住民総参加の福祉のまちづくりへ向けて
地域グループの役割

趣味グループが
できること

はじめに

　趣味グループと言えば、福祉とは縁遠い活動組織に見えますが、福祉のあり方に大きな変化が生じ、今では福祉に特に必要とされる組織になっているのです。

　厚労省は、福祉の目的をこう言っています。「どんなに重い要介護になっても、住み慣れた家や地域で、自分らしく生きていかれるようにと。何十年間も畑を耕して生きてきた人が寝たきりになって、それでも畑に行きたいというのなら連れて行こうというのです。

　ただ生存を保障する時代から、豊かな生活を保障する時代に福祉が変わってきたのです。そうなると、要介護でも認知症でも趣味を続けられるように支援する必要があるのです。
　趣味活動は人の心身を変える力を持っています。だから趣味活動をリハビリに応用しているケースも少なくありません。そんな視点で福祉に近づいてください。

＜目次＞

1.大介護時代の趣味グループの役割／3

2.地域に役立つ趣味グループづくり／9

3.地域の活動テーマはここにやってくる／11

2.活動テーマ（気になる仲間）はどんな姿をして現れるか／13

3.自分のグループの「強み」（特技）を知っているか？／15

2.趣味グループができる一般的な活動／16

2.要援護者の趣味を生かす活動／17

1.大介護時代の趣味グループの役割

⑴要介護でも豊かに生きたい

福祉が時代と共に変わっていくと同時に、住民が福祉に対してできること、すべきことも変わっていきます。だれでも趣味は持っているはずですが、その趣味活動をしながら「福祉」に関わるチャンスが、これまで以上に増えています。

ただ安全を守るだけの福祉なら、見守りボランティアがいるし、困り事には、その方面のボランティアやＮＰＯが対応します。要介護になればケアマネジャーが対応してデイサービスなりヘルパー派遣を行い、重度になれば老人ホームに入所する―というのがこれまでの福祉の基本で、それらの営みに趣味グループが関与する余地はあまりありませんでした。

しかしその間、福祉はいくつかの面で変化してきました。１つが、「どんなに要援護者状態になっても、住み慣れた自宅や地域で、安全かつその人らしく生きていけるようにすべきだ」ということになったのです。

となると、❶たとえ要介護になっても認知症になっても、地域の趣味グループに入れてあげなければなりません。「そういう人は老人ホームなりデイサービスに行けばいい」と門戸を閉ざすわけにはいかないのです。

また、❷病院から退院した後も、できればリハビリがてら趣味を楽しみたい―という人も仲間入りさせなければなりません。「リハビリなら病院でやってくれ」というのは昔のあり方で、今は趣味を楽しみながら同時にリハビリになるというあり方を本人は求めています。「地域で」ということは、リハビリも地域で、お楽しみの中で―という意味でもあります。

⑵わが家で趣味の会を開いて

さらに❸要介護者を介護している家族も、同じように自分らしく生きられるように支援する必要があります。毎日の介護で大変なストレスを抱えたりしている彼等

にとっても、趣味グループは大きな福祉資源になります。

介護者が活動に参加できるためには、介護の合い間にちょっとだけできるよう、きめ細かな配慮をしてあげる必要がありますし、場合によってはそういう家を訪ねて趣味活動をしてあげる（訪問型）という方法もあります。

まだあります。❹日本人の寿命が長くなるにしたがって、夫よりも妻の方が先に要介護になるケースも増えています。そうなると、元々自立していない夫が、家事をしながら介護もしなければならなくなるわけです。まわりが支援に入ろうとしても、地域とつながりを持ってこなかった夫が受けつけず、そういう中から介護殺人といった事件も起きています。と同時に、妻が先に亡くなると家に引きこもってしまう男性も多く、孤独死の問題につながっています。このようにならないよう、夫婦ともに元気なうちから夫の地域デビューを進めていくことがとても重要です。つまり夫婦一緒に趣味活動に参加することに大きな意義が出てきたのです。

