当事者の「自助マップ」作りを手掛かりに福祉のまちづくり

助けられ上手さんを
ご町内に10人つくろう

住民流福祉総合研究所

木原孝久

目次

＜第1章＞助られ上手さんが百人集まったらどうなる？／3

＜第2章＞とびきり面白い、助けられ上手さんの知恵／8

＜第3章＞とびきり面白い助けられ上手さんの分析から導き出した助けられ上手の世界／18

1.担い手と受け手の関係を超える世界／19
2.攻めのおつき合いに転換できるか？／24
3.助けられ上手次第で活動は豊かになる／29

＜第1章＞

助けられ上手さんが百人集まったらどうなる？

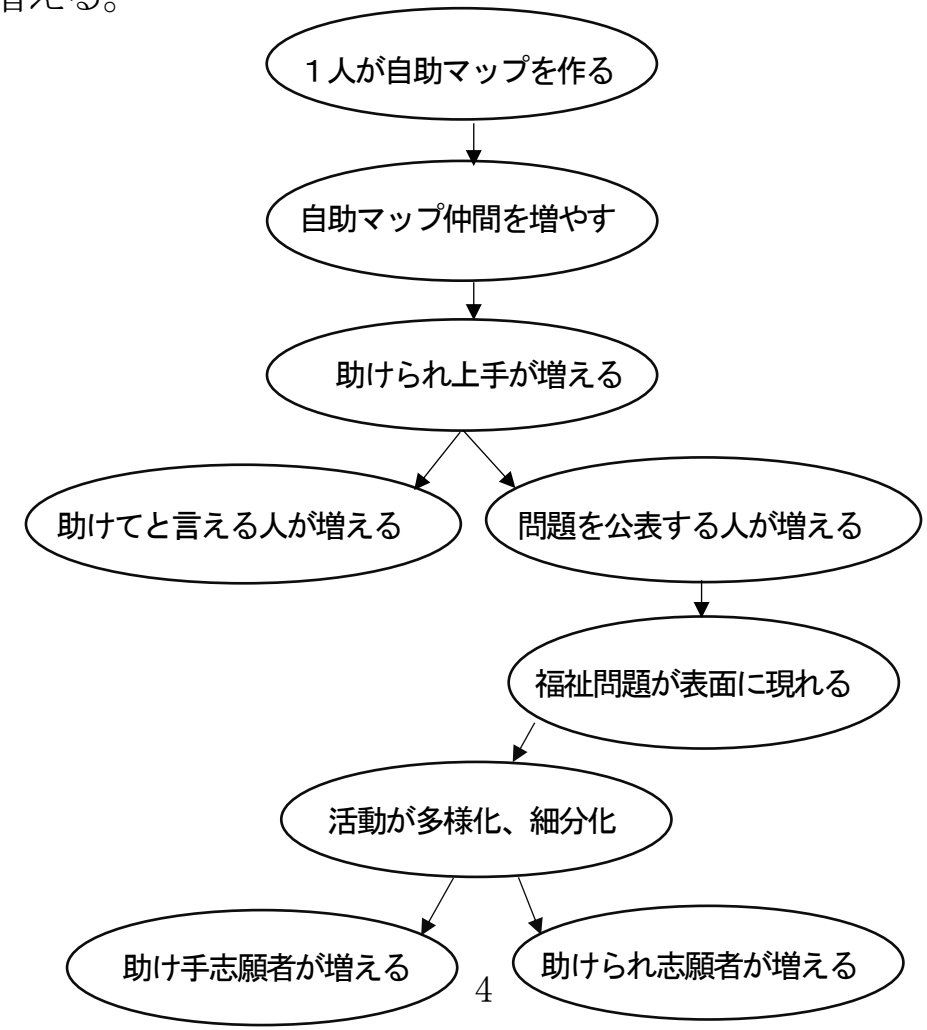
⑴担い手が消極的なら、受け手が積極的に動かねば

■英国の福祉の中央機関が、世界の百数十か国の人々に「あなたはこの１カ月で、見知らぬ人を助けたか？」という調査を長年続けているが、日本はいつも最下位。日本人のやさしさは「頼まれれば助ける」という受け身型で、積極的に人を助けるのは苦手なのだ。この事実を踏まえて、福祉のまちづくりをしていかねばならない。

■「困っている人がいたらどうするか？」というある自治体の調査では、７割の人が「頼まれたら助ける」と回答。
■受け手である当事者が積極的に動けば、助け合いが始まるということ。自助力を強めることに力点を置こう。
■自助とは、「自力だけに頼ること」ではなく、「必要なら人の助けも得ながら、自分の身の安全を図ること」と転換しよう。
■自助マップ作りをもとに、助けられ上手さんを掘り起こすのだ。

⑵助けと助けられの好循環で助けられ上手さんを増やそう

■助けられ上手さんが増えて、困り事をオープンにする人が増えれば、他の人も「私も助けてほしい」と声を上げ始める。助けを求める人が増えれば、「それなら私が助けよう」という人が増える。助け手が増えれば、「私も助けて」と言う人がさらに増える。



■天性の助けられ上手さんは町内にせいぜい２～３人。「自助マップ」づくりで、もっと助けられ上手さんを育てよう。そこで上記のような、助けられと助けの循環で助けられ上手さんが増えていく。

「助けられ上手」の７つの要件

□⑴問題をオープンにできる

□⑵困った時は「助けて」と言える

□⑶自分なりの方法でお返しやお礼ができる

□⑷担い手を探す

□⑸担い手に取り組み易い方法を教える

□⑹担い手にやる気や充足感を与える

□⑺自分も活動に参加する

■自分の困り事をオープンにして、困った時は「助けて！」と言える人が町内の大勢を占めれば、みんなが助けてと言いやすくなる。助けを求める人が増えれば、助ける側の人も増える。

■やさしさ調査でいつも世界最下位の日本が、助け合いの国になる。その秘訣はまことに簡単。「助けられ上手

さん」の「助けて！」だったのだ。

⑶とびきり面白い助けられ上手さんの事例を集めてみたら

■こういう作業をやってみた。まず助けられ上手さんの事例の中でも特に興味深いものを１０個ほどピックアップして分析し、最後に３点に特徴を絞ってみた。

■特に、その２点の１つに注目した。「攻めのおつき合い」だ。単に困っていることをオープンにするというよりは、その問題を解決するために、果敢にアピールしていく。徘徊が激しくなった夫を見守ってもらうために、居住するマンションの全住民を対象に説明会を開いた女性もいる。町で出会う人毎に、自分の悩みを打ち明けている人もいる。

■迷惑を嫌う今の社会では、こういう行動をずうずうしいと言う人もいるだろう。助けを求めれば、たしかに相手に迷惑をかけることにはなる。しかし、助けが必要な状況なのに、「迷惑をかけたくない」と黙っていれば、問題は解決されずに悪化し、結果的にもっと大きな迷惑がかかることになるし、本人が動かないから、周囲の人が解決に動かねばならなくなる。当事者が助けられ上手であるほど、担い手や社会は助かるのだ。

