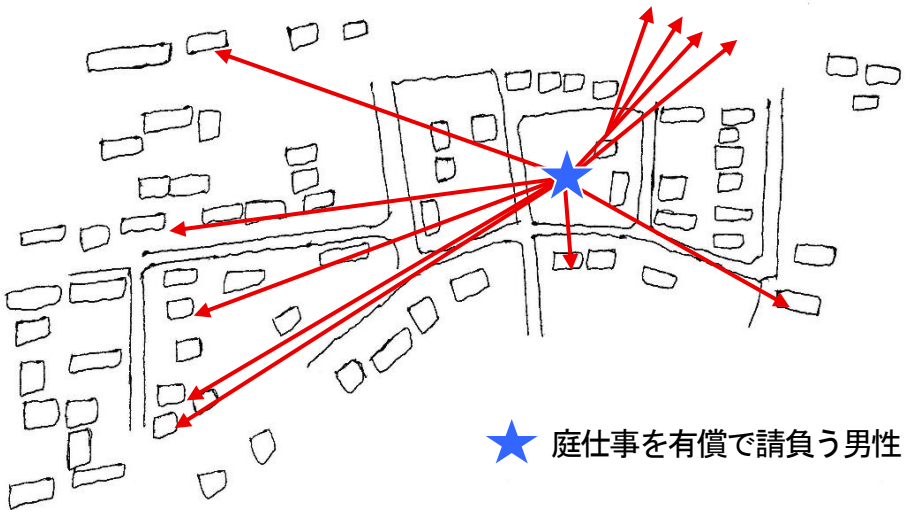
Ｓさんの（散歩）エリア



⑶困り事の解決も当事者同士でやっているか

ある男性が定年退職後に庭木の剪定技術を習得したところ、それを知ったご近所の一人暮らしの高齢女性から、有償で庭木の剪定をしてくれないかと依頼され、引き受けた。すると、その女性を介して、自分も剪定をお願いしたいという高齢女性が次々と現れて、結局１１人から依頼された。お礼は、それぞれの経済状況や男性との関係によって、いろいろだ。

こういうマップを福祉関係者はあまり見たことがないのではないか。当事者は何もしていないと思っている。そう信じ



ているのではなく、なんとなくそう思っている。しかし彼らは、一般住民よりも、困り事を抱えていて、それを本気で解決したいと思っている。そのために同じ状況の人と連携することもある。試しに調べてみたらどうか。その土地の、例えば一人暮らし高齢者の困り事を皆でどのように連携して解決しているのかを。

①自尊の人同士の助け合いは、さっぱりした同盟だった

助け合いだと、誰かがコーディネートして、剪定をしてもらいたい人と剪定ができる男性をうまく結びつけるだろう。しかもお礼もコーディネーターが基準を作って、依頼する側がお礼の額などで心を悩ませることがないように配慮するのではないか。

ところが、実際はこうした配慮は一切行われていない。初めに頼んだ人も、誰がやってくれそうかと聞かれで、どこどこの誰それさんと、ぶっきらぼうに答えるだけで、何なら私が調整役をしましょうかなどとは言わない。

だから、お礼のやり方や額などは、一人ひとりすべて違っている。シンプルというか、あっさりと言うか、なんともさっぱりしたものなのだ。

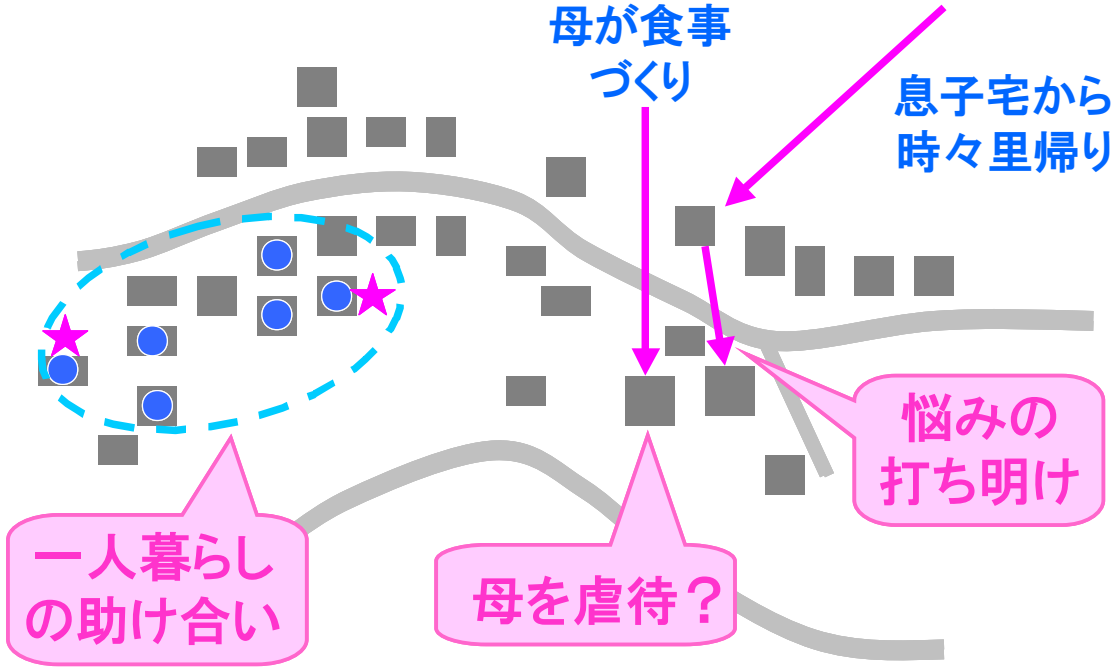
でも、事情を聴いているうちに、これでいいのだと納得した。彼らは皆、一人暮らしだから、一人で生きる厳しさを知っているし、またそれに慣れている。自立した者同士の冷めた助け合いと考えればいいのだ。

それに、お礼の仕方を聞いたら、なるほどと納得した。一人ひとり事情が異なる。経済状況から両者の関係の深さ浅さなど様々な個別事情を勘案しながら、最終的に両者が納得できる額を決めるのだ。まさに自立した者同士の、乾いたやり取りが行われていた。

だからこのやり方を聞いていて、これは助け合いではないなと思ったものだ。お互いが共通の問題を抱えていて、それを解決していくための同盟なのだ。

⑷息子に引き取られた一人暮らしの人は里帰りできたか？

マップで「空き家」を調べていたら、ある空き家の元住人は一人暮らしの認知症の女性で、１人では生活は無理となり、息子に引き取られて行ったという。その女性がこの家（元の自宅）の辺りを歩き回っていたので、「どうしたの？」と尋ねたら、この家に帰りたいと泣く。息子は２週に１回、里帰りさせていた。ならば「里帰りの日」を決めて、ご近所さんで対応したらどうかと提案した。



■福祉は解決したが、今度は尊厳が傷ついた

日本人は、一人暮らしの母親が要援護状態になったら、すぐに息子が引き取るようにしているが、母親が住み慣れた地域や自宅を離れ、息子宅で居心地よく生活できるはずがない。これこそが、「福祉」と言うよりは「尊厳」の問題と言うべきではないか。

つまり福祉は解決されたが、尊厳が傷つけられている。

①息子宅から実家への里帰り

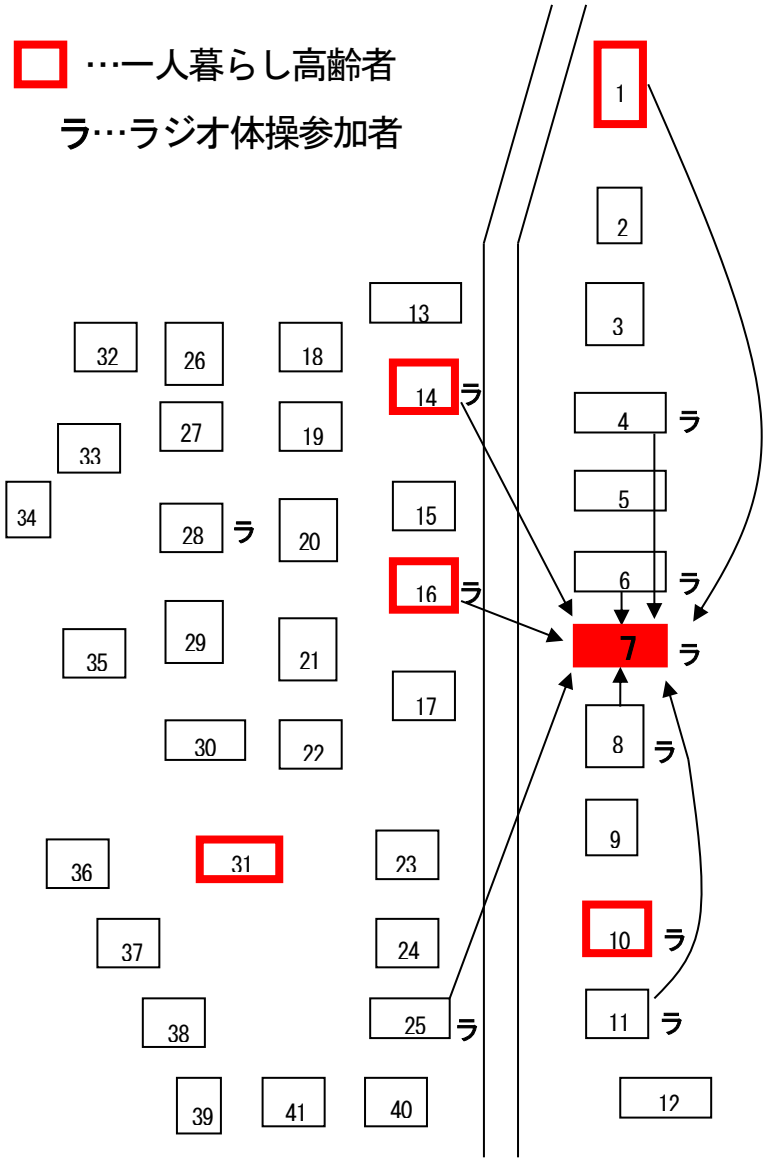
本人が認知症でない場合、こういう里帰りが実践できたという事例を私は知らない。やっぱり認知症であるために、ホンネがそのまま行動になって表れたということではないか。やっぱり人間は、ホンネの所ではこうしたいのだと納得できた。

