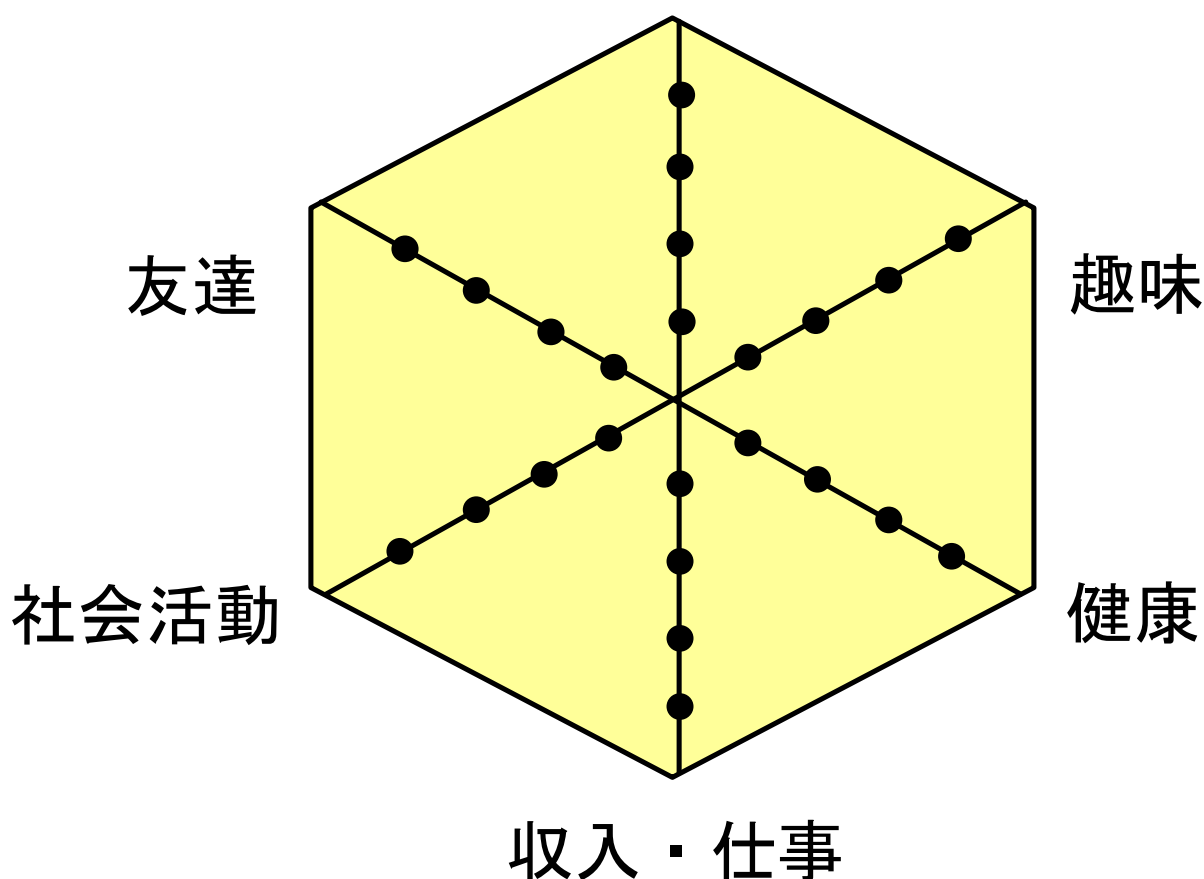


豊かさダイヤモンドを使った 要援護者への関わり方

家族・夫婦



住民流福祉総合研究所（木原孝久）

350-0451 埼玉県入間郡毛呂山町毛呂本郷1476-1

電話 049-294-8284

ホームページ <http://juminryu.web.fc2.com/>

はじめに

本冊子は、主として民生委員向けに、本研究所が開発した「豊かさダイヤグラム」を福祉活動の現場で生かすための方法を解説したものである。むろん民生委員に限らず、ケアマネジャーやホームヘルパー、ボランティア、福祉施設のスタッフ等、いずれの方々も使っていただけるようにはなっている。

□

本書を発行するきっかけになったのは、富山県滑川市・西加積地区の民生委員が、ダイヤグラムを訪問活動に生かして、かなり成果を上げていることで、その成果をもとに、まず民生委員のための活動マニュアルをまとめようということになった。

□

この豊かさダイヤグラムを福祉関係者が活用するには、大きなハードルが待ち構えている。今は主として要援護者の安全の保持に重きが置かれ、困り事の解決までが福祉の役割だと考えられており、要援護者の豊かな生活をまで目指すべきだという認識は共有されていない。滑川市の民生委員の皆さんがこれに真摯に取り組まれた意義は大きく、その成果を生かすためにもマニュアル化が重要だと考えた。

□

彼等との懇談等に出てきた、要援護者の豊かな生活支援に関するノウハウは、かなり内容の濃いもので、これをさらに発展させていけば、新しい福祉のあり方が見えてくるのではと期待される。ぜひこの取り組みが広がり、さらに深められることを希望している。

□

また、いずれは他のワーカーの方々にも読んでいただけるような各論編を作っていきたいと考えている。

目次

<第1章>

福祉は何をめざすのだったか？ <4>

<第2章>

「豊かさ満開」に6つの要件 <8>

<第3章>

「一石六鳥」作戦 <11>

<第4章>

高齢・要介護でもあきらめない <14>

<第5章>

ダイアグラムを使った要援護者への関わり方 <22>

<第1章>

福祉は何をめざすのだったか？

(1)「この人は大丈夫」でいいのか？

私共は支え合いマップを普及させている。住宅地図を広げて、その地区の住民4～5名に集まっていたいただき、「気になる人」と、同時にその人に誰が関わっているかも調べ、両者を線で結んでいく。

民生委員と一緒にマップを作ると、よく出される言葉がある。「この人は大丈夫」である。今のところ生活面でも健康面でも大きな問題はない。だからこの人は心配ない、ということだ。

もう1つの言葉は、「肩の荷が下りた」。この人は施設に入所してくれることになった、この人は息子のところに引き取られて行った、これで一件落着ということだ。

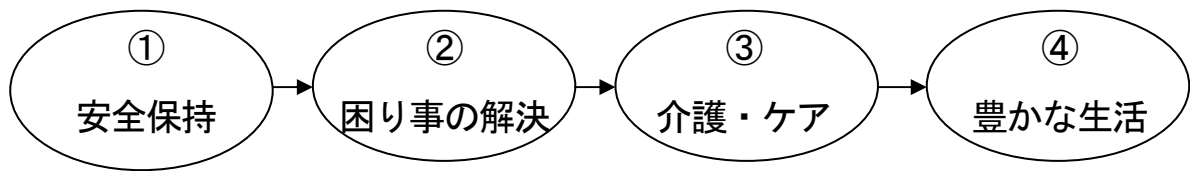
(2)今の福祉は「安全保持」が目的？

これは無論、民生委員に限ったことではない。今は福祉関係者から一般住民まで、その人の安全が保持されれば、当面は一安心となる。この安全志向はなぜか、福祉が進んだと言われる現代に、ますます強まっている。

支え合いマップづくりで、「この人はどんな困り事を抱えているでしょうか」と住民に尋ねても、「今のところ別にない」という答えが返ってくる。超高齢になって一人暮らしの女性に、困り事がないはずはない。だから「別にない」というよりは、困り事を探る気がない、というのに近い。それほどに「安全」一本やりの（当事者への）関心の持ち方が一般化している。