⑷１つの町に百人の助けられ上手さんがいたら？

■日本人は、困った時に「助けて」の一言が言えない。そのため、「頼まれたら助ける」という日本人（およそ７割）は動けない。だから助け合いが始まらない。

■もし１つの町に、百人の助けられ上手さんがいたらどうなるか。そこで１人ひとりが、困り事の解決や自分の身の安全を図るために、周囲に思い思いのアピールをしていく。だから助け手も動き出す。助け合いができる町というのは、こういう町なのだ。

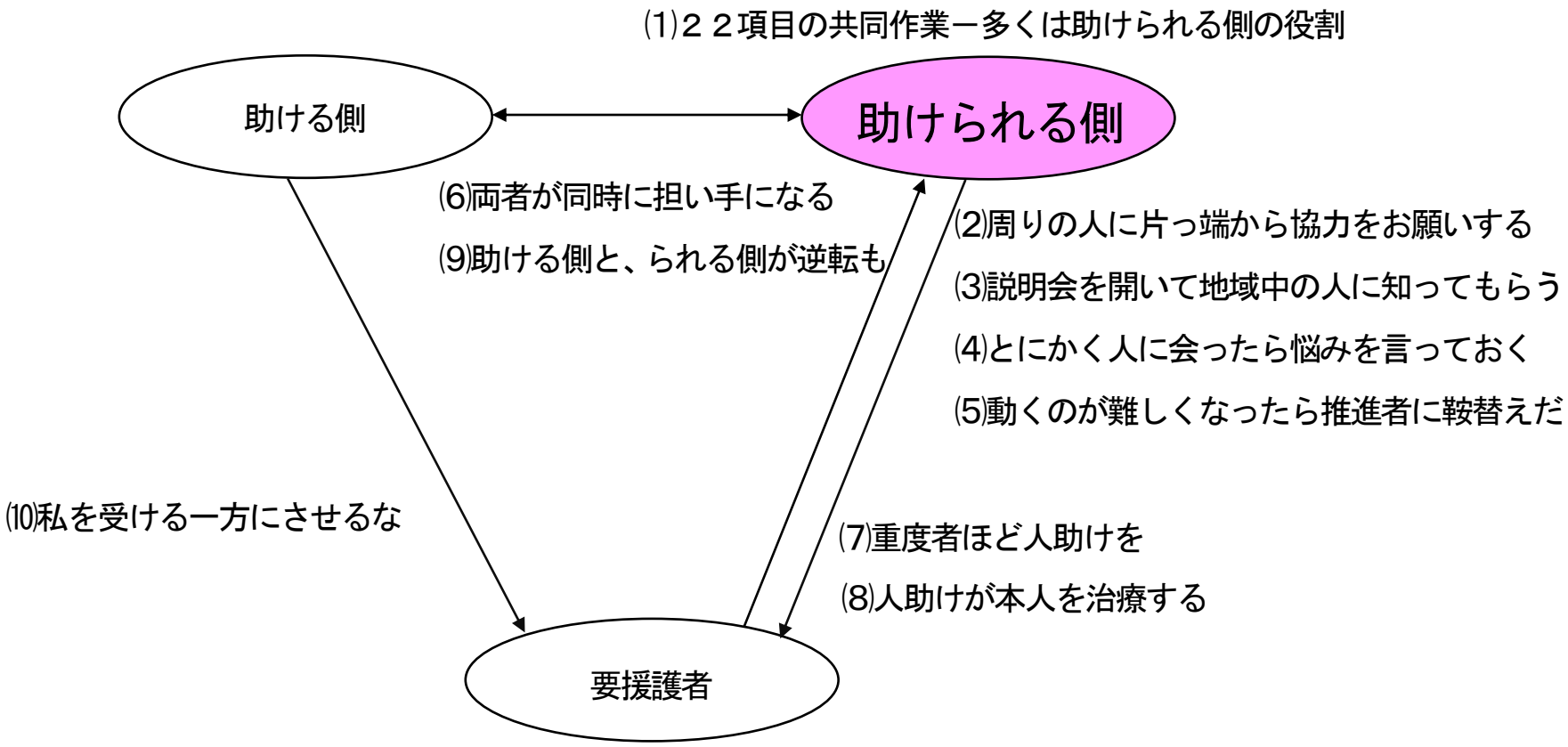
＜第2章＞

とびきり面白い、助けられ上手の知恵

■助けられ上手さんはどのように行動しているのかを知るために、特に興味深い助けられ上手さんの事例をまとめて分析してみた。それぞれの事例に、どんなユニークな発想が入っているかを見極めてほしい。

■要援護者の自助行為の中心になるのは、「助けられ」である。要援護なのに、自らの力でいろいろな問題を解決しなければならない。しかしそれは難しい。そこでどうするか。あらゆる知恵を動員して、これを乗り切る作戦を考えているのだ。

■これから紹介するのが、その知恵の集積である。まずは図にしてみた。


⑴２２項目の共同作業ー多くは助けられる側の役割
助ける側
助けられる側
⑹両者が同時に担い手になる
⑼助ける側と、られる側が逆転も
⑵周りの人に片っ端から協力をお願いする
⑶説明会を開いて地域中の人に知ってもらう
⑷とにかく人に会ったら悩みを言っておく
⑸動くのが難しくなったら推進者に鞍替えだ
⑽私を受ける一方にさせるな
⑺重度者ほど人助けを
⑻人助けが本人を治療する
要援護者

⑴自分の困り事はできるだけ多くの人に知ってもらおう

⑵周りの人たちに片っ端から協力をお願いする。
⑶説明会を開いて地域中の人に知ってもらう。
⑷とにかく人に会ったら悩みを言っておく。
⑸動くのが難しくなったら「推進者」に鞍替えだ

私たちは通常、自分の問題を公表したり、周りに積極的にアピールするのは好まない。しかし、本当に支援が必要な状況で、助けを求めることが目的になれば、価値観は逆転する。自分の困り事は、できるだけ多くの人に知ってもらう。それだけ支援を得られる可能性は高くなるからだ。本人からオープンにすれば、プライバシーの問題も生じない。

ご近所の５人もの人に「あなたは〇〇をしてね」とお願いしている主婦。これができるか？

■車椅子の夫を介護しているある主婦は、それほど親しくもないご近所さんたち、しかも５人もの人に、「病院への送迎を」「車椅子を押してね」「家に来て話し相手になってね」などと個々にしてほしいことをお願いしていた。ずうずうしいと思う人もいるだろうが、実際に頼まれている 5 人は、「何をしてほしいか言ってくれるから楽だ」と快く応じていた。もし彼女が動かなければ、このご近所さんによる助け合いの活動は１つも始まっていない。そう考えれば、彼女は福祉の推進をしていることになる。これを、あなたはできるか？

⑵徘徊する夫のことを全住民に知ってもらうため、マンションで説明会

徘徊が激しくなった夫を見守ってもらうため、居住するマンションの全住民を対象に、協力を求める説明会を開いた主婦。認知症を隠すどころか、必要なら地域中に知ってもらうのが助けられの世界。

■新潟市では、認知症で徘徊する夫を見守ってもらうため、マンション中の人を集めて、協力を求めるための説明会を開いた主婦がいた。「さすがに図々しいかと思ったけど…」と彼女は言っていたが、私がそれでいいんですよと言ったら、安心したようだった。