ではそういうことが本当に実践できるのか。里帰りする日に限って、友達や近所さんが一緒に迎えたりする必要がある。

今まで里帰りと言えば、老人ホームからの自宅または友人宅への里帰りであったが、こういうかたちの里帰りも広がっていい。お嫁さんのストレスと本人のストレス対策を勘案して、それにご近所も参加して、息子宅と実家との行き来という新しい形があってもいい。この里帰りの形の一つとして、実家に戻っての地域活動という事例があった。これなら本人も里帰りしがいがある。

⑸自宅の周辺に安心エリアをつくっているか

マップを作っていたら、一人暮らしの女性は、自宅周辺に「安心エリア」をつくっていることが見えてきた。



■ラジオ体操に参加しているこの女性（7番）は、終わると数名の仲間に「うちに来ないかい」と誘いをかけ、お茶会をしていた。下の写真は別の安心エリア。

■一人暮らしの人は、規模の大小はあるが、こんなエリアを作っている。一つのご近所で複数ができていたら、さてどうなるか。

①要援護者というよりもサロンの主催者の面構え

一人暮らし高齢女性が 90 歳に近づくと、よく始めることがある。自宅を開放し、近隣を廻っては、わが家に来るように働きかける。お茶やお菓子を出し、いろいろな悩み事を聞いてあげる。その光景を見ていると、いっぱしの相談員といった感じがする。家をひらいた段階で、自分のプライバシーは半ば放棄する。

まさに地域福祉活動家といった風貌である。本当の目的は、自宅に集まってもらって、私の安全を守ってもらうというものだが、表向きは家庭相談員である。当事者のやり方は常にそうなのだ。尊厳を守るというあり方は、このようなものである。それを承知したうえで、接待を受けるのが住民のやり方なのだ。参加者に密かに参加理由を尋ねると、みんな同じ言い方をする。「見守りがてら」と。尊厳を守ってあげながら、陰ながら支える。

⑵「自立」関連の自尊活動

❶ひきこもりの人が見込んだ人や、こだわっていることは？

❷妻が夫の地域デビューに協力しているか

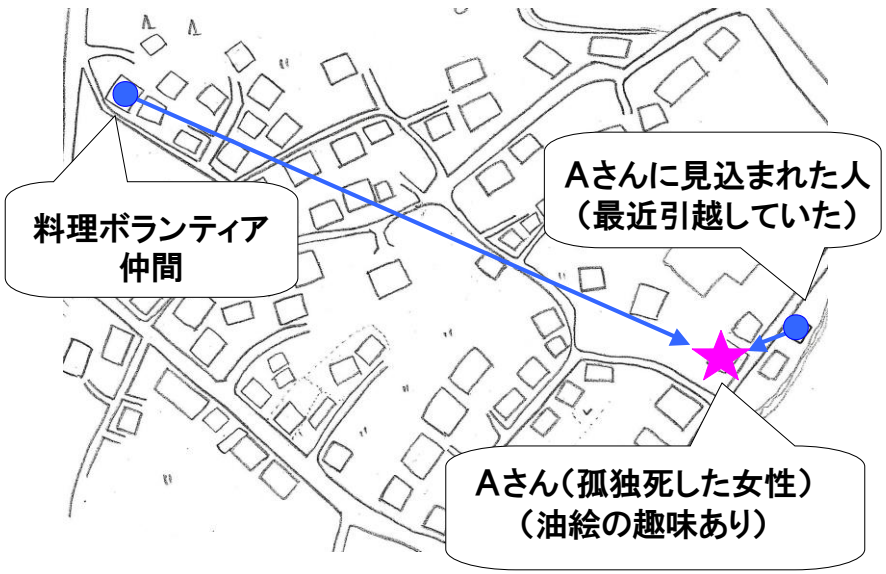
❸施設入所者の里帰りはできているか

❹認知症の人の家族が徘徊対応の協力を求めているか

❺迷惑かけ屋さんがその人なりに、受け入れてもらえる努力をしているか

⑴引きこもりの人で本人が見込んだ人は？　こだわっていることは？

先程も少し紹介した事例だが、マップづくりをしていたら、孤独死したという女性がいた。民生委員やボランティアの訪問を拒否していたという。関わりのある人が誰もいなかったのかと聞くと、住民は誰もいなかったと言うのだが、しかしそんなはずはない、引きこもりの人でも大体２人は本人が見込んだ相手がいるはずだと粘ったら、やっぱり２人いた。特に斜向かいに住む人には「何かあったらお願いね」とまで言っていたという。



では、なぜ孤独死になってしまったのか。この斜向かいに住む人が、引っ越していたのだ。民生委員は、別に自分が本人に見込まれる必要はなく、本人が見込んだ人を探してその人とつながっておけば、引っ越すことも把握できただろうし、もう１人の人に見守りをお願いするなどの対策も立てられたのではないか。

参加者の１人が、女性が亡くなった後、家の中を覗いてみたら、壁いっぱいに自分が描いた油絵が飾ってあったと。これが、彼女がこだわっていたものだった。この油絵を通して関わっていけば、彼女も受け入れたかもしれない。

■安全を守る見守りと、尊厳を守る見守り

彼女は見守り自体を拒否したわけではない。ただ見守りというのは、誰でもいいというのではなく、お互いの相性が合わねば、疑心暗鬼になる恐れもある。「私の家を覗いている人がいる」と訴えてくるのは、大抵はこのケースではないか。たしかに「見守り」はある意味で「覗き」でもある。覗きか見守りかの違いが、お互いの相性とか信頼関係と繋がっているのではないか。彼女はそれを求めていたのだ。尊厳を求めている彼女だから、こういう面倒なことを言うのだろう。

■尊厳を守る関わりとは？

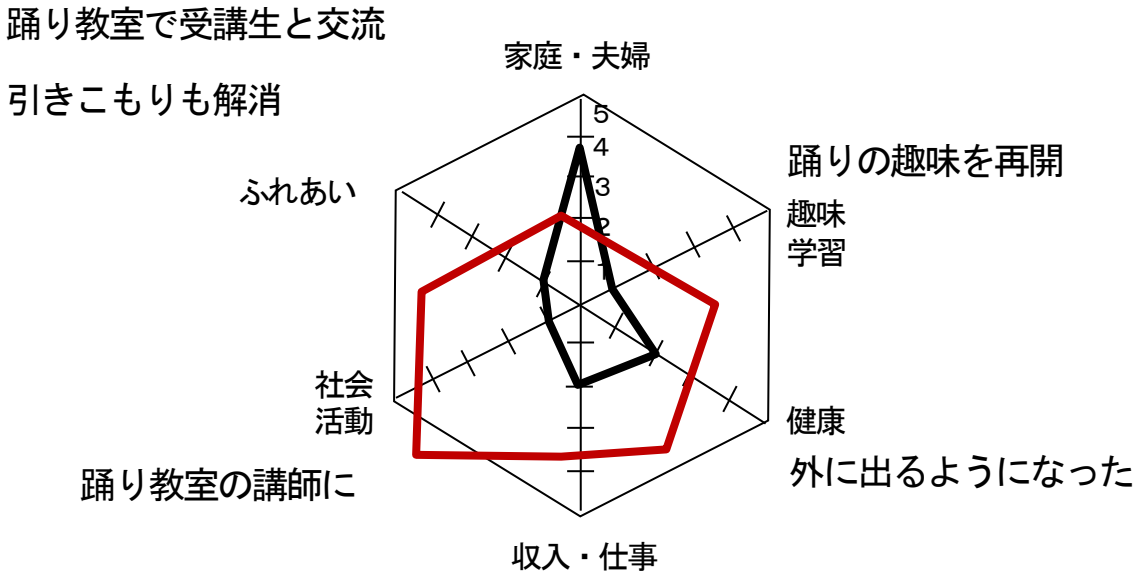
今述べたように、彼女にとっての関心事は油絵に他ならない。彼女の見守りに当たった人も、チラッとだろうが、この油絵を見ていたに違いない。この油絵を世に出すことになら強い関心があっただろうし、彼女の尊厳を守ってくれるのもこの油絵だったに違いない。それに比べれば、誰が見守りをするといったことはどうでもよかったに違いないのだ。自立を主張する人は、「自由に生きたい」と言うことだが、それは自分勝手に生きたいということではない。自分のやりたい通りを選択すると、このように危険な目に遭うこともある。それでも自分の選択を優先したいということだ。

①看護師の２人の娘と引きこもる認知症の女性。こだわっていることは？

看護師の娘２人と暮らす認知症の女性がいて、窓には目張りがされていて引きこもり気味だという。

地元の世話焼きさんに聞いてみた。その女性の趣味は何か？ 昔は何をしていたのか？と。出てきた答えは、「踊りの先生をしていた」。そこから攻めてみたらどうかとアドバイスしたら、これがうまくはまった。

イベントで踊りの講師をしてくれないかと説得したら、承知したという。それだけではない。講座が終わった後も、踊りのイベントが開かれると、娘と一緒に出てくるようになり、娘はその後、福祉ボランティア活動に参加するようになったということだ。母親の豊かさ度を測ると、黒の実線が事前の状況、赤の線が事後の状況になる。



■踊りの教室の講師になったことで、豊かさ満開に？

今の豊かさ満開のダイヤグラムを見ていて、たった一つのことをしただけなのに、なぜこんなに多角的に豊かさ度が増えるのだろうか。たしかに彼女は踊りの講師になったことで、社会活動が広がり、ふれあいも広がり、家族がこれに参加することで家族の充足度もレベルアップした。そして母親の心身の健康度もおそらく改善されたに違いない。自由に生きたいということは、**勝手気ままという感じがするが、その結果自分の好きなことをやることから生じるメリットは小さくない。**