❺超高齢化、要介護化のすすむ地域で、それでも本人が趣味を楽しみたいとなると、できれば足元でやりたいと思うようになります。

東京都がかつて、６０歳以上の都民を対象にアンケート調査を実施しました。そこで判明した彼等の望みを一言で言えば、「ご近所（自宅から歩いて５分程度）で趣味も学習もふれあいも仕事も楽しみたい」ということでした。

つまり、「どんなに年をとろうが、要介護になろうが、趣味活動がしたければ市の中心部にある公民館に来なさい」という時代ではなくなったのです。超高齢化の社会では、それぞれのご近所内に、高齢者も参加できる趣味活動がいろいろある―という状態をつくらねばなりません。今まで市の中心部でグループ活動していた人も、もう１つ、例えばわが家を開放してご近所型の趣味グループを立ち上げるといった活動が求められているのです。

⑶甲状腺がんの人が合唱を

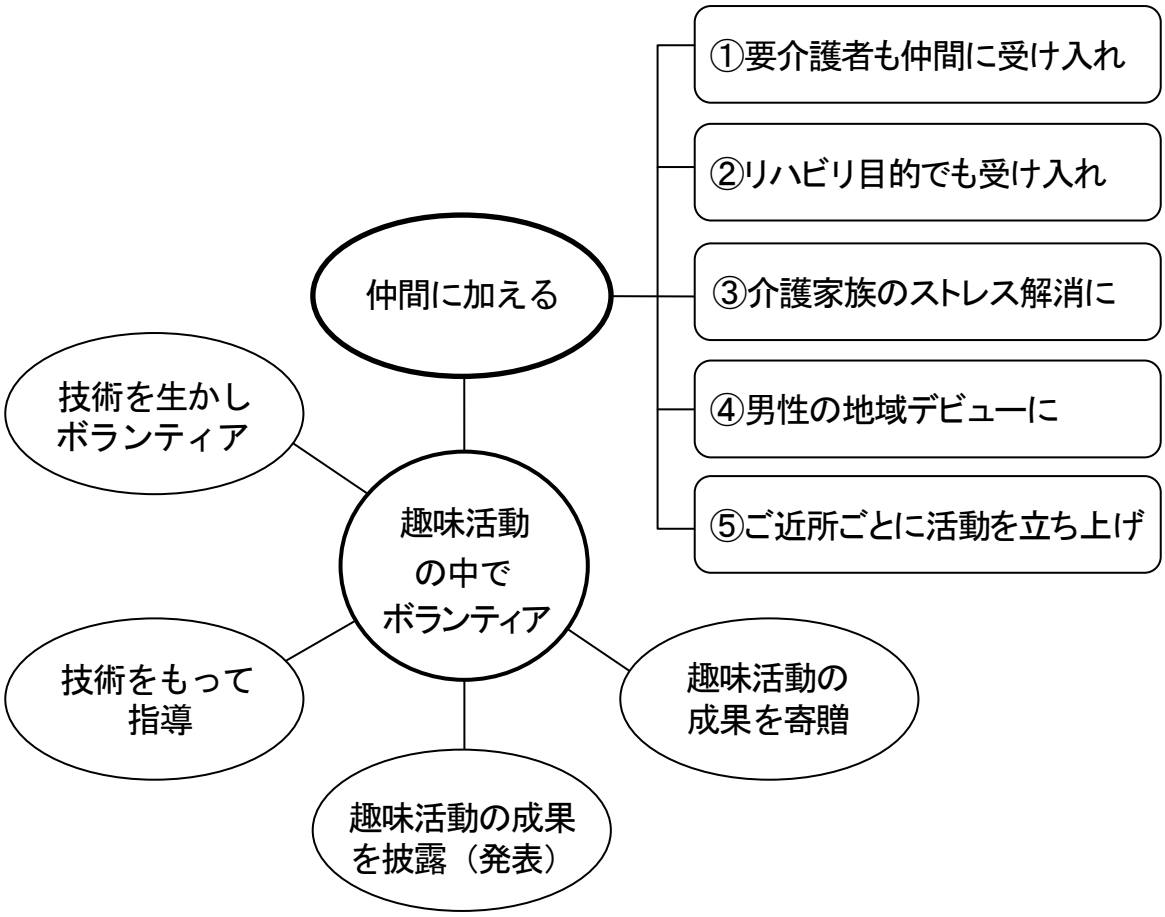
ここまで述べてきたことを図で見てみましょう。これは、趣味活動を通して福祉

を実践できる分野は５つあるということで、今回紹介した、時代の変化によって新たに生まれてきた５種類の活動は、すべて「仲間に加える」部分に相当します。ただ「仲間に加える」というだけですが、それがもたらす福祉効果は想像以上に大きなものがあるのです。

以下、この５項目について具体例を挙げてみましょう。

まず①の要介護者も受け入れるということですが、新たに受け入れるという以前に、メンバーがいずれ認知症や要介護になっていきます。そうなっても退会させない―それができるかということが問われます。