■多治見市のある男性（７６歳）は、９０歳になる母親の様子が気になり、医者に診せたら、認知症の初期症状だと言われた。「自分だけではこの先、支えきれない」と思った彼は、その足でご近所まわりをして、「母がこういう状態なので、見かけたら気をつけてほしい」とお願いしたという。

普通、私たちはどうするか。まだ初期症状だというのだから、しばらくは隠しておこうとするだろう。そこが彼の偉いところなのだ。今のうちから気を付けておいてくれたら、症状が重くなった時も慌てずに対処してもらえるだろう。シニア男性が、母親の見守りをお願いしに各戸を巡回するというのは、３０年間マップ作りをしてきた私も初めて出会った事例だった。しかし「助けられ」の世界では、こういうのが常識になるのだろう。

⑶出会う人毎に「痛い」と訴えていたら…

地震の時に支援者が真っ先にこの家に駆けつけた

■頼み上手の事例をもう１つ。北海道胆振地方で地震があった後、地元の避難支援者たちとマップ作りをしたら、地震が起きた時に、みんなが一斉に駆け付けた家があったという。一人暮らしの高齢女性だが、なぜこの人の家に皆が駆け付けたのか。彼女は普段から、こういうお役の人に出会うと、どこどこが痛い、あそこも痛いと、「痛い」を連発するのだという。おかげでこの地区の世話焼きさんや班長などは、いざという時に、真っ先に彼女のことが頭に浮かんだのである。

⑷動くのが難しくなったら「推進者」に鞍替えだ

要援護の人が活動をする場合、体を動かすよりも、「推進」の方が適している。ならば…要介護になったら「推進者」に鞍替えしよう。うん、これは正論だ。

■「助けられるのも立派な福祉活動だ」というだけではない。これは「福祉の推進」という行為でもあった。地域福祉の推進、というように使うその「推進」である。要援護でもできる活動は、実際に体を動かすことよりも、「推進」の方が適している。そうなると、要援護者ほど推進する側に位置すればいいとなる。

⑸両者が同時に担い手となる

■図の「助ける側」と「助けられる側」の間に、「両者が同時に担い手になる」と書いてある。これは何か。

認知症で一人暮らしの女性がサロンを主催。参加者は「（彼女の）見守りがてら」。えっ、どっちが担い手でどっちが受け手なの？

■認知症の一人暮らしの女性がサロンを開く。参加している人にその理由をたずねたら、「彼女の見守りがてら」と言った。なんだか、俳句のような味のある事例である。

同じパターンでは、妻を介護中の男性が介護サービスグループに参加している。妻の介護だけでも大変なのに、加えて介護グループで活動をするというのはどういうことかと思ったら、その代わりに仲間が彼の妻を気にかけて、関わっていた。

「助けられ」の世界の妙味は、こういうところにあるのではないか。認知症で一人暮らしの女性が、サロンを開く。つまり普通なら助けを受ける側の人が、逆に地域活動をした。これに対し、地域はどういう行動に出たか。彼女の呼びかけに応じた「参加者」の顔をして、彼女の見守りをするために集まっているのである。

もう１つの事例も同様だ。妻を介護中なのにもかかわらず、介護グループに参加している。それに応えて、グループは彼の妻に関わっていた。私にはまるで芸術作品のように見える。この気の利かせ方は、まさに芸術と言えまいか。地域というのは素晴らしい！

地域の気の利かせ方と言えば、次の事例もこれに該当しそうだ。

⑹重度者ほど人助けを

「要介護になったら、人助けを始めよう。自分の問題は地域が考えてくれる」。えっ、それ逆じゃないの？

■地域にはこのように、「あなたはそんなことをする必要はないんですよ」と言ってあげたくなるような人がいる。今の事例なら、一人暮らしで認知症というだけで大変な状況なのに、サロンを開いている。こういう人の特徴は、その行為に見返りがもらえるかといったことは、毛ほども考えていない。ただ無性に人に尽くしたい一心なのだ。こういう人々を見ていて浮かんだ言葉が、「要介護になったら、人助けを始めよう。自分の問題は地域が考えてくれる」である。

マップ作りをしていると、その証拠になりそうな事例に出会う。例えばある時、リーダーがこんなことを言い出した。「あそこに超高齢の男性がいるでしょ。あの人が要援護になったら、私たちが面倒を見ることにしているの」。理由を聞いたら、「あの人はね、これまで町内会長や連合会長、民生委員などをやってきているので、これからは私たちがあの人にやってあげる番なのよ」。地域には地域の独特の「慣行」があるらしい。「助けられの世界」では、自ら人に尽くす要援護者には、どこかで誰かが支援にやってくるのである。

それ以前に、なぜ要介護になったら人助けをしなければならないのか。要介護になれば、当然、様々なサービスが投入される。それは確かにありがたいことだが、人間には誇りというものがある。一方的に助けてもらうサービスが積み上げられていくと、自尊心の危機に陥る。しかしその一方で「私も担い手になっている」という実績があれば、誇りを回復できるのだ。だから要介護度が高い人ほど、人のために尽くす機会を求めているのだ。

⑺在宅の人の訪問活動をしたら認知症が改善。人助けが本人を治療する

もう１つの理由は、ヘルパーセラピーの効果である。欧米ではこの発想が普及している。人のために自分が役に立てたと思うと、それが本人を治療するのだ。

かなり前の話だが、ある老人ホームが、在宅の認知症の人の訪問活動を始めた。その際、入所している認知症の人も連れて行くことにした。訪問先で、在宅の人が「いつもはヨメに押し入れに入れられてるけど、今日はあんたが来るから出してくれた」と訴えると、これに入所者が反応した。「あんたも大変だけど、まだ家に置いてもらっているじゃないか。私なんか施設に入れられちゃったよ」。これに施設職員が驚いた。この女性は普段、自分が施設にいることも、息子のことも分からない。それが元に戻っているのだ。以降この施設では、その日いちばん症状の重い人を連れて行くことにしたという。

⑻助ける側と、られる側が逆転も

席を譲られたお礼に短歌をプレゼント。感謝しているのは席を譲った方、という大逆転劇。助けられる側が、助ける側に変わる？

■受け手が助けられ上手になって、担い手をリードするようになると、どちらが担い手でどちらが受け手なのかがわからなくなる。両者の位置関係がファジーになるときにこそ、助け合いは最高に光り輝く。

たとえば要援護の人が、自分を助けてくれた人にお礼をする場合。ある高校生が、電車の中で高齢者に席を譲ったら、その高

齢者から「お礼の短歌」を手渡されたという。

「混み合ひし車中にあれど　スクッと立ち　年寄る我に席を譲りぬ」

おかげでその高校生は一日、心がホカホカしていたし、母親までが「感謝で一杯」とまで言っていた。

こうなると、担い手である高校生と、受け手である高齢者の立場が逆転したようにも見える。高齢者が粋なお礼をしたことで、席を譲った側が、その日一日幸せな気持になったのだから。

善意の行為や福祉活動と言えば、大抵は一方通行なのだが、もし善意を受ける側の人が本気になって「反撃」したとする。相手が感激するようなお礼をするとか、お返しの活動をするとか。そこで何が生じるか。善意のやり取りが突如、活性化されて、両者が感動するような展開が生まれるのである。