ポイントの一つが「講師」。人を導く、教える行為を、高い要介護度の認知症の母親に委ねたインパクトは尋常ではない。

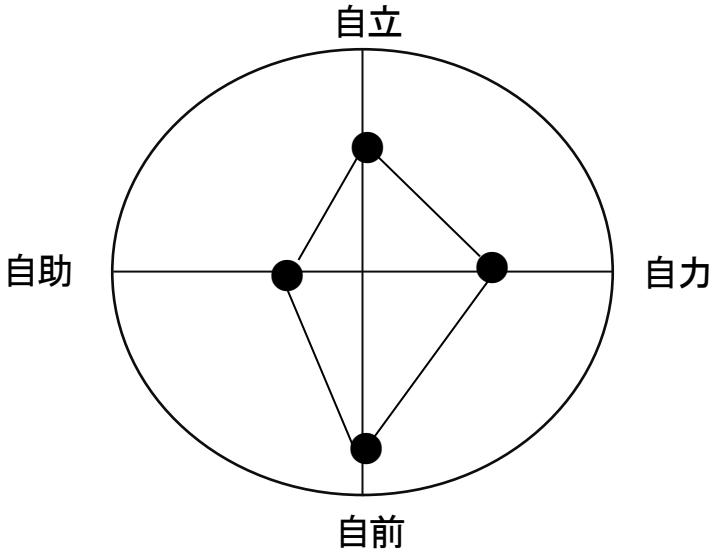
⑵妻が夫の地域デビューに協力しているか

マップづくりをしていたら、１人の女性が夫の地域デビューを仕掛けていると言うので、話を聞いた。

Ｓさんは夫より７歳年上で病弱でもあるため、この先、自分が夫より先にこの世を去った時のことを考え、夫が定年するとすぐに「地域デビュー」と「自立」をめざして働きかけていった。

まず彼女がやっていた町内会長の役を彼に手渡したが、その後の動きは鈍い。そこで地元の民生委員に相談したら、地元の男性たちをひとまとめにして、ゴスペルの会やカラオケの会、焼き肉パーティなどを仕掛けていった。やがてＳさんの夫は、その活動のリーダーシップをとるまでになった。

円を使ったダイヤグラムに彼らの活動を載せたら、「自前」が抜きんでていて、その次が自力で相互に協力し合っていた。



①老々介護の問題－要介護の妻を囲い込む夫

老々介護の問題と言えば、夫が妻を介護しているケースである。この場合、介護はしてくれるが、妻を囲い込んでしまう。妻の友達が来ても会わせてくれない。その最大の理由として、夫自身が地域デビューしていないことが挙げられる。この二つの問題はつながっているのだ。だから妻は、要介護になる前に、夫を地域デビューさせておかねばならない。

⑶施設から里帰りはできているか

福祉関係者の中にも、このことは知らないの人が多いようだが、住み慣れた自宅を離れて見知らぬ施設に入れられて、本人はストレスが溜まり、少しでもいいから里帰りをしたいと思うようになる。不思議なもので、一度家に帰ると気が済むのか、その後はあまり帰りたいと言わなくなるようだ。

しかし、家族は「一度戻したら癖になる」と、受け入れたがらない。自宅が無理なら、友だちの家やサロンなど、地域のどこかが受け入れるという方法もある。写真の事例では、民生委員が仲介して、身内でもない施設入所者を受け入れたのは、下半身不随で車椅子生活、しかも一人暮らしという富永秋江さん。それも毎月、しかも夫婦２人とも受け入れていた。(写真・右が富永秋江さん。左が里帰りした人。後ろが民生委員の八鍬伊代子さん)

①里帰りが出来なかった人・出来た人ーその落差

ある女性からこんな悩みを聞いた。私の友達がグループホームに入所したのだが、訪問するたびに、家に帰りたいと私にせがむので、胸が痛い。それでも実現しない。とうとうそのことはあきらめたようだが、その代わり段々と体が弱っていき、ある日訪ねたら認知症になっていた。そのことを、マップ作りの場で披露したら、「実はうちの母親もそうなった」と数名が言ったのでびっくりしてしまった。

ボランティアグループのリーダーから電話があった。一人暮らしをしていた仲間の一人が認知症になったので、施設に入った。今日は彼女が里帰りをするので来ないか、と。元住んでいたアパートを大家が使っていいというので、そこが里帰りの場となった。

そこで驚くべきことが起きた。参加した仲間、５人の名前を全部言い当てたのである。びっくりしたのは仲間だけではない、本人が一番びっくりしていた。「あら、皆、思い出しちゃった」と笑っていた。里帰りの効用はこんなものなのだ。

(4)家族が徘徊対応などで周りに協力を求めているか

①医者に行ったその足でご近所回り

岐阜県多治見市の春田剛さん（７５歳）は、９０歳になった母親の様子がおかしいと病院へ行ったら、認知症の初期症状だという。「これは大変だ。この先、自分１人では対応しきれない」と思った彼は、医者に行ったその足でご近所回りをした。「こういうわけで、どうか母のことをよろ

しくお願いします」と。普通なら深刻な状態になってから考えるところを、この男性は今から対策を考え、ご近所の人に見守ってくれるようお願いした。

福祉は担い手と受け手の共同作業ということが納得できる。これも活動の一つだと読者も納得できるのではないか。それをやったのが、普通はこういうことができないはずのシニア男性だというので、本当に驚いた。

②マンション内で説明会を開催

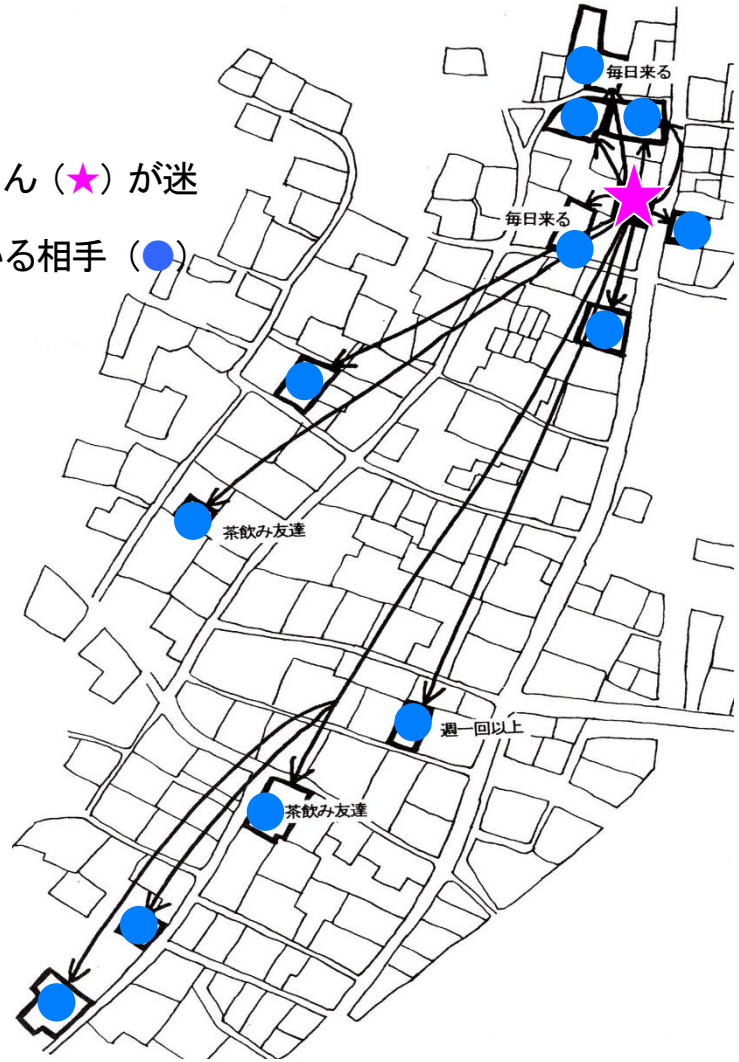
こちらは新潟市。夫が認知症で徘徊が激しくなり、自分だけでは見守れないと思った主婦が、自分たちが暮らすマンション内の人たちを集めて説明会を開いた。「ちょっと大げさかもしれないと思ったけど、皆さん理解してくれた」。

■こうなると、お願いするのも一つの大事業だ

二つの活動を見ていただきたい。意味合いは、認知症の身内の見守りを、ということだが、ここまで徹底すると、なんだか大事業をやっているみたいでもある。おそらく本人もそう認識しているのだろう。

最近この関連の「お願い」型のダイナミックな活動が増えている。いいことである。助けるだけが活動ではなく、助けられるのも一つの立派な活動だということが、彼らは認識できた。これが広がれば面白くなる。

⑸迷惑かけ屋さんがその人なりに受け入れてもらえる努力をしているか



どのご近所にも大抵、「迷惑な人」と言われている人がいる。本人は理由があってそのような行動をしているだけでも、それが相手からすれば迷惑になる。

たとえばこのこの女性の場合、朝の５時頃にピンポーンと来る。何事かと玄関の戸を開けると彼女がいて、「ヌカミソの作り方を教えて」。そんなことは昼間に来れば？と言うと、いや、いま教えてほしいのだと。