よく「本人が来なくなった」と言いますが、行きづらくなったから来なくなっただけなのです。できればそうなった時のことを見越して、介護研修をみんなで受けておくという方法もあります。認知症の仲間がいれば、認知症サポーター研修を。今は６５歳の高齢者の６人に１人が認知症になる時代です。



②は、「リハビリ目的でも受け入れる」。長野県の駒ケ根市で、公民館のあり方について考えさせられたことがありました。M子さんという世話焼きさん宅に伺って、近隣でどのように世話焼きぶりを発揮しているのかを詳細に聴取したのですが、そこでこんなことが分かりました。

M子さんは甲状腺のガンで、無事切除できたものの、再発しないかと心配ではあり、入院や抗癌剤で体力も弱っていました。そこで、リハビリと健康づくりを兼ねて、毎日のように公民館に行っていたのですが、その公民館に通っている人たちの間で、「あのグループ活動は〇〇病の人にリハビリ効果があるから、〇〇病の人が入っている」といった情報が流通していたらしく、その情報を頼りに、M子さんもコーラスグループや料理グループなどに加わったというのです。

⑷事実上のリハビリセンター

一見、学習や趣味だけのグループですが、こうした病を得た人たちの間では、それとは別に、健康づくりやリハビリのグループと理解されていたということです。言い換えれば、公民館はこういう人たちからは「保健センター」に見えるのです。

とすれば、公民館を利用するグループのそれぞれについて、保健・医療的にどんな効果が期待され、どういう病気の人たちに向いているのか、またどんな人が実際に加入しているのかを調べて、その情報を患者に提供したりといった役割も公民館に生まれてきます。