⑼私を助けられる一方にさせるな

■認知症で一人暮らしの女性がご近所さんとどのようにふれあっているかをマップ作りで調べてみたら、周囲の１１人から、おすそわけなどの善意を受けていた。ところが女性は、この１１人全員の悪口を言っているという。

では逆に、悪口を言わない相手はいないのかと聞いたら、１人だけいた。その人は何をしに来ているのか。認知症である彼女に買い物の支払いをさせたり、支援者が彼女に持ってきた品を持ち帰ったりと、要するに彼女を利用しているのだが、女性は「私があの人を助けてあげているの」とかばっている。１１もの人から助けられている中で、唯一、自分が担い手になれる相手だからだ。

文明社会では、福祉も文明の営みの１つに組み込まれた。効率を求めた結果、私たちは「人を助ける専門の人」と「助けられ

る専門の人」に分別されるという、考えてみれば異常な状況に置かれている。被害者は後者だ。私たち人間は、人を助けたり、助けられたりをバランスよくすることで、安定した精神生活ができる。要介護のために、ほとんど受け手の位置に据え置かれる人のストレスは大変なものになるのではないか。要介護の人ほど、担い手になれる機会を提供されなければならないが、今の福祉ではそういうことは全く考えられていない。

支援者の悪口を言うなんてとんでもない人だと思われるところだが、今の福祉の異常性を自分なりに行動で示したこの認知症の女性。これも一種の当事者の活動ではないか。

第3章

助けられ上手さんの分析から導き出した

助けられ上手の世界

1.担い手と受け手の関係を超える世界

2.「攻めのおつき合い」に転換できるか？

3.助けられ上手次第で活動は豊かになる

1.担い手と受け手の関係を超える世界

助けられ上手さんの動き方を見ていくと、従来の「担い手」と「受け手」という単純な関係を超えていかねばならない、ということが見えてきた。その単純な発想では、何よりも受け手の立場の人が救われない。もっと柔軟で、奥深い所まで入っていかねばならないということを教えられた。

⑴担い手と受け手の関係に6つのバリエーション

まずは、担い手と受け手という立場が、様々な面から変化しているという点を考えてみよう。

■再び、先程の図を見ていただきたい。⑴福祉は担い手と受け手の共同作業だが、多くは受け手の役割なのだ。福祉というのは、福祉問題を抱えている本人がやはり主役になるのが当たり前で、そのために受け手の方が担うべきことがいろいろあるわけだ。それは、いわゆるハードの部分ではなく、ソフトの部分だ。

■⑸は、単に「助けられる」のではなく「福祉の推進」をしているのだという理解に変える。⑵も、私への支援をお願いしているけれど、その本質としては「指示」に近い。だから推進と同列と考えられる。言葉を「お願い」から「推進」に変えただけであるが、意味するところは、本質的な変化になる。受け手が担い手をリードするという構図になるのだ。

■⑼初めは助けられているが、途中で逆転してしまった感じがする。助けられを創造的に発展させると、こういうことが起きる。席を譲るという、本人は気軽にしたであろう行為に対し、受けた側が、そのお返しに短歌を詠んでその場でプレゼントをした。それをもらった方の感激ぶりを見ると、どうも立場が逆転したように見える。受け手のちょっとした工夫で、逆転は実現するのだ。

■⑹こういうケースでは、担い手と受け手の双方が、同時進行で相手に何らかの「与える」行為をしている。両方が担い手になっているのだ。面白い現象である。だから、要援護者が特定のニーズの充足を求めている場合、そのことはいったん置いておき、自分が相手、または相手のグループに対してできることをするという方法もあるのだ。そして、それを受け取った人または組織が、その人にできることを考えて、それを提供する。お互いが助けられたという意識がないままに、助け合いが成り立った。ちょうど担い手になった人に対して、受けた人から何がしかの報償が通帳に振り込まれるようなものだ。相手も同じことをする。お礼は相互に振り込みで、表では双方が担い手になった。

■⑽受け手は、助けられる側ではあるが、助けられるばかりというのは望まない。過剰な助けられは困るということだ。だからそれぞれが心の貸借対照表を持って、資産と負債の増減をチェックしていくことが望まれるわけだ。

■⑺人助けは、元気な人がやるものだと思われているが、要介護でもやりたい、いやむしろ要介護だからこそ担い手になりたいという二重の逆転。その結果、活動したことで治療効果が出る、というおまけも。

　ここには、担い手と受け手の厳粛な原理も働いている。ハンディキャップを抱えていても、ただ善意を受けているだけではい

けない。自分が出来ることを考え、相手に、または地域や社会に、何らかのお返しをする必要があるということだ。

⑴福祉は担い手と受け手は共同作業であるが、そのほとんどは助けられる側の役割
⑼助ける側とられる側が逆転も
⑹同時に担い手となる
⑽助けられる一方では困る
⑺重度の人ほど人助けを

⑵これから取り入れるべき6つの新事業

この６つの教訓を、新事業として実践に移すには、どうすればいいのか。

①受け手側の役割である１７項目の課題

３１ページに詳しく示してあるが、福祉活動の理想を追求すると、１つの福祉活動は２２の小活動で成り立つ。そしてそのうちなんと１７は、受け手の役割なのである。この１７の課題に取り組まねば、活動はなかなか豊かにならないし、何よりも受け手の当事者が困る。それを受け手だけで頑張るというのではなく、担い手やボランティアのサポートを受けながら、実践に移していかねばならない。

②当事者が「推進」を通常の福祉現場で実践できるような指導・教育を

今まで担い手にお願いしていた分も含めて、これは「推進」に当たるという理解を深めていく。推進に変わることで、何が変わるのか、そのあたりをしっかり理解してもらうことが大事になる。例えば、今までは必要になったらその都度お願いしていたけれど、これからは計画的に一連の行為をまとめてお願いするとか、そのやり方、順序はどうなのか、お返しはどうなのか、なども含めて考えるなど。

③なるべく担い手と対等な関係をめざした工夫を

できれば、どちらが担い手でどちらが受け手なのかがわからなくなるような構図をめざす。そのことで両者の関係があいまいになり、興味深い相互作用が起きてくる。そういう努力が、両者の関係を活性化させるのだ。受け手側としてどのような工夫ができるのか、学習していくことも必要だ。

④担い手と受け手が、をマニュアル化し、普及させていく

一見難しそうだが、マニュアル化すれば、実行できるようになる。例えば要介護者を介護している家族は、ただ家族だけで頑張るのでなく、またはただサービスを受け入れるだけでなく、もう１つの選択もできる。地域にある介護グループに加入して、自分の介護経験を生かし、一方で、そのグループがその人の家族の介護を担う。こうすることで、本当の意味で家庭の介護を社会化できるし、家族が地域の介護にも参加できる。家庭資源の社会化だ。他もいろいろなメリットがありうる。