断ると悲しそうな顔をするし、後でちゃんとお礼を持ってくる。憎めない人なのだ。

彼女なりに受け入れてもらおうと努力しているところが、興味深い。

⑶「自力」関連の自尊活動

❶認知症の人がボランティア（福祉活動）をしていないか

❷世話焼きさんが入所したため困った地域はあるか

❸デイサービス利用者がスタッフに取り立てられていないか

❹障害者が障害を能力として生かそうとしていないか

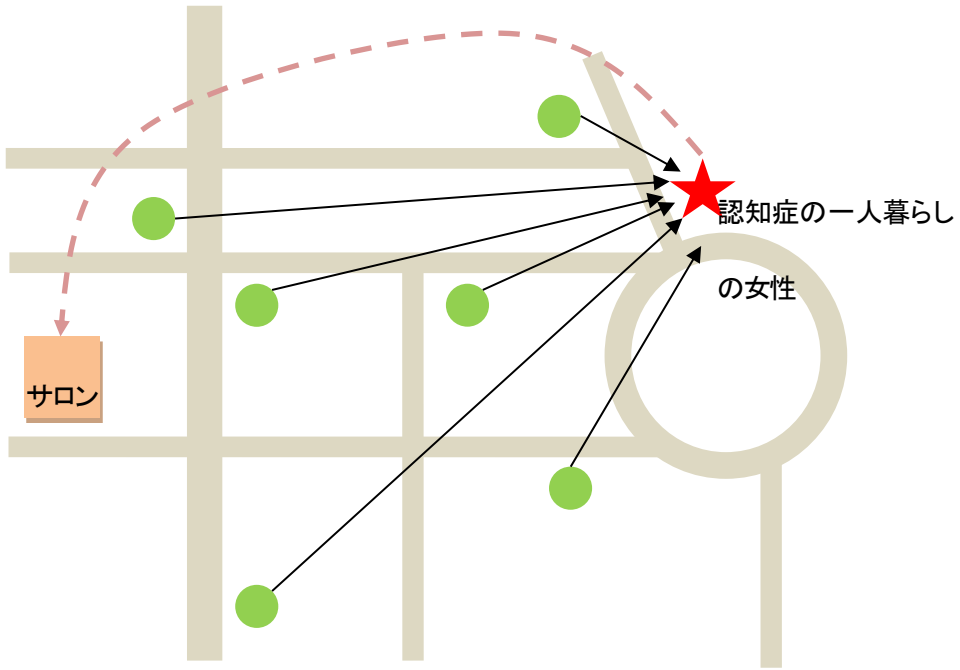
❺子どもや８０５０の当事者が介護者として位置づけられていないか

⑴認知症の人がボランティア（福祉活動）をしていないか

前述の通り、一人暮らしで認知症の人が自宅でサロンを開いていた。参加している人たちに理由を聞いたら、「見守りがてら」と。

■認知症のデイ利用者が尊厳を守るかたち

それだけではなく、認知症の人がボランティア行為をしている光景に出会うことがある。静岡県で見かけたのは、デイサービスセンター。「訳アリの利用者」である。初めはこの人、あるデイサービスに連れていかれたのだが、「私はボランティアですから」とその施設に行くのを拒否。彼女は元教師で、ボランティアなら行くというのだが、今度は施設側が拒否。そこで連れてこられたのが今の施設、ＮＰＯのデイだった。



利用者は全員、青色の作業服を着ているが、彼女だけは真っ赤なワンピースにベレー帽、脇にはノートを抱えている。「ボランティアノート」と書かれてある。作業は彼女だけはパス。しばらくすると、外がにぎやかになってきた。窓が開き、顔を出した女性たちが「センセーイ」と叫んだ。「なんだ、あんたたちか」と女性が反応した。昔の教え子らしい。

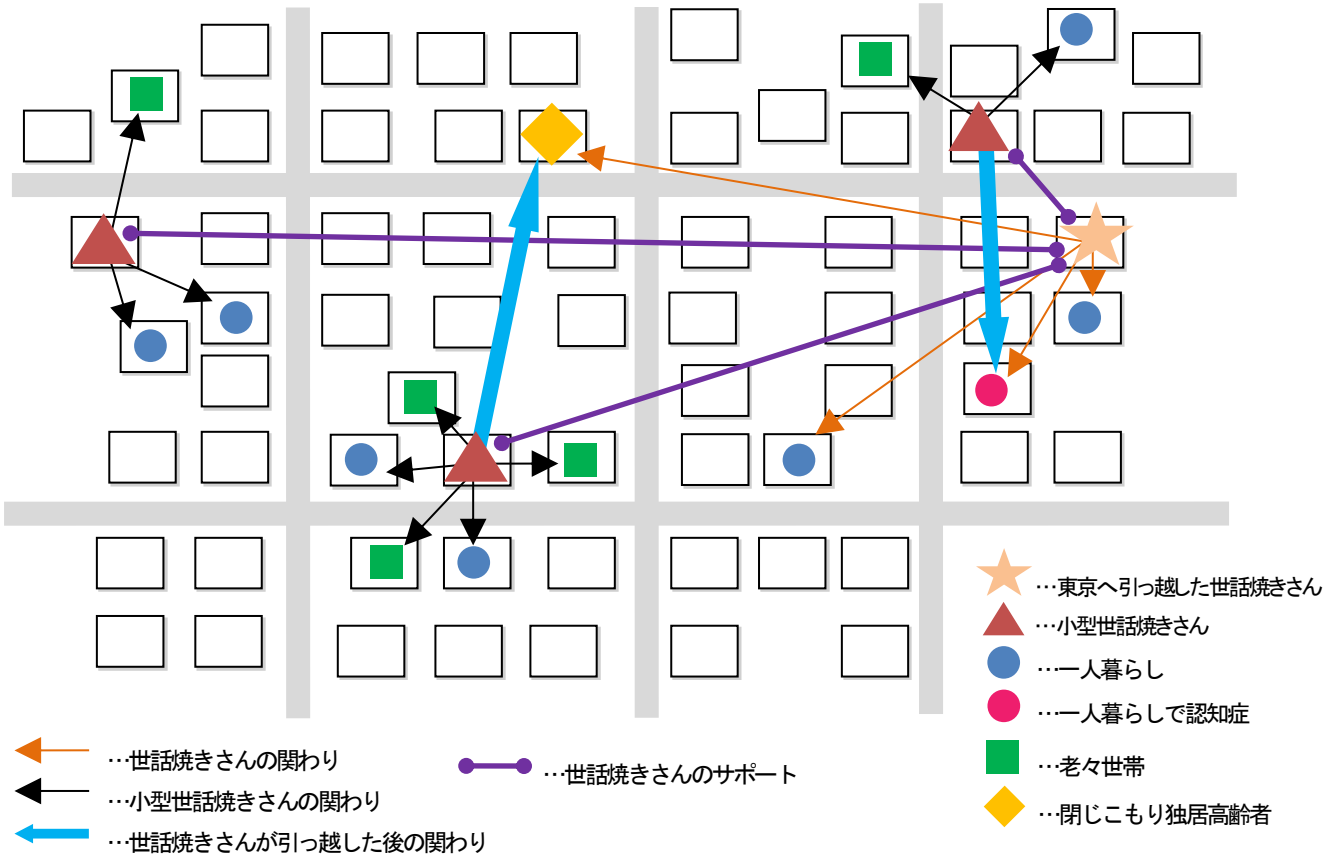
私は担い手の方なのだと主張したがるヒトが少なくない。静岡のデイサービスセンターの所長の集まりで、この話が出た。たまたま知的障害の青年が来た時、利用者たちの取り合いになったという。「私は昔、理科の教師をしていたから、理科を教えてあげる」などとお互いの特技を主張し合っていたと。

そういうことなら、対象者を担い手に据える手立てを福祉技術の一つとして確立すべきではないか。要援護者がそれで、皆、教師なりサービスマンになれる。

「私はボランティア」と主張する先程の女性が、大事に「ボランティア手帳」を抱えていたのが印象的だった。

⑵世話焼きさんが入所したことで困っている地域はあるか

じつはそういう事例が意外にあるのだ。下のマップは、釜石市の事例。もともとこの地区の大型世話焼きさんとして活躍していた女性が、家族の事情で東京の施設に入所してしまい、地域の人が困ってしまった。



そこで彼女は、また大型世話焼きとして地域に関わるために、ときどき里帰りすることにしたのだ。

主な役割の１つは、３人の小型世話焼きさんが面倒を見ているケースについてアドバイスすること。あとは、個別訪問。この頃では、もう一度、地域に戻ってあげようかということも考えているようだ。

■人はだれでも２役を持っているということ

ちょうど私たちが「一人暮らしの高齢者」と言うとすぐに「見守りの対象者」を思い浮かべるように、この関連の誤解が極めて多い。要介護度の高い人は、サービスの対象者であるに決まっていると誤解する人が多い。サービスの対象者であることは間違いないとしても、もう一方の活動家である部分を見逃すと大変なことになる。その人を施設に入所させてしまうと、地域が壊れてしまうという話が、私の耳にもときどき聞こえてくる。

だからどうするのか。例えば本人の活躍の場の近くに入所するとか、活躍の場で彼女が居住できる方法を考えるとか、本人優先の生活スタイルを考える必要があるのだ。

こういう活動者向けの入所施設をつくるという考え方もある。活動するのに向いた生活ができるように配慮するのだ。入所施設というよりは、活動拠点に住むという発想である。

⑶デイサービスの利用者がスタッフに取り立ててもらっていないか

ここまで、福祉は担い手と受け手の共同作業だと述べてきた。とすれば、例えばデイサービス事業を利用している人たちは、デイサービスの事業者やスタッフ「と一緒に」事業を行っているとも解釈できる。利用者がデイサービス事業で共同事業者として何ができるのかといえば、いろいろある。

デイサービス利用者が担うべきこと

①利用者同士で助け合い

利用者のＡさんは認知症で、以前は美容師だった。そこでデイサービスを利用している時は、入浴後の利用者仲間にドライヤーをかけてあげている。彼女は以前、生け花の講師もしていた。そこで地元の福祉組織が企画して、彼女を講師に生け花講座を開催した。

②スタッフの仕事を代行する

あるデイサービスセンターを利用している認知症の男性は大変な世話焼きで、利用者仲間の世話を焼いている。それを見た所長は、彼をスタッフと同じ待遇にした。利用者の気持ちがわかるスタッフとして活躍し、症状が進んだら、再度利用者に戻ってもらうが、今度は職員の気持ちがわかる利用者として活躍してもらおうというわけだ。