③は介護家族のストレス解消のための趣味活動への参加です。

さいたま市で認知症の姑を介護していたＹ子さんに、ストレス対策（彼女は「リフレッシュ」と言っていた）に何をしているかと聞いたら、以下のような活動が出てきました。

⑴認知症老人を抱える家族の会→認知症について知っておきたい

⑵親と同居している者で語り合う会（元ＰＴＡ仲間と）

⑶有償のホームヘルプグループ→いざという時、自分も助けてもらいたい

⑷（地元の）福祉を勉強する会→一緒に勉強する仲間がほしい

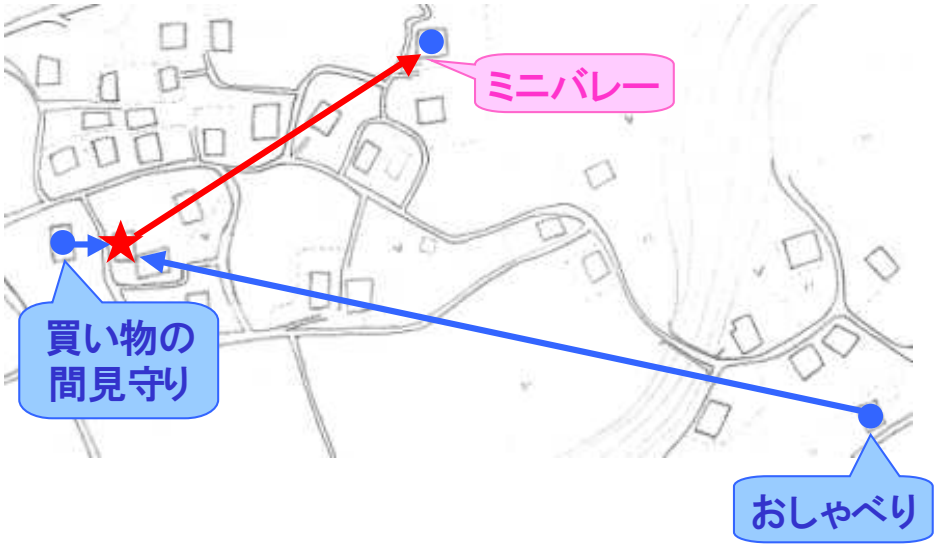
⑸パソコン通信→（介護していても）家でできることを

⑹バードウォッチングの会→この日は介護は娘や夫にまかせて文字通りのリフレッシュ

こうなると「リフレッシュ」と一口に言っても、その内容は多岐にわたっていることがわかります。ただの「気晴らし」というだけでなく、勉強するのもそうだし、ボランティアに参加するのもそう。また、いざという時に助けてもらえるように、今から活動に参加しておくという意味でのグループ参加も含まれています。