介護グループの側も、いわゆる介護グループの社会化として、在宅介護の人たちに働きかけていくのだ。

⑤心の貸借対照表の普及へ

私たちには誰でも「心の貸借対照表」があって、常に貸し借りのバランスを保とうとしている。隣の人からおすそわけをもらっただけでも、少し負債が増えて、その借りを返すまではなんとなく心が落ち着かないので、早くお返しをしようとする。要介護で一方的に助けてもらってばかりという人は、負債の方が大きく膨れ上がり、バランスが崩れてしまうのだ。

この対照表で考えれば、いま自分が負債が過多になっているのか、バランスがとれているのか、自己点検もできるし、老人ホームなどでは、入所者１人ひとりの対照表を本人と一緒に作って、負債が多すぎる場合は、その人が担い手になれる機会を提供したり、その人が自分の得意なことなどを生かしてどうやって資産を増やせるかを一緒に考えてあげればいい。

⑥要介護だからこそ人助けを

まずは、すでに実践している人に学ぶのも１つの方法だ。そういう意欲をすでに持っている人と、資産を増やすことを諦めてしまっている人への対応策は変わってくるかもしれない。何歳になっても、私たちは誰かの役に立っていたいし、それによって自尊心が強まる。まずはこういう考え方が広がり、それぞれの人が自分が出来ることを振り返って考える機会ができれば、そこから何か活動が始まるではないか。

2.「攻めのおつき合い」に転換できるか？

⑴この際、日本のおつき合いのあり方を変えていこう

助けられ上手さんが、要援護でも自分の困り事を解決したり、自分の身の安全を図るために、支援を求めて積極的に周囲の人に働きかけていく「攻めのおつき合い」をしていることをご紹介したが、問題はこういうやり方は、日本の今の社会では常識的ではないという点だ。助ける側にしても、頼まれてもいないのに人を助けようとすれば「お節介」と言われそうで、手を出せないという人が多い。しかし、そのために日本ではいつまでたっても助け合いが進まないのも確かであり、この消極的なおつき合いの風土を変えていくしかないのである。

⑵あなたのおつきあいの流儀は？

■まずは以下の問いに答えてほしい。１０項目について、「自分もそう思う」なら○印、そうは思わないなら×印をつける。

❶自分や自分の家族の問題は隠しておきたい ……

❷自分のことがご近所で噂されるのはイヤ ……

❸人に助けを求めるのは苦手だ ……

❹人に迷惑をかけることだけは絶対にしたくない ……

❺人のことはなるべく詮索（せんさく）しないようにしている ……

❻誰かが認知症だと気づいても、誰にも言わないようにしている ……

❼困っている人にはお節介と言われない程度に関わる ……

❽引きこもるのにも事情があるから、無理にこじあけるべきでない ……

❾お互いのプライバシーは十分に尊重し合うべきだと思う ……

❿隣人とはあまり深入りせず、ほどほどのおつき合いを心がけている ……

■多くの人は、７つから９つほどに○が付く。それもそのはずで、これらは日本人のおつき合いの常識なのだ。○が多い人は、

日本人としては常識人と言える。〇が少ない人は非常識な人ということになる。

■ただし、常識人、つまり〇印が多い人は、「助け合いはしたくない」と言っているのと同じことになる。なぜそうなるのかを、これから簡単に解説していくが、一言でいえば、私たちのおつき合いは「双方に困り事が生じない」という前提で成り立っているのだ。たしかに何事も起こらなければ、表面的なおつき合いだけで問題はないが、ひとたび困り事が生じたらアウトである。

①「私のことは放っておいて」ということ

まず「助けられる側」から見ると、以下の４項目が該当する。これに〇がつけば、どういうことになるのか、→印で示してある。要するに「私のことは放っておいて」と言っているのだ。これでは周りも、助けの手を出せない。

❶自分や自分の家族の問題は隠しておきたい**→それでは困り事が周りに気づかれない。**

❷自分のことがご近所で噂されるのはイヤ**→それでは困り事の情報が周りに伝わらない。**

❸人に助けを求めるのは苦手だ**→「頼まれたら助ける」のが日本人。これでは手が出せない。**

❹人に迷惑をかけることだけは絶対にしたくない**→迷惑をかけたくないと思えば「助けて！」とは言えなくなる。**

②「あの人のことは放っておこう」

今度は「助ける側」から見てみよう。関連しているのは、次の４項目。詮索しない、お節介はしない、こじあけもしない。こうなると、要するに「あの人のことは放っておこう」ということだ。

❺人のことはなるべく詮索しないようにしている→**詮索するほどの積極性がないと、人々の困り事は見えない。**

❻誰かが認知症と気付いても、だれにも言わないようにしている→**それでは困り事の情報が周りに伝わらない。**

❼困っている人には、お節介と言われない程度に関わる→**そんなに消極的な姿勢では、人は助けられない。**

❽引きこもるのにも事情があるから無理にこじあけるべきではない→**だから、孤立死が生まれるのだ。**

③プライバシーを尊重。相手のことは知らないようにしよう

最後は、私たちのご近所づき合いのあり方。

❾お互いのプライバシーは十分に尊重し合うべきだと思う→**つまり「あなたのことは放っておきます（助けない）」**

❿隣人とは深入りせず、ほどほどのおつき合いを心がける→**困り事は言い合わない、つまり助け合いをしないご近所関係**

⑶当事者自身も10項目のすべてを見直さなければ

①助けられる側からの４項目は、まず絶対に改めていかねばならない

この４項目について、もう一度、自己診断をしてみよう。苦手なものがあったら、改めていかねばならない。それがあなたの死活の問題になるかもしれないのだから。

②助け上手になるためには❺～❽も×が付く必要が

では、助ける側からの４項目❺～❽はどうなのか。助けてもらう一方では負債が膨らんでしまうし、地域では双方向がルールなので、自分も助け上手にならなければならない。とすれば、この❺～❽も×が付くように努力する必要がある。

③両面から上手になるためには❾❿も×が付かねばならない

プライバシーを尊重して「相手のことをなるべく知らないように、関わらないように」すれば、隣人関係を閉ざし、お互いが相手に深入りすることを阻むことになる。これからは、その深入りをしていかねばならないということなのだ。