(3)福祉がめざす4つの課題解決

改めて考えてみよう。福祉は本来、どういう課題を解決することなのか。下に図示してみた。

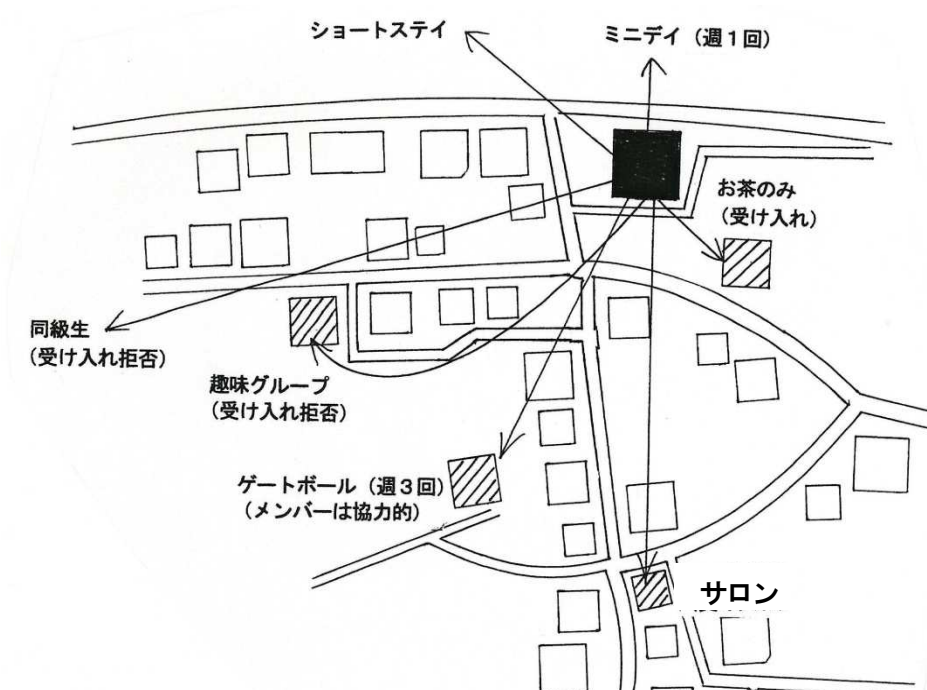


今まで述べてきたのが、①と②である。その次は介護とかケア、リハビリといった、主として専門職が担う部分。むろんそこにも住民の担う部分はあるが、一般的にはヘルパーなどが担う。

ここまでが一般的に言われている福祉の課題である。しかし実はそれで終わりではない。④番目が控えているのだ。「豊かな生活」とはどういうことなのか。福祉はそんなことまで責任を負うことはない、ほとんどの人が考えているはずである。

(4)認知症だけど、趣味もゲートボールも、サロン参加も

一つ事例を示そう。次のマップを見ていただきたい。一人の認知症の女性が、毎日、自宅周辺を歩き回っている。どこへ行っているのか住民に聞いてみたら、このように日々、あちこちに出かけていた。昔の同窓生の家を訪れると、「来ないで」と言われる。趣味グループがメンバー宅で趣味を楽しんでいて、そこにも行っているが、ここでも「来ないで」と言われる。一方、ゲートボールの人たちは、仲間に加えてくれる。ふれあいサロンも彼女を受け入れてくれている。足元で開かれている井戸端会議も同様。



彼女は何をしたいというのか。認知症でも豊かに生きたいということだろう。どんなに要介護になっても、人々は豊かに生きることをあきらめていない。「もう要介護なのだから、豊かな生活なんてあきらめなさい。生きているだけでもいいではないか」と言うのは、他人事だからだ。

この認知症の女性を担当するケアマネジャーは、どう対応していたか。「あちこち歩くと危ないから（つまり安全が脅かされるから）、老人ホームに入りましょう」と説得していた。おそらく、ケアマネジャーの頭の中には4番目の課題はまったくなかったのだろう。

奇妙なことだが、福祉関係者に限らず、私たちには一つの「錯覚」と言えることがある。要介護になったら、もう何もできなくなるという錯覚だ。とにかくその人に「要介護」というラベルがつけられると、この人はもう人並みのことはできなくなる、という見方がその人の周囲の人たちに生まれる。加えて、本人も今更「豊かな生活を」などとは願ってはいまいという誤解も。

ところがマップにある通り、当事者は「認知症だから、もう何もかもあきらめよう」などとは全く思っていない。自分がしたいことを実現しようとしている。おそらく要介護者の多くがそうなのだ。一方、本人の家族は、一般社会の通念を体現することが多いため、「お母さん、もうゲートボールはあきらめなさい」と説得する。

(5)国は「どんなに要介護でもその人らしく」と

これは本研究所独自の見方というわけではない。厚労省は地域包括ケアシステム構築の目的としてこう言っている。どんなに重い要介護になっても、住み慣れた地域で、安全かつその人らしく（または自分らしく）生きていけるように支援しよう。国はこれを20年以上も前から言い続けている。

「自分らしく」とはどういうことなのか。その人のライフスタイルを全うさせようということではないか。もっといえば自己実現ということになる。

たとえば「私は何十年間、農家として暮らしてきた。だから重度の要介護になった今も、誰か畑へ連れてってくれ」と言うなら、それを叶えようというのだ。

ただ「豊かな生活を支援しましょう」と言うと、「いったいどうして?」と言いたくなるかもしれないが、「要介護になっても」という修飾語が付くのだ。そうになったら誰でも人生をほぼ諦めなさいというのでは、「福祉」にならない。本当の福祉は、そういう状態になっても、人間らしく、心豊かに生きられるように支援することなのである。そのとき「豊かな人生を」という言葉に重みが出てくる。

(6)「尊厳ある人生を保障する」とは、具体的には?

健全者が「豊かな人生を送りたい」と言えば、当たり前だと思うし、「ご自由にどうぞ」と言うだろうが、そうではなく、要介護になった人に対して、重度であっても、それでも何とか心豊かな人生を追求しましょう、と言うのである。これが人間としての尊厳を守る一環なのだ。

尊厳ある人生といった言葉が、福祉の理念づくりの場で、よく出されるが、ただ「寝たきりでも尊厳ある人生を」と言っても、空論にすぎない。寝たきりになっても、以前やっていた畑仕事を続けましょうと言った時、尊厳ある人生が現実味を帯びてくるのだ。

<第2章>

「豊かさ満開」に6つの要件

(1)だれでも「豊かさ満開」になれる!?

ではどうしたら人間は、豊かに生きられるのか。ここでは要介護かどうかは脇へ置いて、とにかく豊かさ満開への道を探ってみよう。定年退職後、「この人は豊かに生きている」と周りの人から評価されている人を分析してみて分かったのは、まず、豊かな人生を獲得するのは、私たちが考えているほど難しくはないということだ。それどころか、コツを体得し、それを実行していけば、豊かになるのは思っているより簡単なのだ。

「コツを体得すれば」と言ったが、そのコツは思ったよりも単純で、それに従って日々、行動していけばいいのである。豊かに生きていると言われる人たちは、ある共通の方法をとっていることがわかったのだ。

(2)6つの要件で豊かさを測るダイヤグラム

生涯学習講座などで「豊かになるには何が充足されなければならないか」と聞くと、必ず次の要素が出てくる。①収入・仕事、②健康、③趣味・学習、④家庭・夫婦、⑤友達、⑥社会活動の6つだ。

この6つの要素をもとに豊かさを測るダイヤグラムを作った。項目ごとに、「完全に充足」なら5、「やや充足」なら4、「どちらとも言えない」なら3、「やや充足されていない」なら2、「まったく充足されていない」なら1の箇所に印をつけ、その6つの印を線で結べば、あなたの豊かさが見えてくる。

各項目を解説してみよう。①収入・仕事。やはり働くというのは、多くの人にとって豊かさを感じさせてくれるものだろう。

②の健康は、2つの考え方ができる。1つは文字通りの「健康」。血圧がどうか、体力はどうか、病気はしないかとか。

もう1つの「健康」は、他の5つの要素との関連で、それらが充足されていないと健康に影響してくるというものだ。例えば家庭でDVがあると、当然、身心の健康に悪影響を及ぼすし、職場でパワハラを受けても、それが不健康に繋がるといったことである。

③の趣味・学習。ただ趣味をしているというのでは物足りない。かつて宮崎勉という少女誘拐殺人犯がいた。彼は5～6千本ものビデオを所有し、鑑賞に没頭していた。ビデオマニアである。一見、彼の趣味は5段階の最高位に属するように見える。しかしその趣味は極めて貧しいものだった。趣味友達もいないし、彼がこの趣味を利用して何をしたかといえば、犯罪だけだ。ただ「夢中でやっている」というだけのことで、これでは豊かな趣味活動とは言えないのである。

④家庭・夫婦。実際の夫婦に、この項目の充足度を測ってもらうと、男性は「夫婦仲よしだから5だ」と言う。一方、妻は「家事を分担していないから2だ」と言う。また、一人暮らしなら1というわけでもないだろう。一人暮らしの女性に尋ねたら、「私は毎日、仏壇で夫と会話しているから、4だ」と言っていた。毎日のように墓参りをしている女性もいた。夫ではないが、茶飲み友達はある、と言う女性も。同居ではなくても、家族や親族とのふれあいが多くいる。