③サロンや趣味活動に皆で参加する

あるサロンは、毎週２回開かれているが、始まるのは必ず午後２時半と決まっている。何故かと聞いたら、地域のデイサービスが終わる時間で、利用者が帰ってくるのを待っているのだという。

一般的に、デイサービスを利用している人はサロンに参加しにくいのが実情だが、ここでは歓迎されている。

④自主的なデイを目指す

実質的にこのあり方を選択している人が、じつは多いのではないか。デイサービス利用を進められても断り、畑仕事をしているという人がよくいる。

一人暮らしのある女性は、自分で介護予防をするために、毎日、①階段を後ろ向きに上がる、②庭を百回まわる、③折り鶴を何羽折る、④新聞を読み、わからない文字は辞典で調べるなどをしていた。

(4)障害者が障害を能力として生かそうとしていないか

今障害者の雇用促進で、障害者の「障害」の部分を逆利用して、能力として生かすのが流行している。障害特性を生かすというキーワードで、例えば天井のシミが気になって仕方がないという障害者を、印刷所で雇用した。刷り上がった印刷物のちょっとした傷を瞬時に見分ける。印刷用紙の表ウラを見分けるのも難しいといわれるが、彼らはそれも瞬時にやってしまう。

自閉症の人の細部へのこだわりを生かして、イスラエル空軍が自閉症の若者たちを情報部隊で活用している。彼らは衛星から送られてきた航空写真の解析に携わっている（**写真**）。またデンマークのある父親は、自閉症の子どもが同じ作業を何回やっても飽きない、間違えないという資質を生かして、ＩＴ業界でテスター（製品を何度も確認する）の業務を担う企業を立ち上げ、サービスの質の高さから大手企業の信頼も得て、世界中に事業所を広げているという。障害であった資質がその反対の才能であることがわかり、これによって尊厳を守ることができたのだ。

①人を能力のある人とサービスの対象に区分けする愚

種明かしをすれば、生かし方次第で、障害になっている資質が才能にも変わるということなのだ。つまり、何らかの役に立てることができれば才能と見る。まだ障害であるということは、生かす道がまだ見えていないというにすぎないのだ。

⑸子どもや８０５０の当事者が介護者として位置づけられていないか

子どもの介護者と言えば、ヤングケアラーの名で、今ホットな話題になっている。子どもが介護などを担っているということで、むろん重すぎる負担をかけられているケースは問題であり関わりが必要だが、家庭の一員として、子どもも家事手伝いをしたり、親や祖父母の介護で何らかの役割を持つこと自体を問題として捉えたら、それも問題だ。教育熱心な母親は、子どもに介護教育もやっている。

①朝、子どもが通学する時に、「お隣の一人暮らしのおばあちゃんに『ゴミ出しありませんか？』と聞くのよ」と教えている母親がいる。

②福岡の主婦は、舅を介護中、子どもにも手伝わせた。年をとって今度は夫が要介護になった時には、孫に手伝わせた。「〇〇ちゃんは、おじいちゃんの入れ歯洗い。××ちゃんは、おじいちゃんのおしっこ取りをお願いね」。その孫が言う。「大きくなったら、僕がおばあちゃんのおむつを替えてあげるね」。

③いわゆる８０５０問題。息子が母親の介護をしている場合もあるし、家の管理とか生活の介助など、諸々のことをしている。これを認知・支援できないか。8050 で一括りにしてしまうと、その人のもう一つの能力を見逃すことになる。

④要介護の妻を介護している夫の中には、介護はしっかりしているが、他の人の関わりを拒み、妻を囲い込んでいる人も

いる。これもまたケアラーとして支援していく必要がある。この場合も「囲い込みの夫」と言う片面しか見ない欠点が現れている。**日本人のこのような片面的見方**は何とかしないと、福祉全体を損なってしまう。

⑷「自前」関連の自尊活動

❶ケアマネの協力で介護者が自宅でご近所さんとケア会議をしていないか

❷要介護の夫のため自宅周辺の男性でケアネットを作っていないか

❸ご近所の介護者同士が助け合っていないか

❹介護者がご近所の看護師に相談していないか

❺当事者が自分用の「実質上のデイサービス」を作っている事例はないか

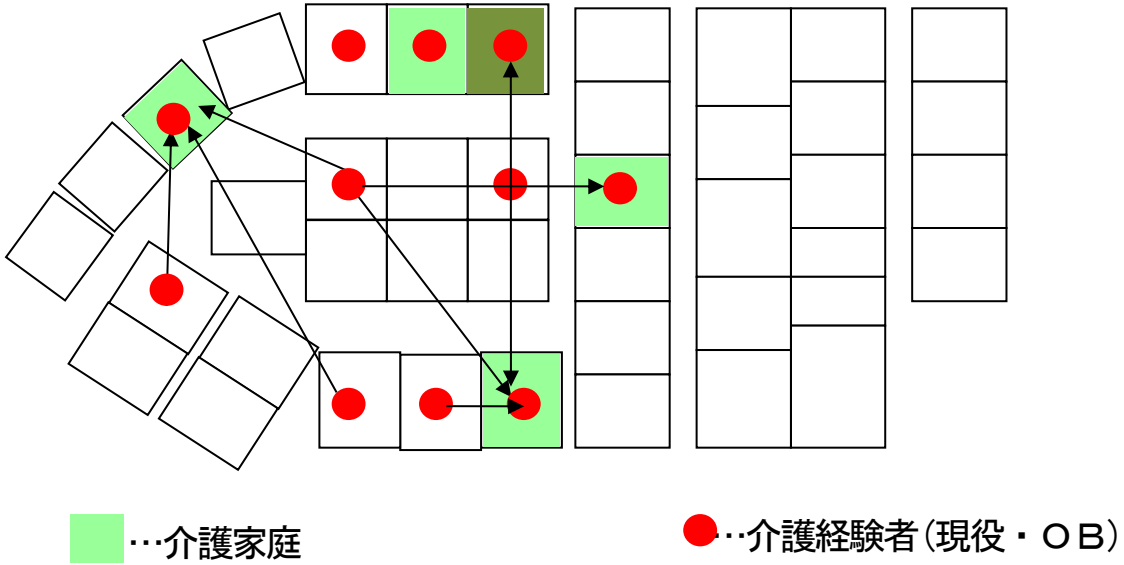
＜注＞❶❷の事例は後で取り上げる。

⑶ご近所の介護者同士が助け合っていないか

次頁のマップを見ると、家庭介護中の家を、介護経験のあるご近所の人が支援していることが分かる。マップ作りで、介護を１度は経験した人を探すと、一つのご近所に大抵５～１０名はいる。じつはこの中の濃い緑に塗った家には、大型世話焼きさんがいて、このご近所の人たちの健康・医療相談にのっていた。この人がこのご近所のいわば総合診療所にな

っている。こういう問題の場合、相談とかサービスの機会が、あるようでなかなかない。しかしこのご近所では、この世話焼きさんの姿勢が積極的なので総合診療所が実際に機能している。

世話焼きさんの利点は、他の人よりは当事者意識をしっかり持っている人が多い点である。

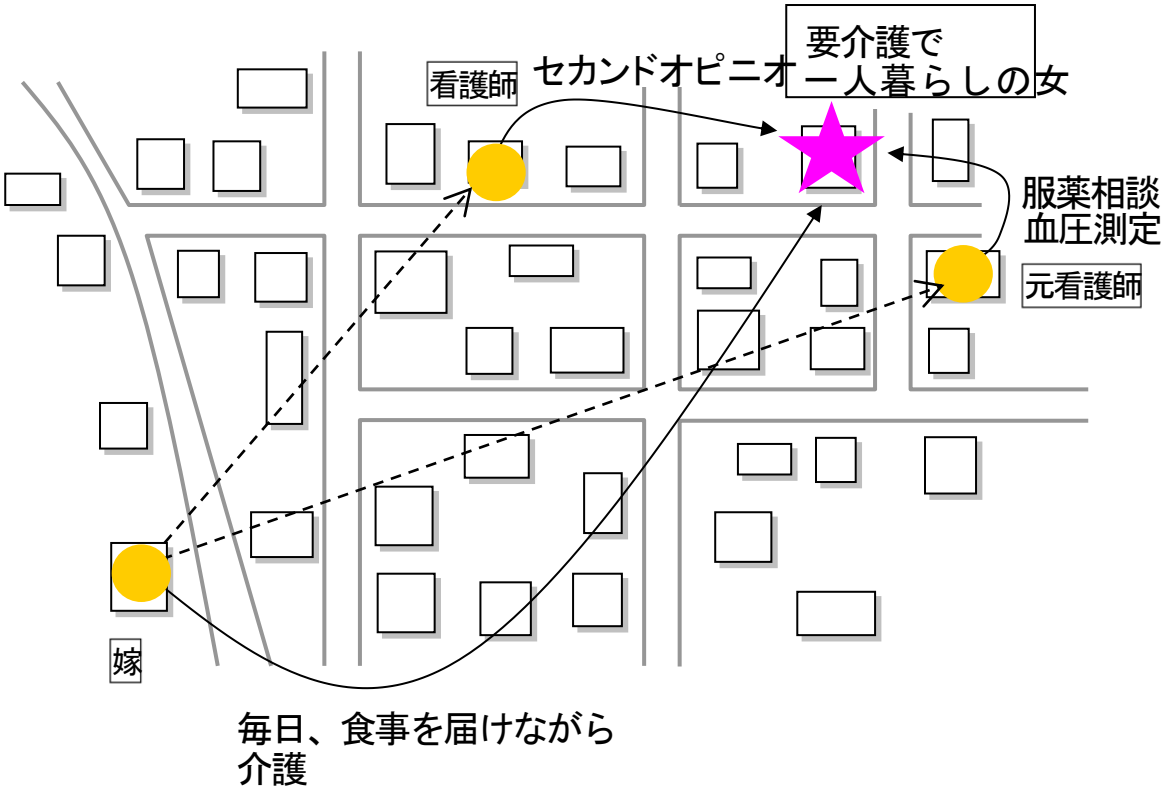


マップを見ると、彼女の家にも支援の手が入っている。彼女もまた介護者なのだ。

(4)ご近所の元看護師などが介護者の相談に応じていないか

支え合いマップでよく見かけるのが、保健師や看護師（現役またはＯＢ）の活躍だ。足元に診療所がない地区では、その人たちの家へ住民が健康や医療の相談に行っている。あるご近所では２人の看護師（１人はＯＢ）がいた。一人暮らしの姑を介護している女性がＯＢの方へ相談に行っていたが、１人だけへの相談では心許ないと、もう１人の看護師にも相