④要援護の人は特にこの１０項目に〇がつきやすい傾向がある。それを逆転させる必要がある。

これまでのおつき合いの仕方を変えるのは簡単ではないだろうが、これまでは特に意識していなかったことを意識したり、発想を転換すれば、変えていくことはできるはずだ。

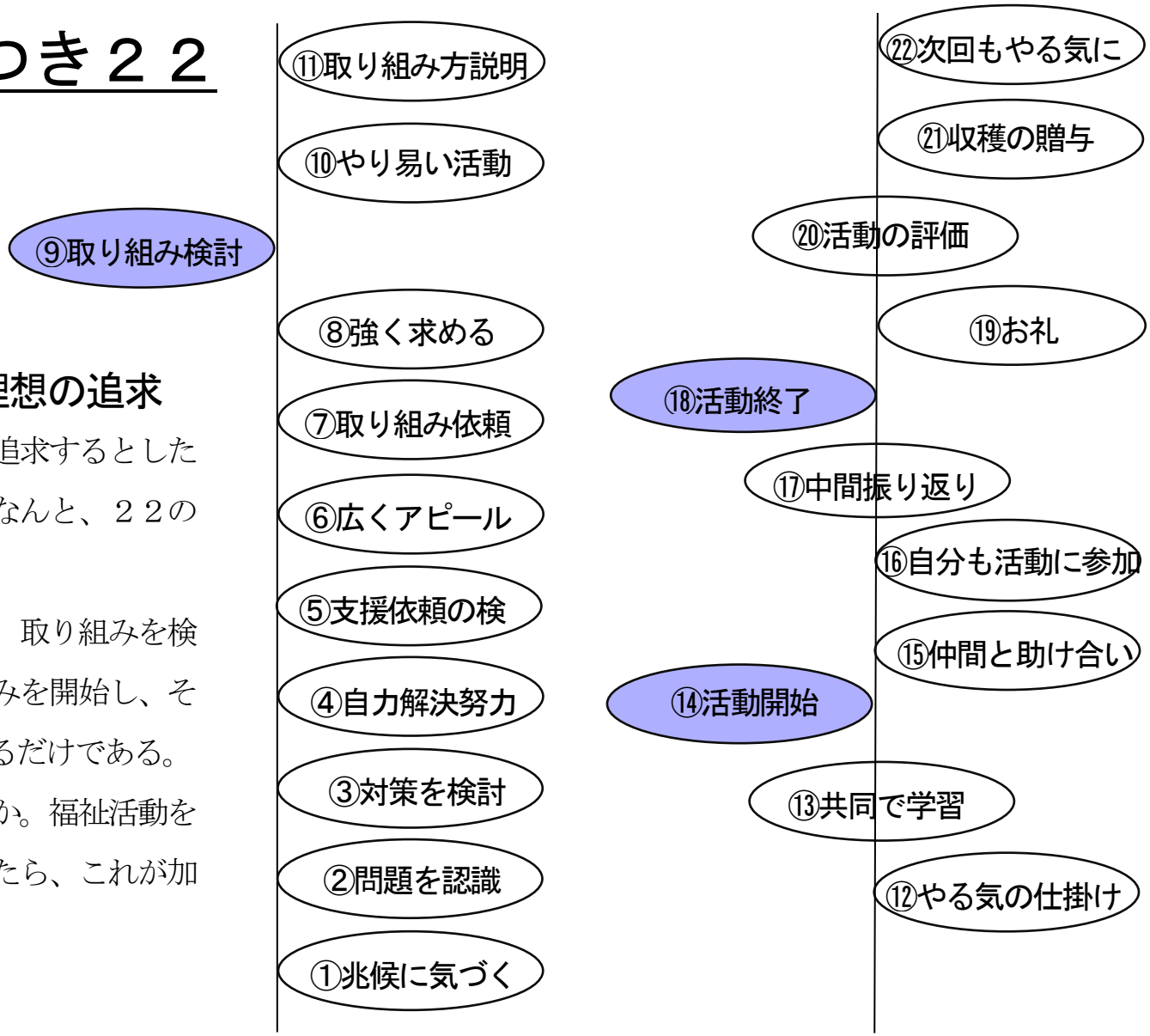
また、隣人が善意でしていることを考え違いしているという場合もあるだろう。ある要介護で一人暮らしの女性が、「隣の人が毎日、私の家を覗いている！」と怒っていた。ところがその隣人は世話焼きさんで、彼女のことを気にかけて、様子を見ていたのだ。そのことを本人に伝えたら、すぐに考え直したということである。

3.当事者が助けられ上手であるほど活動は豊かになる

■福祉は担い手と受け手の共同作業だが、本来行われるべき共同作業をすべて挙げたら、かなりの部分が受け手側の役割だった。その中身が、活動を効果あるものにするためのソフトだからだ。したがって、豊かな福祉活動にするための役割は、事実上、受け手が担うのであり、当事者が助けられ上手であるほど、活動は豊かになるということである。