⑤友達。豊かな人間関係だ。この豊かさダイアグラムをNHKテレビで解説した時、ライフデザインコンサルタントという男性から電話がかかってきた。「私はあなたの言う6項目の中の、ほとんど①と②だけを使って仕事をしてきた。あなたのダイアグラムを見て、6つもあるのに驚いた」と。そこで気づいたのだが、特に④家庭・夫婦、⑤友達、⑥社会活動は皆、人間関係に関わっている。つまり豊かな人生づくりは、よき人間関係を作れるかどうか勝負になるということだ。

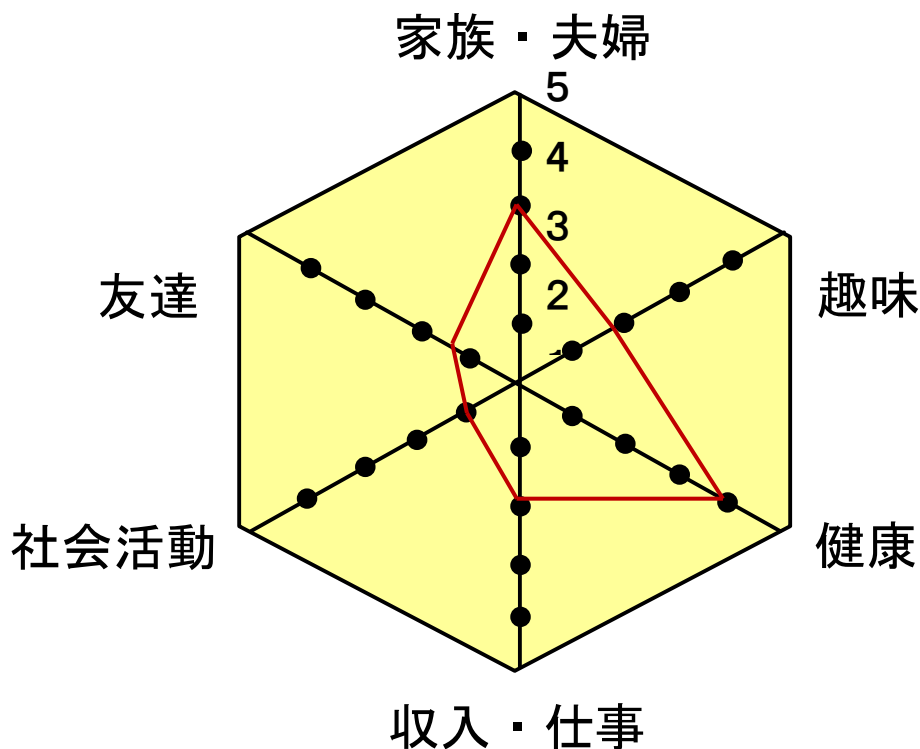
そして⑥社会活動。ある財団の補助で豊かさの研究をしていた時、講演会などで「豊かになるために必要なものは？」と聞いて回ったことがある。50項目ぐらい出てくるが、整理すると冒頭の6つに絞られる。その中に必ず「社会活動」が含まれることに興味を覚えた。ボランティアや地域活動など、人に尽くす機会のことである。人間、豊かになるには、だれかの役に立つことが欠かせないと、私たちはわ

かっているのだ。

(3)豊かさ充足度はこう測る

例えば定年退職後の男性の一般的な豊かさ具合は、どうなるだろうか。以下のダイヤグラムで表わしてみた。収入が減って2程度。健康は「まあまあ」で4。趣味はまだないに等しいから2。家庭夫婦は、これもまあまあで4。友達は当然少ないから2以下。社会活動もまだないからこれは1。

これらの評価の点同士を結べば出来上がりだ。



単純に考えればこうなるが、「健康」はこの場合、主に身体的な健康を測ったもので、心身ともに充実しているかといえ、あまり好ましい状態とは言えないのではないか。

現在の状況では、趣味と社会活動と友達が低くなっているが、これらはつながっていると考えた方がいい。趣味ができれば、そこから友達が増え、社会活動の機会も生まれてくる。趣味はそういう意味では、豊かになるための重要な要素と言える。

<第3章>

「一石六鳥」作戦

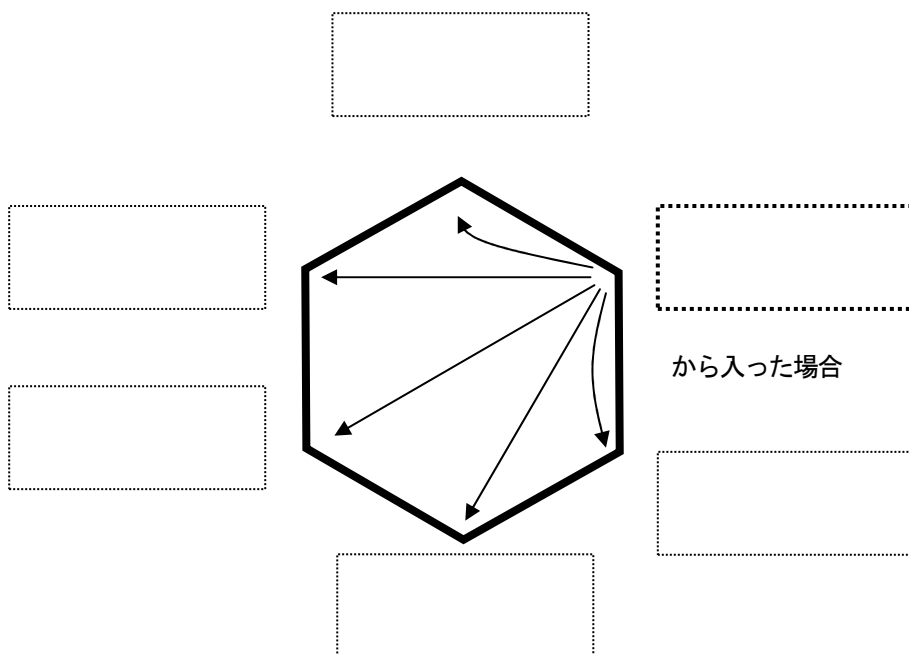
(1)6つを個々バラバラに追うのは非効率的

効率的に豊かになる法などというものは、ありそうもないが、実はないことはない。シニア男性のグループに、「この中で誰がいちばん豊かか？」と、変な質問をしたら、みんな「こいつだよ」と一人の仲間を指さした。ほかのグループに聞いても、やはり同じだった。

ではその本人たちはどのようにして豊かさ満開を獲得したのかを聞いていったら、1つの共通なやり方が見えてきた。

例えば、自分は趣味が得意だとしたら、そこから入って、ついでに他の5つも充足させてしまうという方法である。やってみるとわかるが、この6つの要素を個々バラバラに追求しようとする大変だし、なかなか満開には到らないものである。「6つの要素は相互に関連し合っている」ということを忘れてはならないのだ。

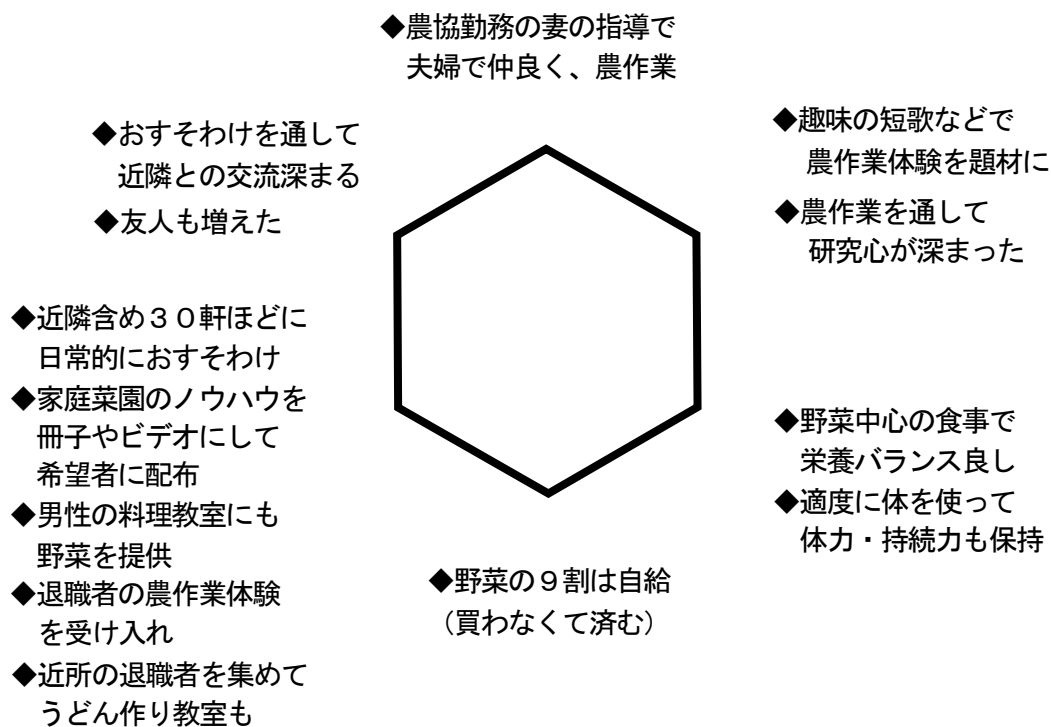
各自で、自分の好きな（または得意な）入り口から入り、それに他の5つをふりかけてみたらどうか。「一石六鳥」作戦である。