それにしても、これだけの「リフレッシュ」を必要としていることを考えると、介護者にかかるストレスがいかに大きなものであるかが推し量れます。

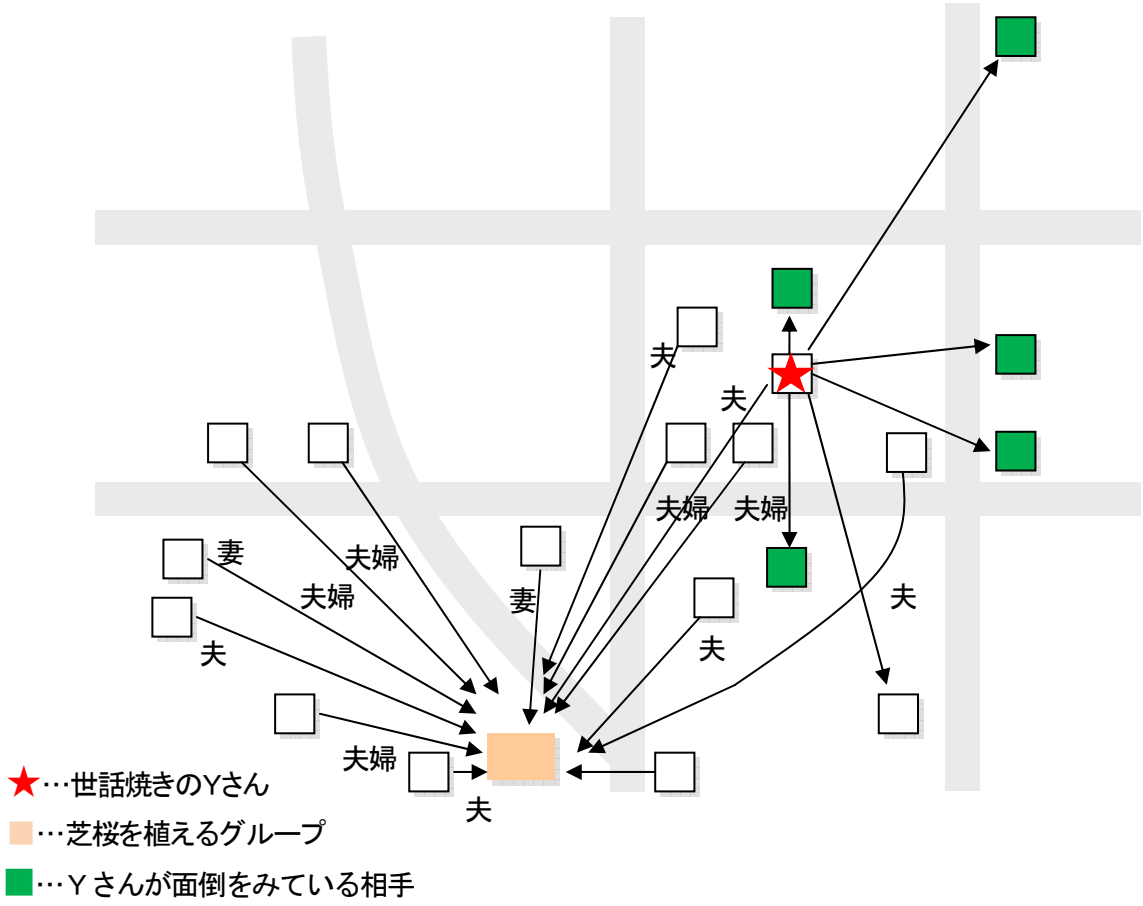
⑸ストレス対策にミニバレーを



このマップでは、おヨメさんが寝たきりの舅の介護をしています。買い物に出かける時は、隣家の人が看ていてくれるし、知り合いの男性が、舅の話し相手をしに来てくれます。このおヨメさんは最近までミニバレーに参加していたのですが、介護が忙しくなって最近は来られなくなったということです。

ならば、ミニバレーに参加する間はメンバーが交代で舅を看てあげて、おヨメさ

んが参加できるようにしてあげられないか。そのぐらい積極的に働きかけないと、彼女の参加は実現しないでしょう。



❹★印のＹさん（男性・８０歳）は大変な世話焼きで、周囲の５人の一人暮らし高齢者（■印）の面倒を見ています。そのＹさんがやっているもう１つの活動が、「芝桜を植える会」です。

前述の通り、妻が要介護になると、夫は周囲の関わりを拒否して引きこもってしまう傾向があります。だから夫婦健在なうちに夫を地域デビューさせておこうという考えで、Ｙさんはこの会を立ち上げたということです。夫が中心で、妻も一緒に来るというケースもあります。これだけ男性を参加させたのだから、大成功です。しかもご近所内での活動ですから、❺の目的も達成しています。

趣味グループのメンバー同士で一度、ここに挙げた❶～❺のいずれかに該当するかどうか、点検してみるといいでしょう。

2.地域に役立つ趣味グループづくり

●豊かに生きるには社会活動が欠かせない、というのも事実

自分たちは趣味を楽しむグループなのだから、「ボランティア」をする必要はないと思いがちですが、じつは本当に豊かに生きるには、趣味だけでなく、社会活動にも参加することが欠かせない、というのも事実なのです。

そこで趣味を生かせるなど、あまり無理をせず自然にできてしまう社会活動がないか、考えてみましょう。

●地域への義務を放棄したままでは、健全な状態とはいえない

また、地域で活動するどんなグループにも、地域に貢献する義務があります。「私たちは趣味グループなのだから、専ら趣味活動をしていればいい」と言い出せば、どのグループも住民組織も、企業も公共機関も、みんなが同じことを言うことになり、ＮＰＯやボランティアのみの活動に委ねざるを得なくなります。

各組織自体も、地域への義務を放棄したままでは健全な状態とはいえなくなり、その副作用が必ずどこかで生じてくるでしょう。

また、社会の各組織がそれぞれ自分たちの足元の問題に関わっていけば、芽のうちに解決できる問題も多いのです。

⑴グループの活動チャンス探し

本命は、趣味活動そのものを生かしたボランティアです。技術をだれかに教える、その技術を生かしての活動、製作物を寄贈するなどがあります。

メンバー内で、あるいはボランティアセンターの職員や受け皿となる福祉施設などと話し合い、自分たちの腕を生かしてどんなことができるか考えてみたらどうでしょう。もうやっていることもあるかもしれませんから、思い出してみてください。