談を持ちかけていた。「セカンドオピニオンよ」と。



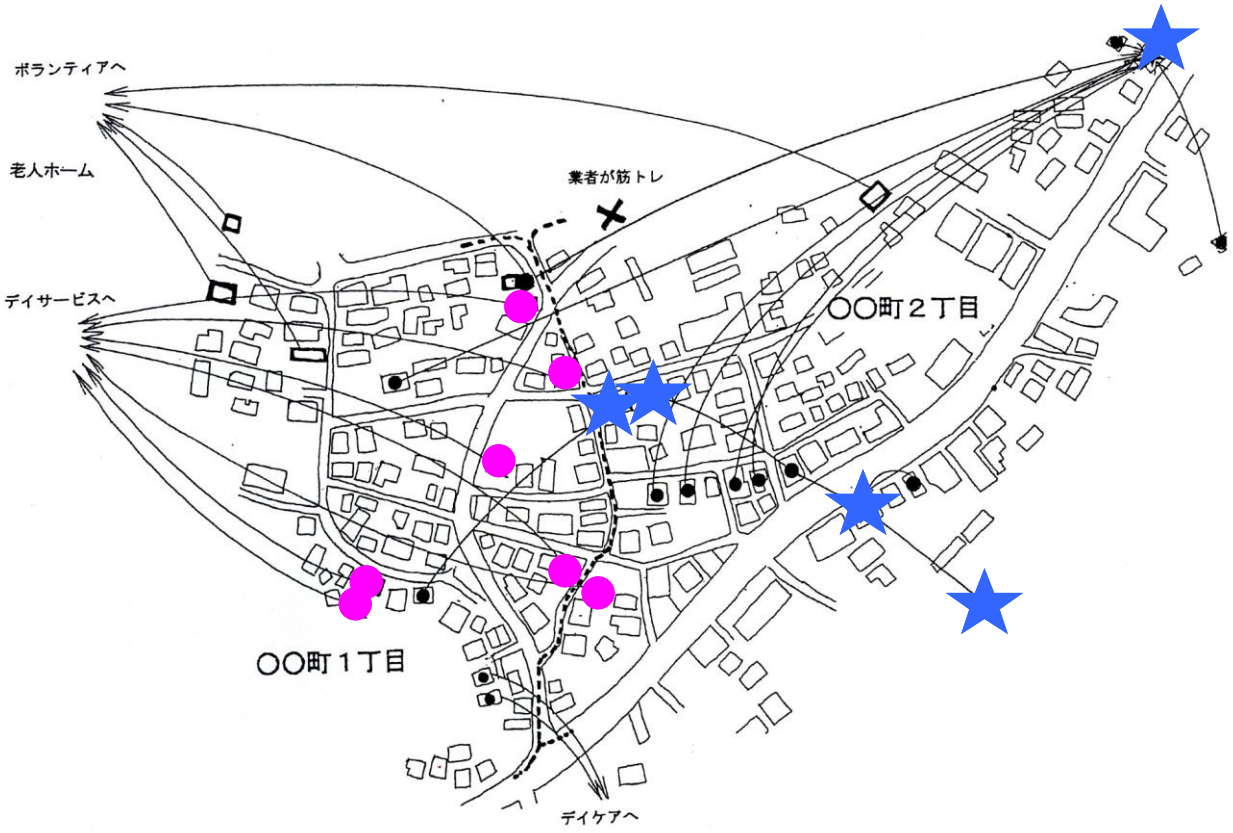
(5)一見、そうとは見えない「実質上のデイサービス」はないか

①「ゆんたく」をやっている地区ではデイ利用者はいない。なぜ？

ここは那覇市の中心街。縦に走る点線を挟んで、右側の２丁目にはデイ利用者は１人もいない。利用者は左の１丁目の

人だけ。なぜか？

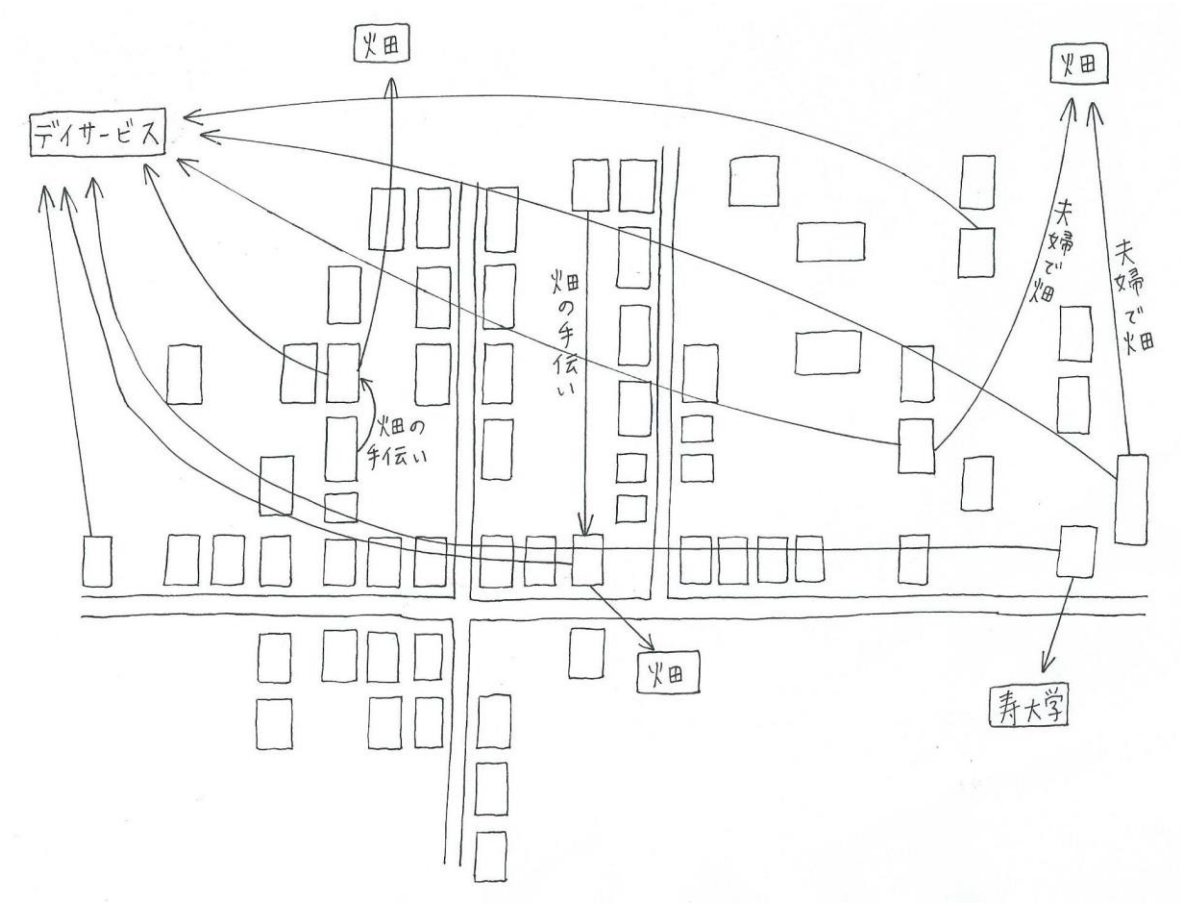
沖縄には、「ゆんたく」と呼ばれる井戸端会議のようなサロンがあり、２丁目ではこのゆんたくがあちこちで開かれていて、これが実質上のデイサービスの役割を果たしていた。一方の１丁目では、活動をする人が施設にボランティアに出ていて、サロンが開かれていなかった。



■隠れたデイをさがせ

サービスというものを目に見える形で提示されるというのは、当事者にとってはあまり気持ちのいいものではない。そこで当事者は自前で自分用のデイみたいなものをつくっている。

②デイを利用しない日は何をしているのか。この地域では畑をやっていて、地域の人がそれを支援していた。



デイを利用しない日は何をしているのか－こう質問をしてみると、その人にとって心地良いデイのヒントが見つかる。「地域の人がそれを支援していた」という点が面白いではないか。つまり支援者も、これが本人にとってのデイであること無意識に知っていたということである。ならば例えばこの地区では、畑を生かした住民好みのデイサービスを考えてみたらどうか。

7.自尊のご近所づくり

このテーマが福祉関係者にとって難題なのは、元々彼らにとっては馴染みのないテーマだからである。普通の福祉問題でなく、当事者の尊厳に関わることなので、二の足を踏むに違いない。とりあえずは、私の問題提起を見ながら、いろいろな人材を掘り起こす作業をやってみてほしい。尊厳に関わるテーマとは、いったいどういうものなのかを「味わって」みるのもいいかもしれない。