(2)例えば定年退職後、家庭菜園で豊かさ満開を獲得したYさん

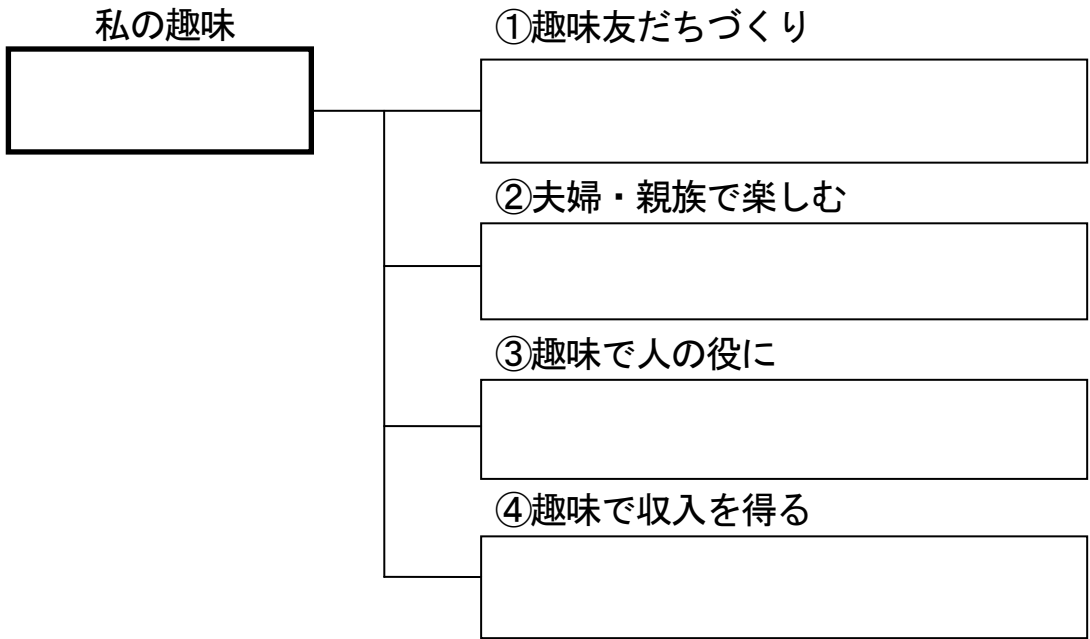
Yさんは、定年退職後、家庭菜園を楽しんでいる。奥さんが農協勤務で、この道のベテランなので、彼女の指導で、ほぼ毎日のように農作業に精を出している。しかも、ただ農作業だけをしているのではなく、これに見事に他の5つを「ふりかけて」しまった。

できた作物は周辺の、なんと30軒もの人たちにおすそわけしている。習得したノウハウは、ビデオにしたり、冊子にまとめて、初心者に伝授。また同じ退職者を体験農作業に受け入れるなど「社会活動」も満開。趣味の短歌にも、農作業をテーマとして持ち込んでいる。こうして、見事に「6つ満開」を実現させてしまった。



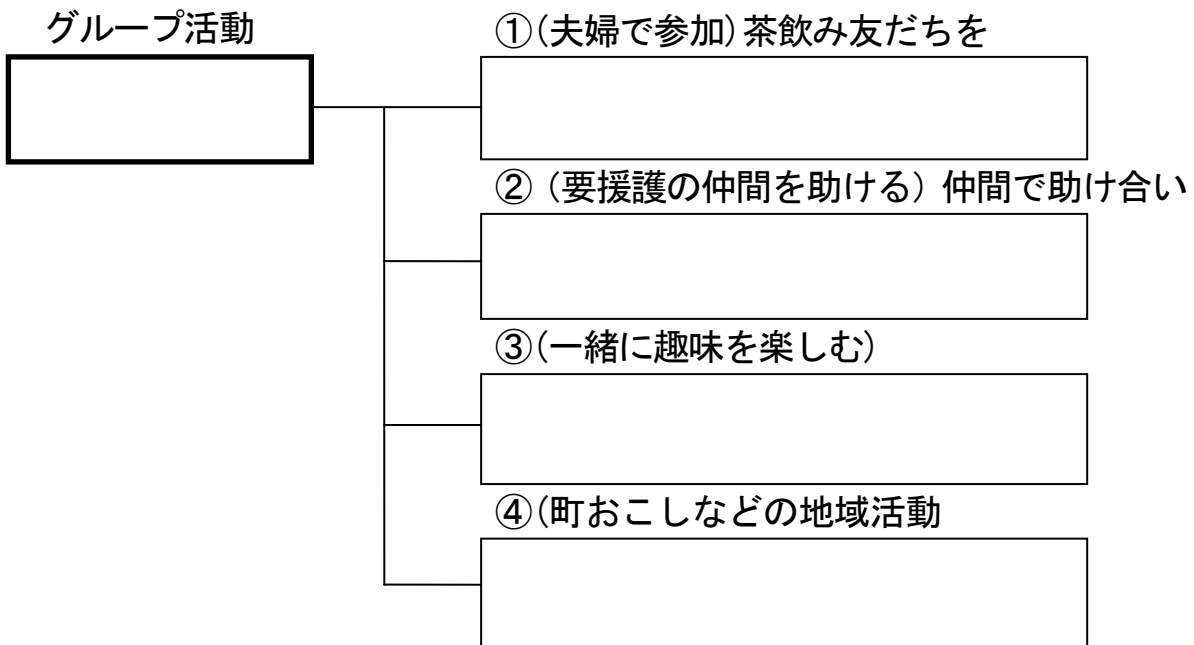
(2)趣味から豊かさ満開へ

一石六鳥作戦を、具体的に特定の項目を選んでやってみたらどうか。例えば、趣味を通して、他の(豊かさの)要素をどのように充足するか。それによって趣味自体もさらに充実したものになる。次の欄に該当することを入れてみてほしい。



(3)グループ活動から豊かさ満開へ

同じようにして、グループ活動から一石六鳥を実現する方法を考えてみたらどうか。婦人会や老人会、青年団、町内会などで共に活動する仲間と一緒に、さらに豊かになるために、他の（豊かさの）要素も合わせて充足させる方法を考えるのだ。



<第4章>

高齢・要介護でもあきらめない

高齢期になれば、そろそろ豊かな人生づくりといったことはあきらめようと思いがちだが、それはいけない。ただ安全を守るだけでなく、自分らしい豊かな生き方を全うすることが大切だ。それを高齢や要介護になっても押し通すことができるかが問われている。豊かさのダイアグラムを用いて、高齢になっても豊かな人生を送る手立てを考えてみよう。

(1) 高齢になるほど不利になるのは仕方がない

「仕事」はなくなり、「健康」もよくない。「趣味」もだんだんできなくなる。「家族」は夫がいなくなり、子どもも遠くにいるので、一人暮らし。「友達」も年を取るほど少なくなる。「社会活動」どころか、助けてもらう一方…。というように、一般的に言えば、高齢になるほど豊かな生活づくりは不利になってくる。

(2) 見方・考え方を変えてみる

今述べたように、「一般的な見方」をすれば、不利になるのは当然だ。だから、見方や考え方を変えていく必要がある。例えば、一人暮らしになっても「夫婦」は存在するという話は既に紹介した。「社会活動」と言えば、年を取るほどそういう機会はなくなるが、ある高齢の女性は、「毎日、孫のことを思っている」と言っていた。孫の健康や無事を祈るということ。これが「社会活動」の代わりにならないかというわけだ。