■３ページの図の中の「活動が多様化・細分化」というのは、今から紹介するものである。従来の活動のプロセスに新たに１７項目が加わるからだ。

(1)１つの活動につき２２の小活動がある



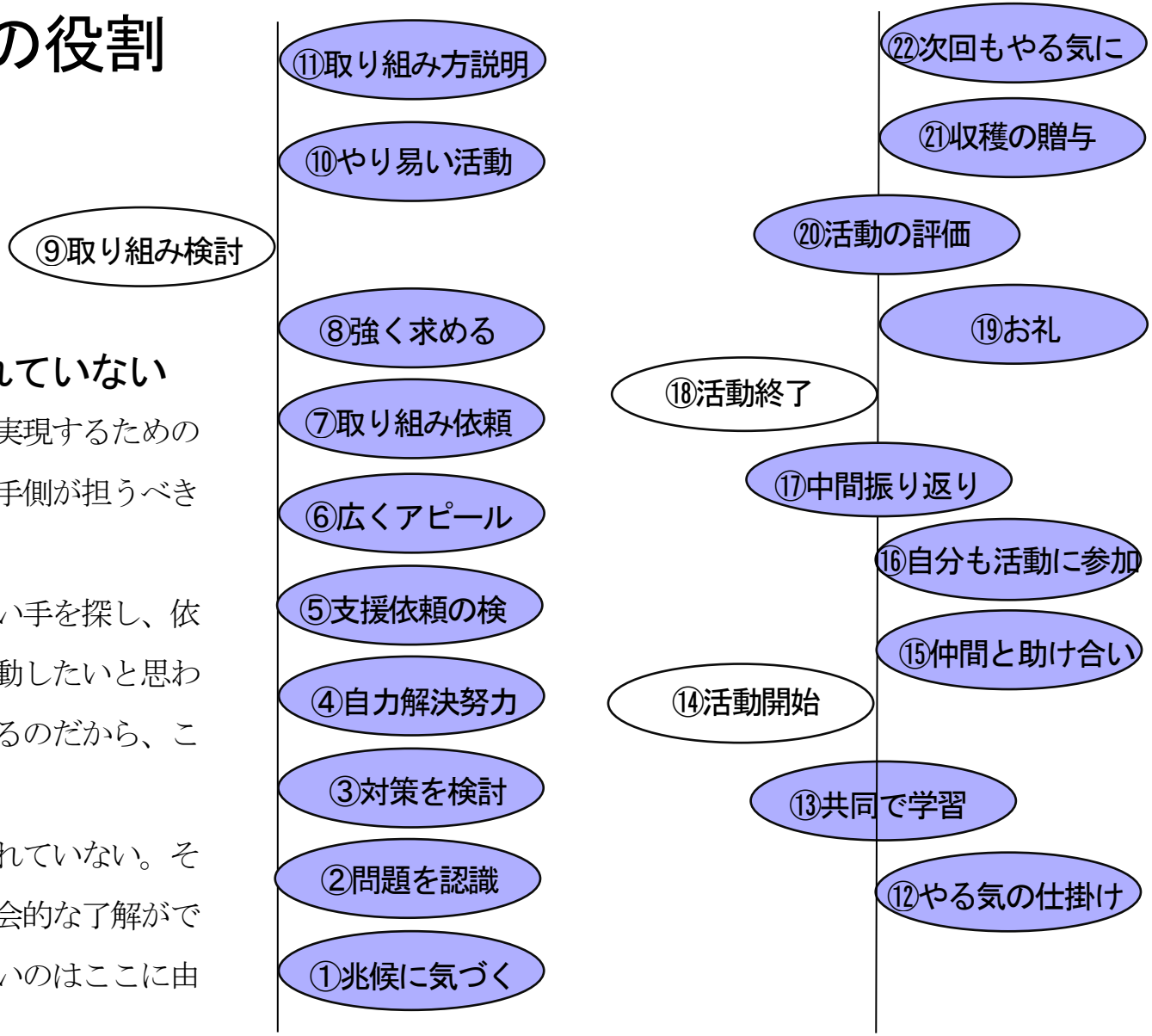
■大抵は５段階。残りは理想の追求

もし私たちが福祉活動の理想を追求するとしたら、ご覧のように、１つの活動がなんと、２２の小活動で成り立っているのである。

しかし現実には、問題を発見し、取り組みを検討し、組織体制をつくり、取り組みを開始し、そして終了。多くて５つの段階を経るだけである。

では残りの１７段階は、何なのか。福祉活動をきちんと理想通りに実践するとしたら、これが加わるということなのだ。

⑵大方は受け手の役割



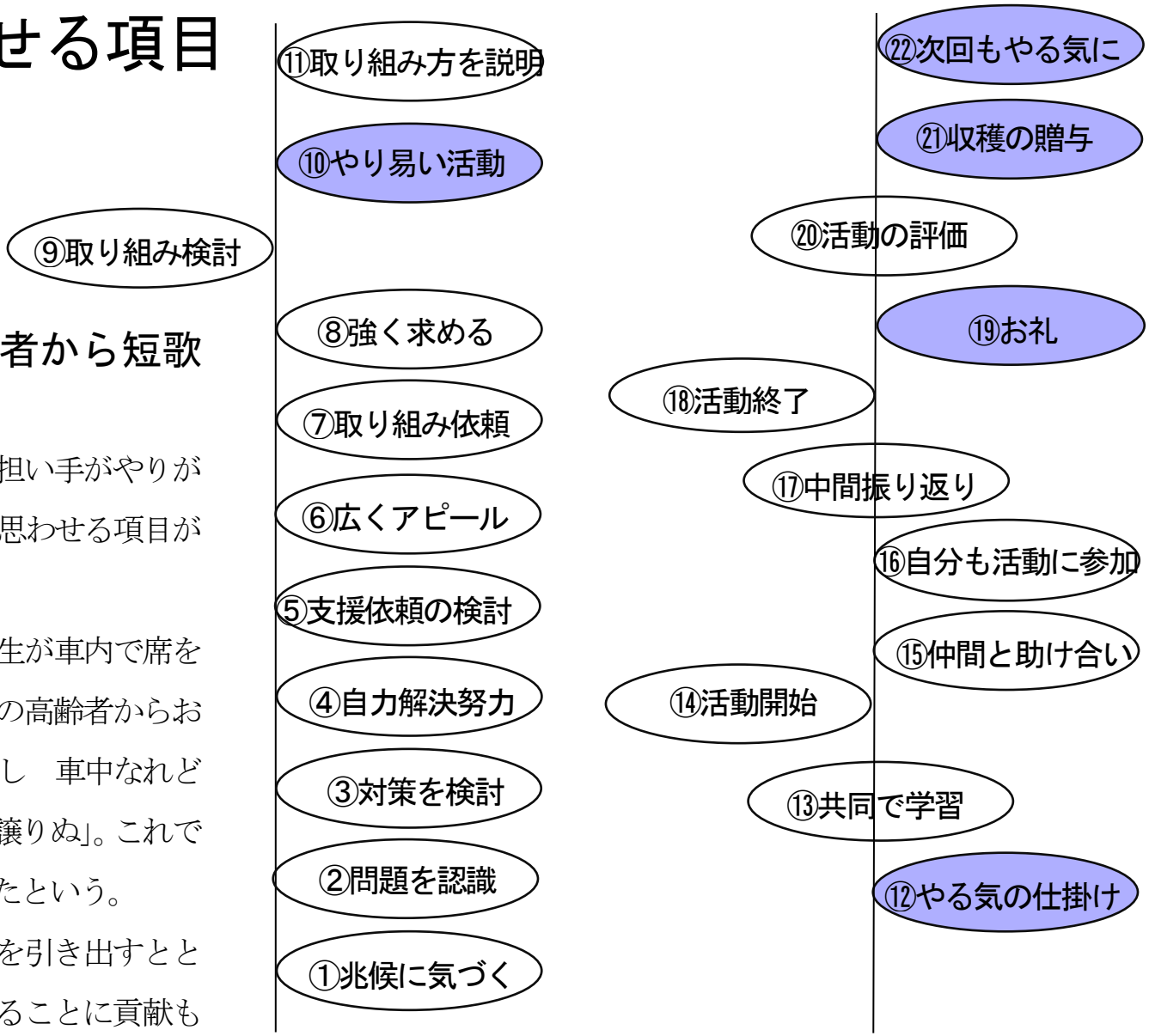
■しかし大部分は実行されていない

意外なことだが、福祉の理想を実現するためのこれら１７の小活動は、ほぼ受け手側が担うべき部分なのだ。なぜか。

問題を認識し、対策を考え、担い手を探し、依頼し、お礼やお返しをし、また活動したいと思わせる。福祉問題は当事者から発するのだから、こうならざるを得ないのだ。

しかし実際にはほとんど実行されていない。それをやらねばならいないという社会的な了解ができていない。福祉が豊かにならないのはここに由来している。