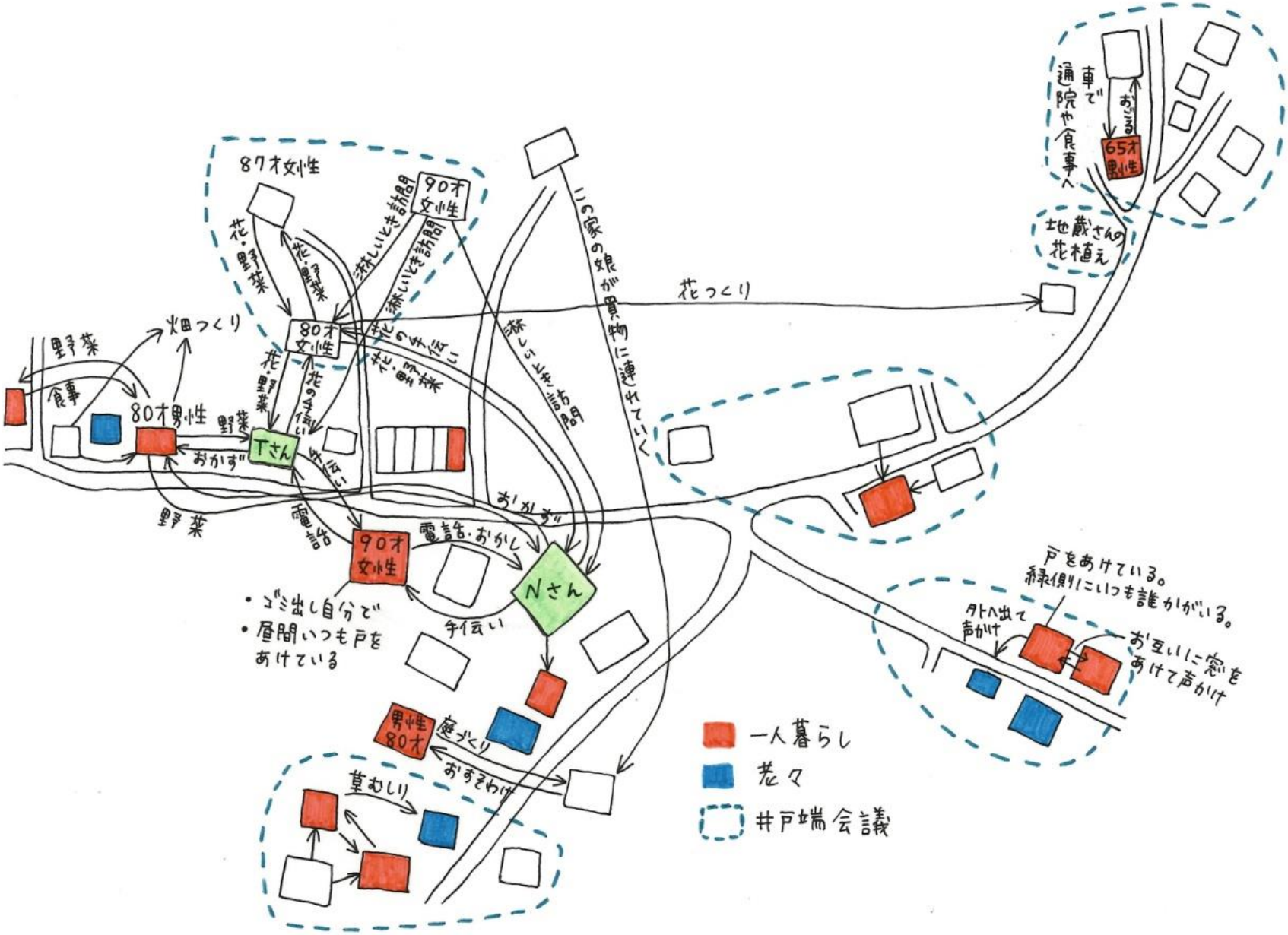
⑴自助から入る法

①わずか５０世帯のご近所は、いろいろな面で自助がやり易い。

お互いが顔見知り。古い付き合いの人もいる。恩を売っていた人からは返してもらえる。夫が売った恩も返してもらえる。向こう三軒ではおすそ分けとお返しが可能。ちょっとした困り事も、おすそ分けのやり方でできるなどなど。自助を広げるにはご近所がベスト。

②助けられ上手を見つけやすいのもご近所。

例えば、次のマップで助けられ上手らしき人を、ゲーム感覚で探してみてほしい。さて何人いるだろうか。


87才女性
90才女性
花・野菜
淋しいとき訪問
80才女性
花の手伝い
花・野菜
淋しいとき訪問
花・野菜
淋しい時訪問
川の家の娘が買物に連れていく
花つくり
地蔵さんの花植え
車で通院や食事へ
おこる
65才男性
野菜
畑つくり
食事
80才男性
野菜
おかず
Tさん
手伝い
野菜
花・野菜
おかず
90才女性
電話・おかし
Nさん
・ゴミ出し自分で
・昼間いつも戸をあけている
手伝い
戸をあけている。
縁側にいつも誰かがいる。
外へ出て声かけ
お互いに窓をあけて声かけ
男性80才
庭づくり
おすそわけ
草むしり
一人暮らし
老々
井戸端会議

③当事者同士の同盟行為を１つでもいいからマップで調べてみたらどうか。

私たちはマップ作りをするときは大抵、健常者の助け合いを調べるが、じつは本当に助け合いをしているのは当事者の方なのだ。前述に庭木の剪定のケースでは、１１人の人が、１人のボランティアを活用していた。ここで働いた情報ネットワークがどんなものか調べてみると面白のではないか。キーマンになった人を摑まえれば、一挙に明らかになるはずだ。この場合は当事者に聴取しなければならないが、さてどうするか？

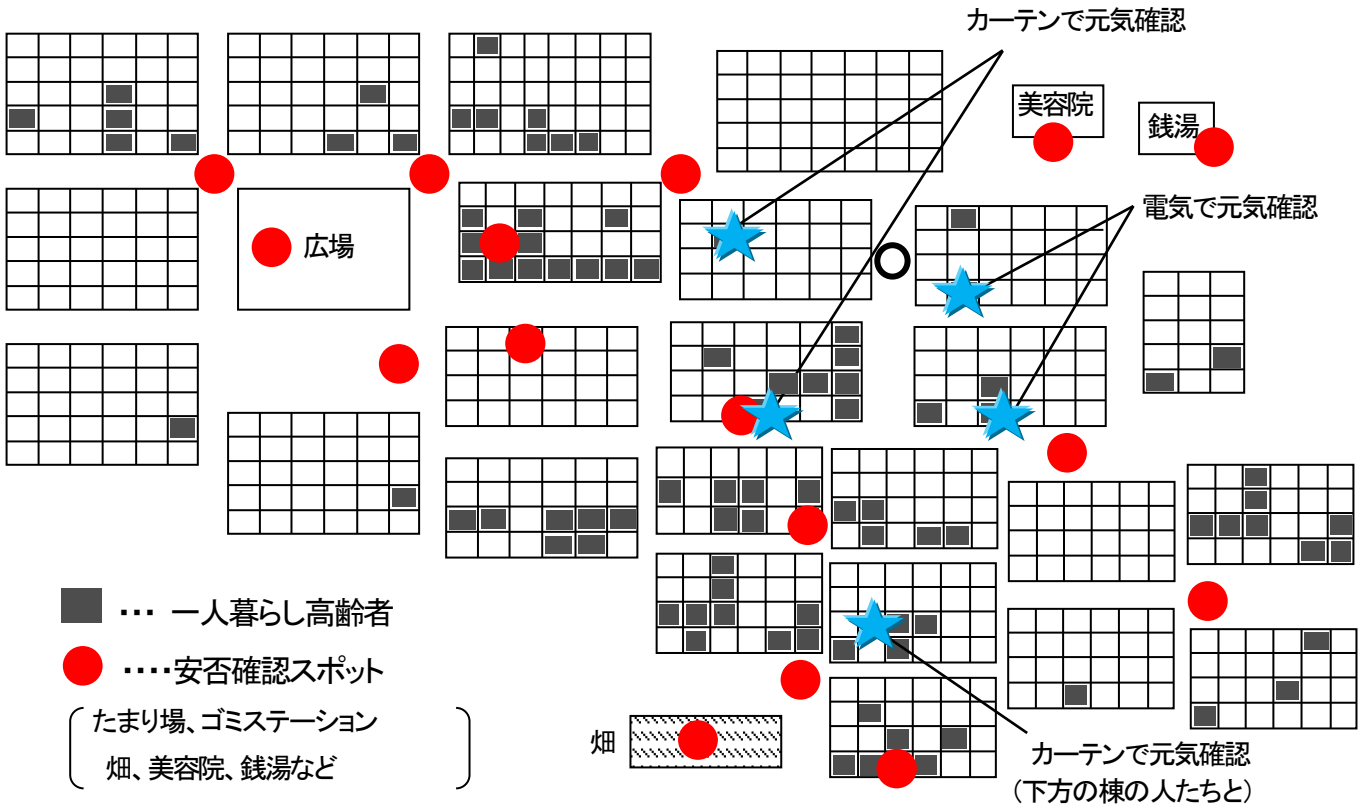
④当事者がご近所に「安心エリア」を作っている。その一つをマップに載せてみたらどうか。

例えばラジオ体操のマップだ。これらのエリアは当然、どこかで重なる。そこで一人の世話焼きさんが複数の当事者のエリアで重要な役割を果たしているかもしれない。

⑤（ラジオ体操のマップ）この安心エリアを作ったのは、大型の助けられ上手さんである。この人１人で助けられ上手のご近所をつくることができる。

⑥一人暮らしが密集しているご近所では、見守り合いが盛んである。それらしきご近所があったら調べてみるといい。

次のマップでは、一人暮らしの人の多い古い団地で、一人暮らしの人たちによる見守り活動が組織的に行われていた。リーダーもむろん一人暮らしだが、まさに巨大世話焼きと言っていい、凄腕の女性であった。