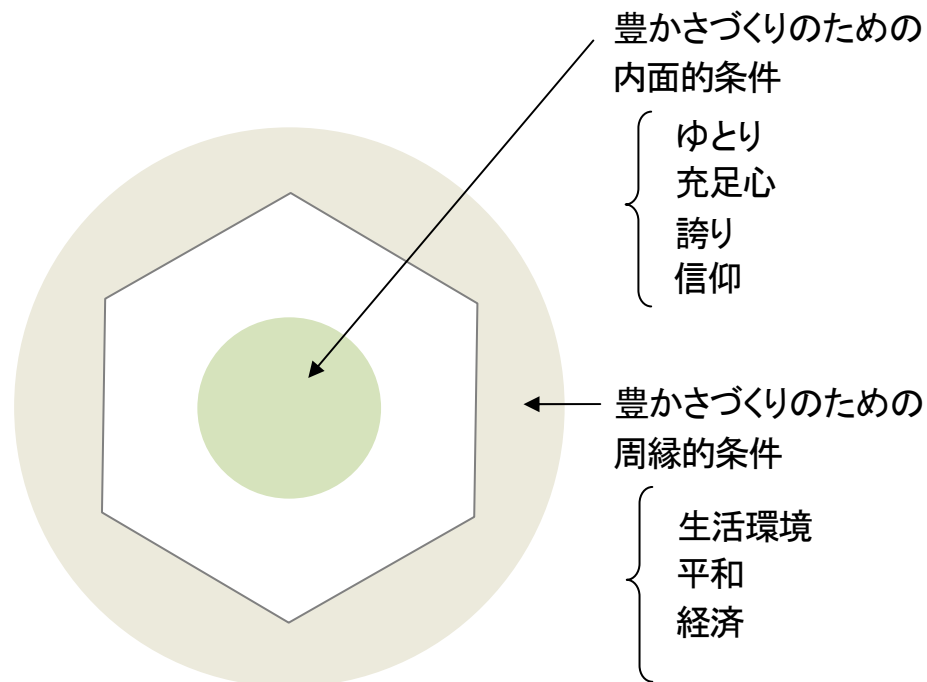
極めつけの話を、ある超高齢の女性から聞かされた。「私はこの6項目の1つも充足されていません。しかし私には信仰があります。これで十分です」と。

このダイアグラムは、正確に言えば、3層になっている。この六角形の内側と外側にも、1つずつ六角形があるのだ。

まず外側は、外面的な要件で、例えば今のシリアで生きていくことは、もともと

豊かになれる条件から外れている。社会が最低限、安定して平和でないと、豊かさ満開は得られようもないのだ。

一方、内側は、豊かさの内面的な要件で、信仰とか充足心、ゆとりといったものだ。先程の女性は、この「信仰」を指摘したわけだ。高齢になると、この内面的な部分が大事になる。



(3)豊かさ追求をあきらめない「執念」を

高齢になったり、要介護になると、大抵の人は、もう人生をあきらめがちになる。それは仕方のないことかもしれない。ところが一方で、死ぬギリギリまであきらめないという人もいるのだ。

川崎市の介護ボランティアグループに、要介護5の重度の女性が、死んでもいいから江の島へ連れて行ってほしいと言ってきた。それならばとグループはこれに乗った。全行程を下見し、看護師が同行して実現した旅を、女性は大いに楽しんだ。帰宅後、しばらく経って女性は亡くなった。本人の意気込みも見事だが、それを受け止めたグループの勇気も素晴らしい。

この事例は、人間は何のために生きるかという問いを突き付けている。しかし、周りの介護関係者の中には、このグループについて「危ないことをする人たち」と

評する声が少なくないようだ。

全国で様々な人に出会うが、このように前向きな執念の持ち主に時々出会う。例えば、あるケアマネジャーから相談されたのは、担当していた1人の女性が、高級有料老人ホームに入所したのだが、本人が「ここは、私が私らしく生きていくのに向いていない。うちへ帰りたい」と言い出したという。

施設に入所しても、毎月のように地域のサロンや趣味グループに参加している人もいる。また、最重度になったけど、私から畑を取ったら何もないから、私を畑に連れて行ってほしいと包括センターに依頼した人がいて、センターもこれに応じた。

こういう人たちに共通するのは、要介護だろうと、豊かさ追及は絶対にあきらめないという強い意志を持ち続けているということだ。

(4)要介護でもできる方法を考える・考えてあげる

普通に考えれば、要介護になったらグラウンドゴルフをあきらめようとするのは、仕方がない判断だろう。だが、本人や周りの人たちが、それが可能なように遊び方や道具を工夫すれば、できる方法はあるのだ。

ある福祉関係者から、こんな相談を受けた。その人の父親はゴルフ好きで、毎週のように仲間数名を車に乗せてゴルフ場に通っていたが、最近、下半身を痛めて、できなくなった。それでも彼は、仲間をゴルフ場まで運び続けているという。それにしても、自分は参加できないのでは、ストレスはたまる一方だろう。

そこで私は、父親の身体的状態でもできるゴルフを考案すればいいではないかと提案した。コースはハーフだけでおしまいにするとか、パターを彼でもできるように工夫するとか。すると「なるほど、そのことを親父に伝えます」と喜んでいました。

老人クラブのメンバーと話し合っていて、要介護になったら活動を引退する人が多いという話が出た。ところが、あるクラブでは、声が出なくなったからカラオケは引退すると言う人に対して、「声が出なくなっても、おしゃべりだけでもいいではないか」と説得していた。

＜福岡県福津市で発見した「卒業」させない問題＞

本人の事情	卒業の対象	卒業させない策
超高齢で耳が遠くなった。「通訳」がいたが、要介護になった	結果として、サロンへの足が遠のいた	新しい「通訳」を掘り起こそう
109歳になった	老人クラブから「卒業」した	メンバーが本人宅を訪れて「押しかけクラブ」
膝の手術を控えている	女性サロンから引退。	メンバーが本人宅を訪れて「押しかけサロン」
同上	畑で野菜づくりができなくなった	皆で畑に連れ出そう
デイサービスを利用し始めた	日程が重なり老人クラブに参加できなくなった	ケアマネと日程調整で参加可能にしよう
元大学教授。元自治会長で、デイサービスを利用し始めた	地域活動から完全に引退	他にも文化人が多数いるので、教養講座の講師になってもらおう
90代の男性。認知症の妻の介護に専念	サロンや老人クラブなど地域活動から引退	要介護の妻同伴の参加も勧めよう
老人ホームに入所	地域から完全に撤退	里帰りで自治会活動の参加を応援しよう。組費をまだ徴収していた
高齢で足腰が立たなくなった	カラオケサークルに行けなくなった	仲間が車で運んであげよう
長年引きこもっている		密かに犬の散歩をしていた。ならば犬を通したふれあいを広げよう

(5)簡単に「卒業」しない・させない

今は超高齢社会と、よく言われる。老々介護の時代だとも。超高齢になれば足腰が弱くなる。耳も遠くなる。妻や夫を介護しなければならなくなる。デイサービスを利用するようになる。老人ホームに入所する人も。

そうなると、今まで参加していたサロンや老人クラブなどは卒業だ。しかし「卒業」を容認してしまえば、課題というものがなくなる。福岡県福津市で、興味深い事実を発見した。「卒業」のテーマがぞろぞろと出てきたのだ。ただ、単純に「卒業させるな」と言っても、「なるほど、そういうことなら、やる価値はあるかも」と住民に納得させる材料を見つける必要がある。例えば、

①耳が遠い人には通訳がついていた！

例えば、耳が遠くなったために、サロン等から足が遠のいたというケースはよくある。こうした悩みは他の人にはなかなか理解しにくい。だから放っておくうちに、いつの間にか来なくなる。それでも参加しているケースというのは、周辺に、この人の通訳をする仲間がいる場合である。

今回の場合も、やはりいた。ただしその通訳の人が要介護になってサロンに来なくなり、自然、耳が遠い本人も足が遠のいた。だから対策は、新しい通訳を見つけようということになる。そんなに難しいことではない。

②入所者からも組費を徴収していた

施設に入所した人を、自治会活動などにまた参加させようというのは、今の地域の事情からしたら考えられないことかもしれない。ところがこの地域の興味深い慣習が浮かび上がってきた。施設に入所した人からも組費を徴収していたのだ。