テーマ探しのコツは、グループやそのメンバーに、誰かが何かを頼みに来ていないか、思い出すことです。一見「妙な頼みごと」に見えても、それこそが「これに取り組みなさい」というヒントなのです。

⑵私たちにピッタリの活動探し

自分たちの趣味活動を、どこでどのように生かしたらいいのか。ただなんとなく活動チャンスを待っていても、見つかりません。以下のようなことを考えてみたらどうでしょうか。

① メンバーがかけもちしている(他の)グループに、活動ニーズがないか？
　（老人会のイベントの看板を描いてほしいなど）

② メンバーの生活の周辺では？（子どもの学校の卒業式に生け花を、など）

③ 公民館で活動する他のグループから依頼は？

④ 他の趣味グループからは？

⑤ グループが所属する地域社会にニーズは？

⑥ グループに何かを頼みに来た人は？

⑶活動が始まりやすい条件整備

趣味グループが、通常の趣味活動だけでなく、地域の問題にも関与するようになるには、それなりの環境条件が整っていないと無理でしょう。

たとえば、メンバーにボランティアグループと掛け持ちしている人がいれば、その人が「ねえ、こういう活動もしない？」とグループに提案することが考えられます。そうやって趣味グループが地域活動に踏み込んでいく、というわけです。

他にも、①年間事業計画に「活動」の項目も加える、②メンバーに要援護者も迎え入れる、③福祉・ボランティアセンターのスタッフと懇意にする、などがあります。

⑷仲間の悩みに応えるのも「活動」だ

グループの外の問題にこだわる必要はありません。仲間の悩みに応えるのも立派な「活動」なのです。たとえば、①休んだ人、退会した人への配慮、②要援護の仲間への配慮、③要援護者や定年退職者を仲間に、④悩める仲間への関わり、⑤メンバーのご近所の人への関わりなど、いろいろなあり方があります。

3.地域の活動テーマはここにやってくる

①活動中の現場に

②リーダーのもとに個人的に

③活動の拠点に

④メンバーの話の中に

⑤会議の中でたまたま提案される

⑥メンバーが足元の気になる人のことを報告

4.活動テーマ（気になる仲間）はどういう姿をして現れるのか

①面倒をかける人、迷惑な人、メンバーといさかいを起こす人

②要援護の人（要介護・病気・障害）

③いろいろな理由で退会した人

④いろいろな理由で休会した人

⑤家庭や職場に問題を抱えた人

⑥活動についていけない人、方針に反発する人

⑦メンバーの中の特定の個人とうまくいかない人

5.自分のグループの「強み」（特技）を知っているか？（メンバー個人の特技も）

特技の種類

①本格的なプロが入っている

②要介護者や障害者で、特異な芸術作品を作る人がいる

③趣味自体が特技になる場合も

6.趣味グループができる一般的な活動

①一緒に楽しむ（施設の手芸クラブと共同作業など）

②活動に加える（中学生の体験学習の受け入れなど）

③成果物を寄贈（作品をチャリティバザーに提供など）

④成果を披露（手芸作品展の開催など）

⑤技術で指導（養護学校手芸クラブの指導など）

⑥技術で奉仕（老人施設で使う雑巾を作るなど）

7.要援護者の趣味を生かす活動

①要介護者や障害者の作品を集めて展示会を開催

②要介護者や障害者の技術を生かして教室を開催

③高齢者の趣味の腕に磨きをかけ、より高度な技術をめざす

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
TEL049-294-8284
kiharas@msh.biglobe.ne.jp
http://juminryu.web.fc2.com/