⑵自立から入る法

①夫が要介護の妻を囲い込んでいるケースを探す

まず高齢者夫婦のみの世帯を探す。次いで夫が妻の介護をしているケース。そこでこの囲い込みが見つかるはずなので、

試しに探してみたらいかがか。原因は、夫が地域デビューしていないせいなのだ。

②そこでついでに、妻が夫の地域デビューを仕掛けている事例を探してみるといい。

そこで夫は変わったか？

③身内に認知症の人がいることをどれだけの人がオープンにできるのか。徘徊者を探してほしいという家族がいるか。

これは案外見つかるのではないか。そのお願いの仕方で、オープンの度合いがわかる。

④ひきこもりと言われる人も、誰かは見込んでいる。

今までの私の体験だと、二人はいる。さて、みなさんは何人見つけられるか。複数もいるということは、本当の引きこもりではないということだ。たしかに本人は、自分はひきこもりとは思っていない。なぜこんな行き違いが生じたのか、調べる価値がある。

⑤ゴミ屋敷の人も、誰か一人は見込んでいる。これも探す価値がある。

どういう人が、どういう理由で見込まれたのかを調べるといい。

⑶自力から入る法

①要介護者なのに地域活動をしている人がいる。探してみたらどうか。

動機は何なのか。なぜ活動ができるのか。人間は元々両刀遣いになっているのだ。今までのように、ボランティアされる一方という状態にあること自体がおかしいのだ。

②要援護者だとみて、施設に入所させたり、見守りの対象にした相手がじつは活動家であったという事例も、探してみるといい。

と言って、要援護状態であるのは間違いないのだ。こういうケースをどう扱うのか、どう処遇するのか、これからも同じ事例が増えてくると思うので、一般的な対処法を考える必要がある。。

③子どもの介護者や、高齢夫婦で妻を介護している人、８０５０の息子たちの介護行為を丁寧に調べてみるとどうか。

８０５０問題と言われるような男性は、外から見ると大したことをやっていないように見えても、彼らのやっていることをもっと丁寧に見ていくと、例えば介護だけでなく、ハウスキーピングみたいなものもやっている。一つ一つはちょっとしたことをやっているように見えて、それがハウスキーピングの特徴なのだ。もう少しきちんと評価してあげることはできないものか。

④まだまだこの分類の中の「自力」の部分が掘り起こせていない。助けられることも立派な活動と言うことから新しい活動を発掘できないか。

助けてもらうために、上手な助け方を教えるとか、やったらこんないいことがあるといったメリットを提示するとか。効率のいいやり方、成果が出やすい活動の仕方などを当事者の側が研究してみるのはどうか。お礼の仕方一つ取っても、担い手が感動するような方法があるかもしれないではないか。今の地域活動はほとんど担い手の側で行われているが、本当はそれと同じぐらいの量、受け手が担えるはずなのだ。

⑷自前から入る法

①突飛な話だが、おむつ替えの名人に出会ったことはあるか。

以前は全国各地にいたものだ。釧路の名人は、網元の娘で、毎日ご近所を出歩いて、数名のおむつ替えとか、清拭、食事の世話をしていた。その後は娘も連れて、二人がかりで対処していた。相手の尊厳を傷つけないおむつ替えの手ほどきを受けたこともある。柏崎市の名人は、棟梁の妻で、相手の家に下調べに入った時、たまたま寝たきりの人を見つけてそれ以来、おむつ替えをしているが、老人ホームに行くと、「今日はあの人に取り換えてほしい」と言ってくるという。

那覇市の名人は、自身が要介護の夫を抱えていて、清拭だけでも半日は潰れるという対象者を抱えながら、ご近所の数名の介護をやってあげている。

こんなのは例外だろうと思っていたが、そうでもないことを発見した。たまたま長野県須坂市に仕事に行っていた時、社会福祉協議会のスタッフと道を歩いていたら、彼女の知り合いの女性と、ばったり出会った。おや、どこに行ったのですかとスタッフが聞いたら、近くの家に行っておむつ替えを手伝ってきたという。そんなに簡単にできるものなのかと、考えてしまった。もしかしたら、日本ではそういう文化が根付いていたのかと。

②地域に根付いたプロの意外な働きに眼を付けてみたらどうか。

ケアマネの協力でご近所さんがケア会議といったことも、たまたま足元にプロのワーカーがいたらできたという事例がある。ヘルパーがたまたま自分の家の足元のケースを担当した時、サービスの枠外のニーズがあったので、知り合いの人たちに手伝ってもらったという。ご近所密着ヘルパーの効用だ。

③試しに、特定のご近所内のプロまたはＯＢを徹底的に調べて、足元でその腕をどう生かしているかを調べてみるといい。

ヘルパー、看護師、保健師、リハビリ関係者、各種療法士など。ねらい目は、そうした資格を持っていて、同時に天性の世話焼きの人だ。間違いなく、何かをしているはずだ。

④自前の事例が豊富なご近所では…

たとえば、下のマップには四つの活動事例が出ている。

＜事例１＞わが家のためのケア会議を主宰する

認知症の家族を介護する主婦が、ご近所のケアマネジャーの働きかけで、自分たちのためのケア会議を開いていた。参加するメンバーは、その主婦自身が選んだ人たち。次のマップのご近所ケア会議が当事者宅で、その隣がケアマネ宅だ。

＜事例２＞わが家の介護を助けるネットをつくる

家族が支援者を確保して、ネットワークをつくっている事例もある。夫が大柄で要介護なので送迎などで移動させるのが大変。そこで近隣から力仕事を手伝ってくれる男性を４名確保し、ネットを組んで活動してもらっているという。

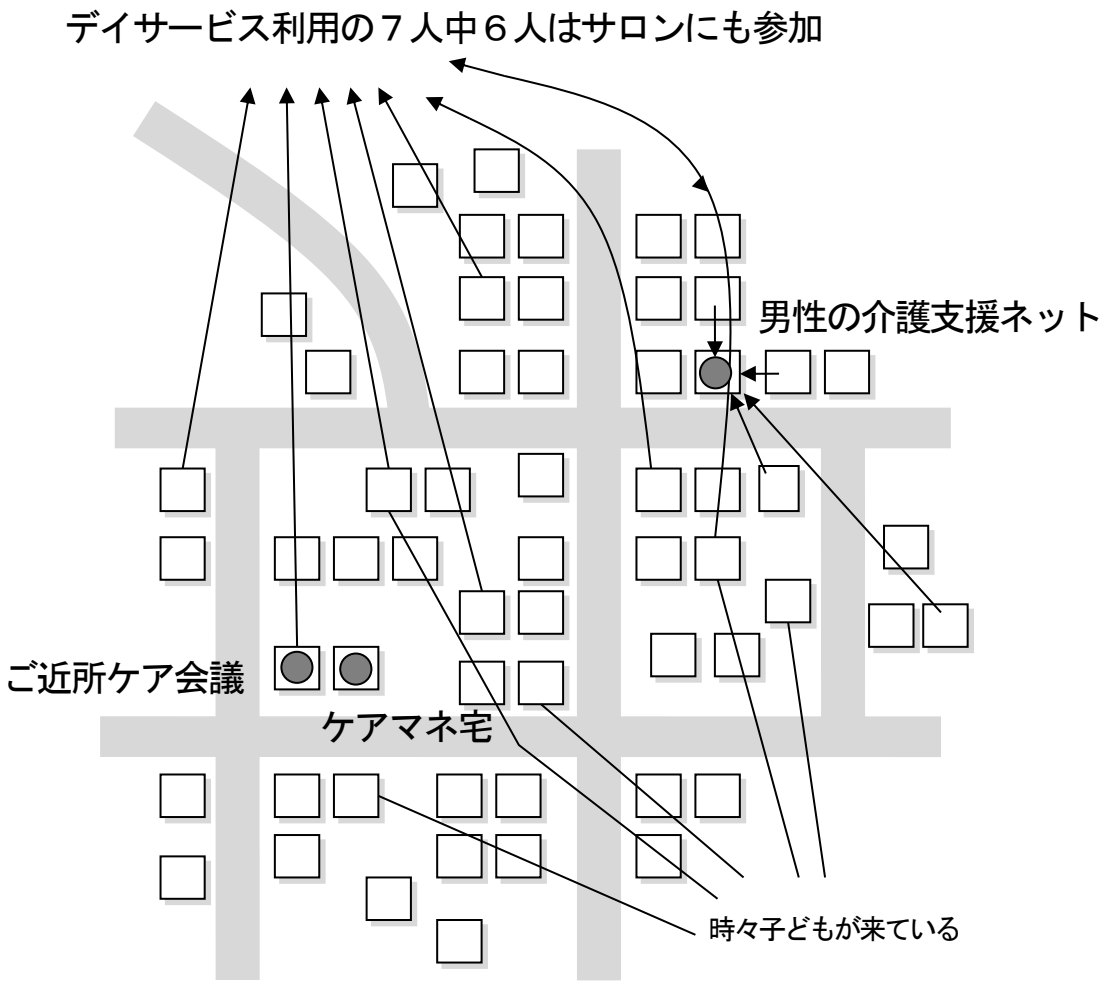
＜事例３＞デイサービス利用者がほとんどサロンにも参加

地域によって違いがあるが、ここではふれあいサロンにデイサービス利用者が積極的に参加している。要介護でも、サロンで何らかの役割をはたしていないか。

＜事例４＞ご近所密着のケアマネジャーがケア会議を支援

ケアマネジャーが住民のケア会議を支援している。こういう事例も、意外と見つからないものだが、これが見つかった以上、これを生かさない手はない。

このご近所には、事例１の主婦と事例２に協力しているケアマネジャーがそれぞれ指導力を発揮できるほどの人物で、彼女らがその気になれば、自尊のご近所をつくるのは容易と言える。



この四つの活動を四分類に照らし合わせてみたら、「自前」と合致する。福祉を彼らの自前でやってしまっている。これを柱にして、ご近所の福祉と自尊の二つを進めていけばいい。

■例えば、デイサービス利用者のほとんどがサロンにも参加している。ならばこのサロンを自分たちのデイサービスとみなして、自主運営すればいい。