つまり「あなたはまだ自治会会員なのですよ」と本人に自覚させようとしているのだ。ならば当然、自治会のイベントには移送サービスをしてでも参加できるようにしなければならない。

③本人が来られないなら押しかければいい

超高齢になれば地域活動から離れるようになるのは当然だろうが、しかし方法はある。サロンには来られなくなったが、仲間が訪問して「押しかけサロン」をすれ

ば、ちゃんと受け入れている。訪問型に切り替えればいいことなのだ。老人クラブも同様の対応ができるはずだ。

④体を使う活動はできなくても、体験を生かせばいい

長い間自治会長などで地域に貢献した人も、超高齢になればそれも難しくなる。しかしこれまでの実績を何かで生かせないものか。そういう人物で、しかも元大学教授だという人がいた。これだけの実績と能力を生かさない手はない。調べてみたら、そのご近所内にたくさんの人材がいることがわかった。ならばこの際、彼らに講師としてその知識と技術を生かしてもらえばいい。それなら超高齢でも、要介護でも可能だ。

⑤足腰が立たなくなったら車で移送すればいい

最も多いのが「足腰が立たなくなったから」であるが、ならば誰かが移送サービスをすればいい。北海道夕張市の移送サービスを現地取材したことがある。公的な鉄道も民間輸送もほとんどが走らなくなった。住民は家に閉じ込められることになる。そんなときに住民は、まさに住民総出で移送サービスを始めた。誰もかれもが、移送の必要な人を運んでいる。つまり夕張市全体が要介護になったと思えばいい。その対策は、住民総「移送ボランティア」になることだった。

超高齢者が地域にたくさんいるようになれば、移送サービスはだれもがやるべきことになっていく。それが超高齢社会の地域のあり方なのだ。たった数名の超高齢者の移送ができないというのでは、福祉社会とはとても言えない。

表にある対象者の多くが「移送サービス」の必要な人ばかりではないか。これに対応する体制を作るのが、基本中の基本というべきである。

(5)総じて、高齢期に豊かさを維持し続けるコツ

① 趣味—高齢者だからと歓迎されなくても、遠慮なくグループに加入すること。

若いメンバーにはできない部分を見つけて貢献すれば居場所が見つかる。「シニアの会員の果たしている役割は何か」と都内のグループに調査をしたことがある。やはり予想通りの回答を得た。みんなを引っ張るのでなく、影に回って、

悩んでいる人の相談に乗ったりしていたのだ。

高齢だからと、やめてしまった趣味があれば、それも再開してみる。元気でないとできないという考え方を捨てて、そろりそろりとでもやれば良いと割り切る。

もう一つ、趣味というものを柔軟に考える。いわゆる趣味、ではないけれど、自分が楽しみにしていることならいいではないか。畑に行けば何かやることがあると、農家の人は言うが、それも趣味の一つだ。

- ② **家族・夫婦**一年を取れば配偶者は亡くなり、家族も離れていくが、異性の茶飲み友達を見つけることも大切。子どもたちも思い切って呼び寄せて、自分の世話を頼む。

同居が無理なら、近居でもいい。神奈川県に住む女性は、3人の息子がみんな東京へ行ってしまった。その3人に、うち（女性宅）の近くに住む気があるのなら、家の建築費を支援してあげると申し出て、結局3人とも実家の近くに家を構えることになった。近居の実現だ。

子どもに介護経験をさせるのも教育の一つ。福岡県に住む女性は、舅を介護している時に、2人の子どもに介護を手伝わせた。自身が老いて夫の介護をする段になって、孫（息子の2人の子ども）に介護を手伝わせた。「Aちゃんは、おじいちゃんの入歯洗い。Bちゃんはおしっこ取りね」。その孫が言ってくれるのだと。「おばあちゃんが寝たきりになったら、僕がおむつ替えを手伝ってあげるね」。

- ③ **友だち**—趣味グループなどで、若い世代と積極的に交流することで若返る。ボランティア活動で友だち作り、もいい。90歳の一人暮らしの女性が、一日中家を開け放って、周りの人を呼び寄せている。「お茶飲みに来ない？」と。その人たちにいずれは助けてもらおうという魂胆だ。こういうやり方もいい。今のうちに世話を焼いていたら、いずれは助けてもらえる。
- ④ **社会活動**—活動グループに入るだけでなく、足元の要介護者や虚弱な高齢仲間の支えになることも「活動」だ。ある福祉セミナーで、74歳の女性と隣り合

わせた。何か福祉の仕事をしているのかと聞くと、幼稚園に勤めていると。失礼ですがそのお年でも子どもと遊べますかと聞くと、それはできないと言う。ならば何をしているのか。「子どもが言うのです。『先生はそこで、僕たちが遊ぶのを見ててね』と」。一体どういうことなのか。どうやら自分の目から何かが出ていて、それを浴びると落ち着くらしいというのだ。森林浴ならぬ老人浴。もう一つ、彼女が気付いたことがある。幼稚園に来ている子供は、彼女の見たところ、2種類に分かれる。一方は、心豊かで、やさしい子。もう一方は、心が貧しく、人にやさしくできない子。なぜそんなふうに2種類に分かれるのか。

家庭調書をめくっていて気がついた。心豊かでやさしい子の家には祖父母がいたのだ。高齢者は、子どもと居るだけで、それが活動になっていた。「居るボランティア」。

- ⑤ **仕事**—楽しみでやっている家庭菜園や小物づくりで若干の収入を得るような道を探る。
- ⑥ **健康**—これら5つの項目を夢中でやっていたら、それが健康につながるというわけだ。

<第5章>

ダイアグラムを使った 要援護者への関わり方

<民生委員の場合>

(1)民生委員と本人で、3年間の変化を調べる

富山県滑川市の民生委員たちが、ダイアグラムを生かした要援護者への訪問活動をしている。訪問の際にダイアグラムを持参して、本人と一緒に豊かさの状況を記入していく。自己評価と他者評価の合作ということだ。



滑川市で開かれた「ご近所福祉発表大会」で、この活動をしている同市の西加積地区民生委員のリーダー・浦田節子さん（写真右から2人目）が活動報告をした。後述するように、対象者毎に、4年前、3年前と比較対照しているのが特徴だ。

まず1番目のK・Tさんのダイアグラムを見ていただきたい。「収入・仕事」は、初めは4だったが、その後5に改善された。収入は増えたわけではなかろうが、「節約家」だから、出費が抑えられている、と見た。

「趣味」は、病気のために4から2に下がった。「病気のために何もする気がなくなった」という。それでも「テレビや過去に読んだ小説の話題が大好きで、話している」。おそらく自己評価だから、本人がこういう言い方をしたのであろう。

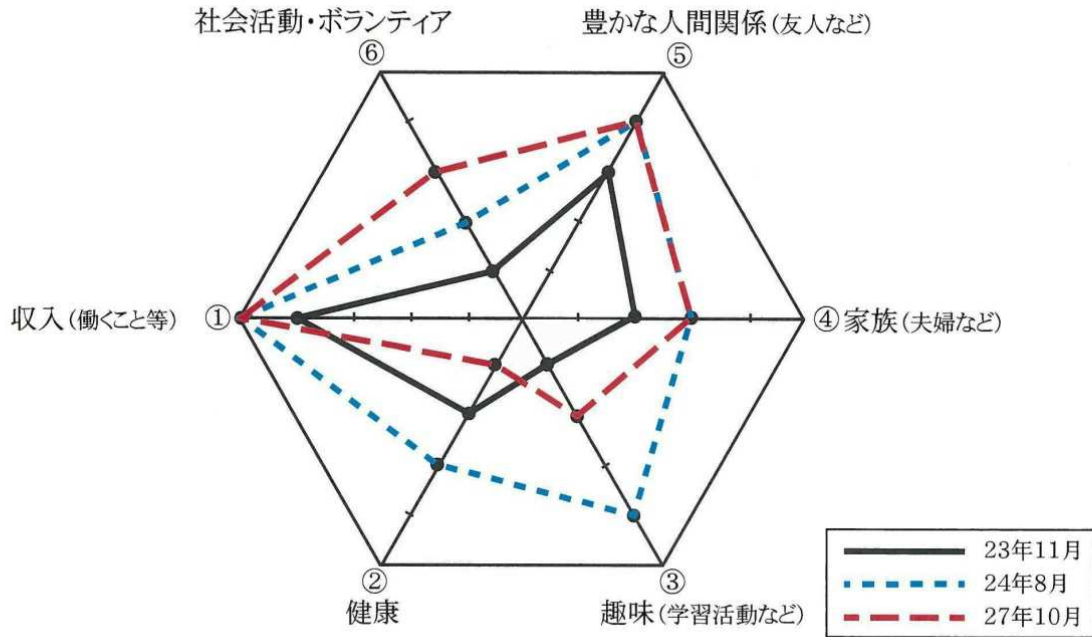
「何もする気がなくなった」ものの、それでも小説の話題で楽しむぐらいはしているよ、と言いたいのだろう。物事をポジティブに考える点が、自己評価のいい点だ。

一人暮らしの人だから「家族・夫婦」は1になると思われがちだが、「妻の遺品を創意工夫をして飾っている」という。まだ妻とつながっているのだ。

「友達」は、積極的に付き合う友達はいないけれど、友人やボランティアが時々訪問してくれる。それを積極的に評価すれば、「友達」の評価に入れてもいい。

事例 K・T

一人暮らしの男性の場合（年齢79歳）



	要件	平成23年11月	平成24年8月	平成27年10月
①	収入・仕事	4	若い頃から節約家であり、自ら「5」と評価 5	仕事はしていないが、日々儉しい生活をして経済面は、心配していない 5
②	健康	2	内科に通院中。障害者の手帳保持者 3	朝晩、持病の疼痛で気が重くなっている 1
③	趣味・学習	1	日曜大工が大好き。自ら手すり等取り付けを楽しんでいる 4	病気のために、何もする気がなくなった。テレビや過去に読んだ小説の話題が大好きで話している。 2
④	家族・夫婦	2	県外の息子の訪問や定期的な電話による安否確認がある。また、妻の遺品は、創意工夫して飾っている 3	県外の息子の訪問や定期的な電話による安否確認がある。以前から年2回は、息子家族の来訪がある。 3
⑤	友達	3	ケアネット活動により、近隣者の訪問がある 4	友人が定期的に訪れている。ケアネット活動は継続中 4
⑥	社会活動	1	家の前で、近所の児童を見守りをしている 2	特にない、姪の健康状態を心配をしている 3

* 数字は、六角形の満足度(5段階)。数字の5は、豊かさ満開を表す。

「社会活動」も、年をとり、体も弱ってくれば、限りなく1に近づいていくことになるが、当人は「家の前で近所の児童を見守っている」。これも立派なボランティアだと自覚している。その他にも「姪の健康状態を心配している」というのも、やはり「社会活動」と言っているのではと考えた。本人と民生委員でこういう理解・評価の仕方をし合うことで、前向きに自分の置かれた事態を理解しようとする、その点がいいのかもしれない。

次いでH・Iさんのダイアグラム。目立つのは「趣味」と「友達」がグンと改善されたことだ。市の福寿大学の合唱サークルに入った。みんなと歌い、発表会にも参加したという。その結果、友達が増えた。

発表大会で歌うことで、たくさんの人に喜ばれたとするならば、「社会活動」も改善されたと見るべきではないか。その結果、「健康」も改善される可能性もある。

というように、「趣味」を持って、それを最大限生かすことで、ダイアグラムの複数の部分が一緒に改善されることが考えられるのだ。

(2)活動で見えてきたこと

一人暮らしの高齢者宅を訪問して、ダイアグラムを取り出し、個々の充足度を本人と一緒に測っていくことが、いろいろな副次的な効果をもたらしているようだ。

①普段得られない情報を入手

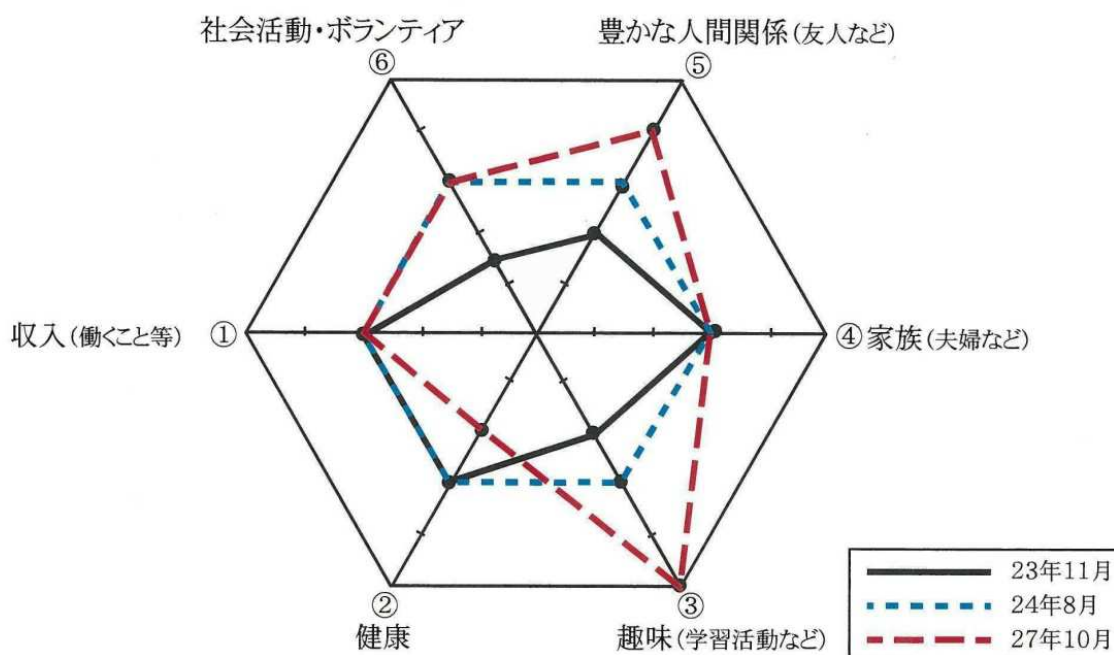
リーダーの浦田さんによれば、「自己評価してもらうことで、普段聞けない話を聞き出すことができた（情報が得られた）」。たくまらずして、当事者の生活面のかなり深い部分までの情報が得られるのだ。

②皆さん、豊かさ満開になることを望んでいる

また、これだけ積極的に自身の豊かさ状況を他人に語るということは、豊かさ満開になっていくことに相当の意欲がある、と見ていいのではないかと。

事例 H・I

一人暮らしの女性の場合（年齢79歳）



	要件	平成23年11月	平成24年8月	平成27年10月
①	収入・仕事	3	主な収入源は年金、日頃は節約した生活 3	主な収入源は年金、日頃は節約した生活 3
②	健康	3	何年も持病と皮膚病で通院中 3	何年も持病と皮膚病で通院中 2
③	趣味・学習	2	趣味は特になく、何とかしなければと思っている 3	市の福寿大学の合唱サークルに入り、皆と歌を習い、発表会にも参加した 5
④	家族・夫婦	3	市外に住んでいる子供は、年2回程度孫と一緒に訪問有る 3	市外に住んでいる子供は、月1回程度の訪問有る 3
⑤	友達	2	友達は週1回自宅に訪れる。外出は時々ある程度 3	同級生や合唱サークルの友達と交流している 4
⑥	社会活動	1	老人クラブのお世話をしている 3	町内の除草清掃に参加している 3

* 数字は、六角形の満足度(5段階)。数字の5は、豊かさ満開を表す。

浦田さんはこう言っている。「皆さん、だれもが、豊かさ満開になることを望んでいました」。私たちは一人暮らし高齢者は、安全が守られれば満足していると思いがちだが、じつはそうではなかった。

③体は弱っても豊かさ追求意欲は衰えない

そして、体が弱っても、豊かさへの意欲は衰えないこともわかった。ならば、要介護になっても地域のお楽しみに参加してもらったり、地域活動にも加わってもらいようにすべきなのだと、民生委員たちはわかったのだ。そしてそれが実現すれば、そこからダイアグラムは一挙に膨らんでいくこともわかった。

④健康観や趣味観を変えていく必要がある

最大のポイントは、健康観や趣味観と、6つの要件の一つ一つについて、見方を変えていく必要があることが分かった点だ。一人暮らしだから「夫婦」は1だ、などと勝手に判断してはいけない。毎日のように夫の墓参に行くという女性もいた。まだ夫婦はつながっていると私は納得したものだ。

⑤人生に前向きになっていく

その他、「趣味」も読書といった本格的な行為だけでなく、「過去に読んだ小説を話題におしゃべりを楽しむ」のだっていいではないか。

「ボランティアが訪れる」のも「友達」の一部だ。身内の健康を気にかけるのも「社会活動」と評価していいではないか、という風に考える。「ものは考えよう」である。

こじつけのように見えるが、そういう見方をするすることで、本人が人生に対して前向きになっていくというメリットがある。そこが大事な部分ではないか。

(3)民生委員との懇談で見えてきたこと

このほどダイアグラムを使って訪問活動をしている民生委員たちと懇談会を開いた。その中から見えてきたことを、懇談の内容を紹介しながら、指摘していこう。

①体調の話だけでなく、生活全般の相談ができる

今までは、訪問の際に特別なテーマがなく、結局「お元気ですか」程度しか出てこない。しかしダイアグラムを持って訪問すると、6つのテーマから話題を探せるし、相手も6つの角度から相談を持ち掛けるから、話が弾む。

木原 民生委員さんに教えてほしいんだけど、この6角形を持って訪問するようになって、何か関心の持ち方が変わったかな？

民生委員 それは全然違う。今までは『元気ですか？』としか喋ってない。やっぱりこれだけの多様なテーマを持って行くと、いろいろな聞き方ができるから、全然違う。

木原 6つの観点から見ればいいんだもんね。人間ってこの6つなんだよね。「安全」だけだと、「生きてればいいや」なんて思ったりして。

民生委員 確かに6角形を中心にまとめるのは大変かもしれないけど、訪問時の面談のマニュアルがなくても、スッと入っていけるということかしらね。

木原 そうか、マニュアルなんか必要ない。この6角形が頭に入っていればいいんだ。一般の民生委員の関心の持ち方とは違うよね？

民生委員 違ってきました。

②一人ひとりから豊かさを発展させるテーマを探してあげる

自分では気づかないかもしれないが、その人ごとに、これに取り組めば豊かさダイアグラムが全体として広がっていくのではないかと思われるテーマがひそんでいる。それを見つけ出して、どうやって発展させていったらいいのかを教えてあげるのだ。こんな会話が合った。

民生委員 私の所で87歳の方が、庭いじりをしているので（ダイヤグラムの）趣味が3になっているんですが、この家の周りは良い水のたくさん出るところなんです。そうすると犬の散歩に来る方が、そこへ来ては一休みし、この方とよく話をしていられるんです。会話が始まるんです。

木原 皆さんの所（富山県滑川市）は、庭が広いから、そこで花いじりをしていれば、ふれあいとかボランティアのチャンスが出てくる。そこで、いろいろな事例を示して、庭をきっかけにして出来ることを提案するといいいのではないかな。

③豊かさ発展の契機になるような活動と一緒に取り組んであげる

これに取り組めば、ダイヤグラムが一気に広がるといったテーマが出てきたら、それを実施してみるよう促す。と言っても、本人はなかなか重い腰をあげようとはしない、という場合もある。そんな時は、「私も一緒に行ってあげるから」などと言ってあげるといいことも分かった。

木原 ただ「あなたも行ってみたら？」と言うのではなくて、一緒に行ってあげるという話があったけど、あれもいいね。

民生委員 自分も一緒に行くから行きましょうと言うと、半分「う～ん…」と思いつながら行って、そのうち、どんどん自分から出て来られるようになったというのはありましたね。

④豊かさが広がりにくい原因を探してそれを除去する

人によっては、豊かさか広がりにくい原因があるのではないかな。それがあつために、ダイヤグラムの全体が広がりにくい、とか。それを探し出して、除去する方法を模索する。以下の例だと、入院したために、ダイヤグラムの全体が縮んでしまった。本人は退院したいという。ならばどうしたらいいかな。

民生委員 私が何年か関わっているケースです。現在入院中。この方は今まではほとんど平均値より外だったんですけど、持病が悪化したので入退院を繰り返して、こういう状態になりました。

木原 ああ、1になったんだね。

民生委員 そのために、趣味はあったけど、やる気がなくなってきたということで、この数字になりました。友達もだんだん来ることが少なくなり、自分も出向くことができていない。本人は「家に帰りたい」と在宅を強く望んでおられますが、周囲の人が、1人では食事の準備とか買い物とかそういうことがちょっと不安だと。弁当は月曜日から金曜日までとっていたんですが、それも十分食べられなくなってきているという状況なので、今後この方が豊かな生活を送れるようにするにはどうしたらいいのか…

木原 家に帰すということですよ。ふざけるなどと言われるかもしれないけど、やっている民生委員はいます。脳梗塞か何かで入院したけど、どうしても家に帰りたいと言う。無茶だと言われていたけど、やってみただね、ケアマネなんかと話し合っただね。そうしたらすごく元気になっちゃった。本人の自立意欲も必要ですけどね。こういう場合に、あまり慎重になっちゃうよりも、「やってみるか！」という意気込みも必要かもしれませんね。これでダイアグラムが飛躍的に改善されるのは間違いない。

⑤「それもボランティアですよ」と気づかせてあげる

超高齢になったり、要介護になると、自分がボランティアなんかできるはずがないと、初めから思い込んでしまう。そんなことはない、あなたがやっていることは立派なボランティアですよと、気づかせてあげる必要がある。関わる側の仕事で最も大きいのがこれではないか。

木原 そういえば、犬や猫の話が出てきたけど、やっぱり彼らも大事な家族なんだろうね。それから、犬のおむつ交換というのもあった。大変だよな。

民生委員 100歳のおばあちゃん。飼い犬のおむつ交換をしている。

木原 それも社会活動、ボランティアだよ。

民生委員 彼女、いつも犬に話しかけているんですよ。

木原 役割を持つということ—これは私のやることで、それは死ぬまでやめられないというのはいいね。神事の直会（なおらい）用のスルメを焼くという仕事を1人のおばあちゃんが受け持っているというのもそう。

民生委員 周囲の理解も必要なのよね。「あなたがいないと困る」っていう。

木原 そういうものが、人間、何か1つはあるんじゃないかな。寝たきりでもできることとかね。庭仕事をしていれば、絶対に誰かとの接点はあるし。「きれいですね」って必ず言うもんね。犬の散歩だって、犬の散歩をしている人同士の交流がある。そういう中で、何か人の役に立てることがあるはずで、それを探してあげることだね。そして「それも社会活動なんですよ」とか「それもふれあいだよ」って言ってあげる。自分では気付かない。

⑥「前よりも1上がったよ。素晴らしい！」と励ます

ダイアグラムはただ客観的に測定したものを相手に提示するというのではなく、それをもとに、もっと豊かに生きようという意欲を持たせる必要がある。そのためには、意欲が出てくるような要素を探して、それを相手に納得させることだ。

木原 それから、「希望を持たせる」というのもいいね。「これで0.5上がったじゃないか！」というふうにやったらどうだろう。その人を訪れるたびに、「今日は1上がったよ。すばらしい。じゃあ、1上がったお祝いをしようよ」とか。

相手にやる気を持たせるために、具体的な数字で見せるということ。後ろ向きの人には、「どうせ俺はもうだめだ」と言うけど、「そんなことはない。あなたがやっていることはボランティアだよ」というふうに言ってあげる。つまり、皆さんはポジティブに見てあげるんです。どんなことにも必ずネガティブな面とポジティブな面がある。皆さんは必ずポジティブな面を見て、それを相手に伝えていく。年をとれ

ば、どうしても3から2へ、2から1へと落ちてしまう。だからこそ、見方を変えていく必要があるのです。

⑦対象者の豊かさ満開作戦にご近所の協力も

今までは要援護者の困り事の解決や安全の確保でご近所の協力を求めていたが、これからはその人の豊かさ満開のための協力もご近所に求めていく必要がある。サロンの仲間入り、といったことも含めてだ。そのためには、福祉の本来のあり方についての理解も得なければならない。

民生委員 町内会の会合などに参加して、民生委員だけではなく、地域の皆さんにも応援を頼めばいいのかなど。六角形づくりもやっていければと考えております。

木原 六角形で豊かさを測れば、1人ひとり課題が出ますよね。それを皆さん(民生委員)だけでやらなければならない理由はない。地域の方にも、ちょっとしたお手伝いをしていただく。「犬の散歩をする時に一声かけてくれる？」とか。つまり一人暮らし高齢者の人たちが豊かに生きるために、これぐらいなら絶対に協力できるという役割を、ご近所の方にも提供していく。