⑶やる気を出させる項目



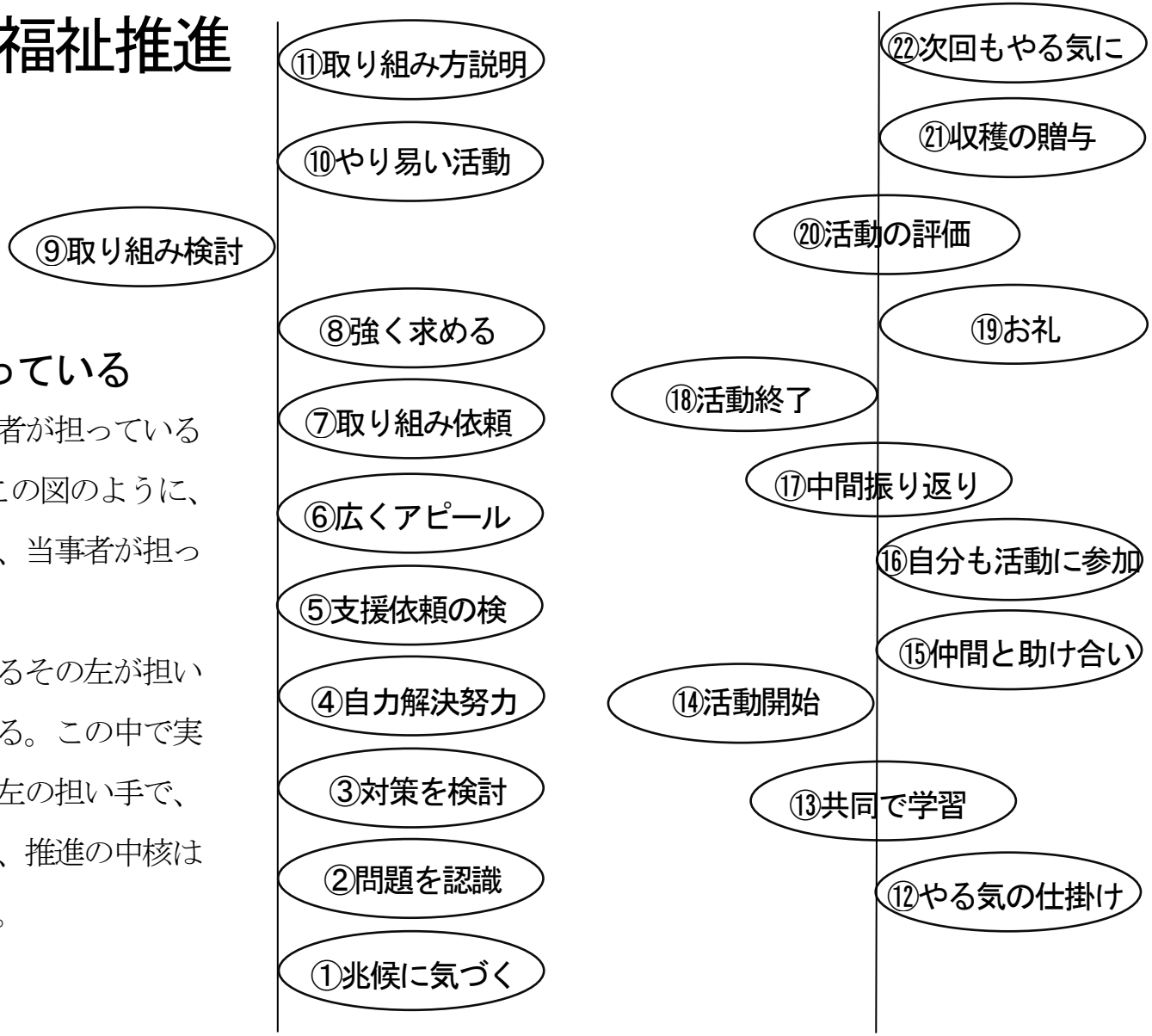
■車内で席を譲った高齢者から短歌のプレゼント

理想的な活動のプロセスには、担い手がやりがいを感じ、「また人を助けたい」と思わせる項目が含まれている。

すでに紹介した事例だが、高校生が車内で席を譲った。すると、下車する時にその高齢者からお礼の短歌を手渡された。「混み合いし　車中なれど　すくっと立ち　老いたる我に席を譲りぬ」。これで高校生は一日中、幸せな気持ちだったという。

この５項目は担い手の活動意欲を引き出すとともに、活動自体を豊かなものにすることに貢献もしている。

⑷これが当事者の福祉推進

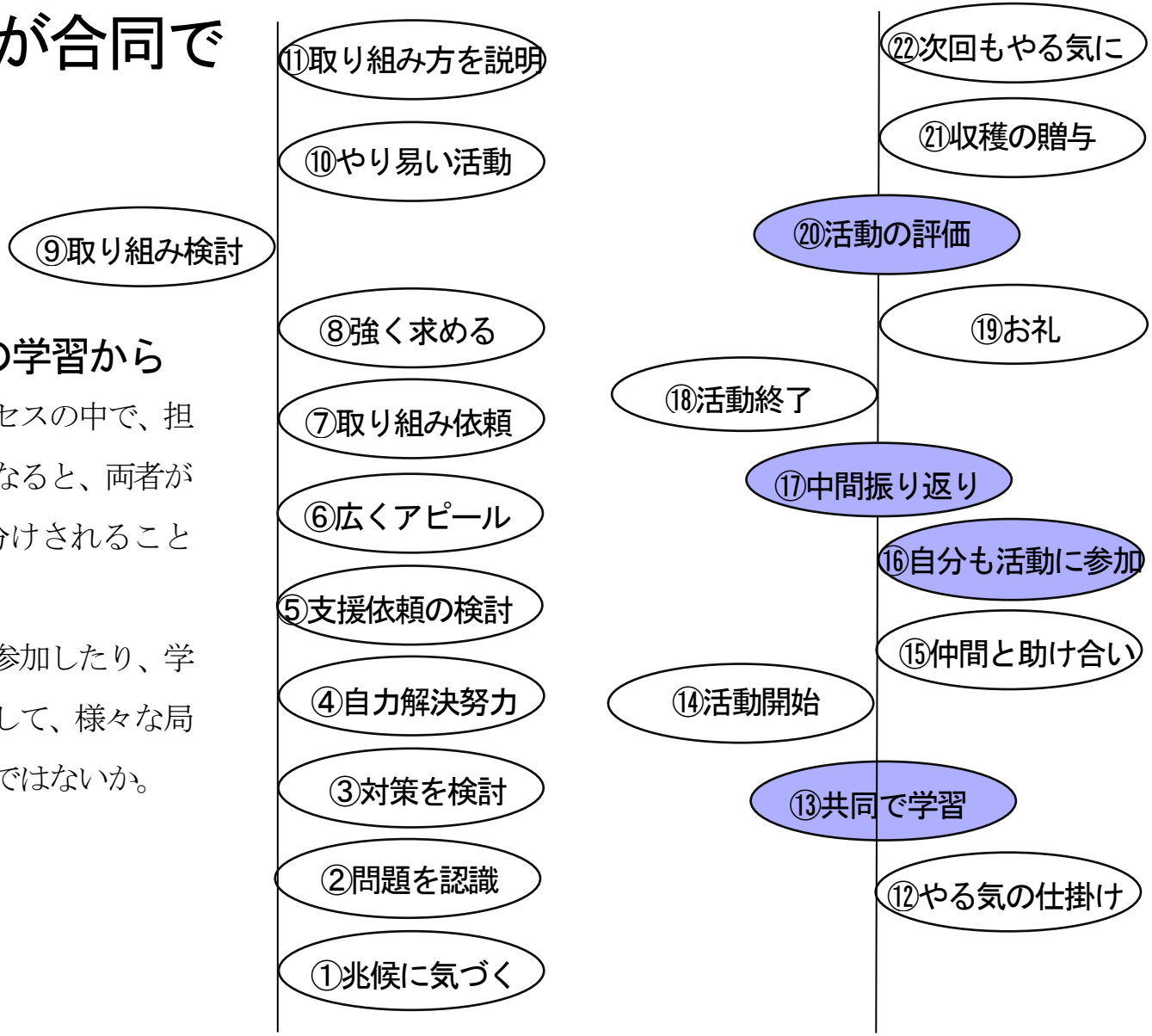


■推進は主に受け手が担っている

福祉活動の推進といえば、関係者が担っている部分だと言われそうだが、じつはこの図のように、担い手や関係者の担う推進部分と、当事者が担っている推進部分があるのだ。

図の真ん中に縦の線が入っているその左が担い手の部分、右が受け手の部分である。この中で実際の福祉活動を担うのは主として左の担い手で、右はそれを「推進」するのだから、推進の中核は受け手の方ということになるのだ。

⑸担い手と受け手が合同で

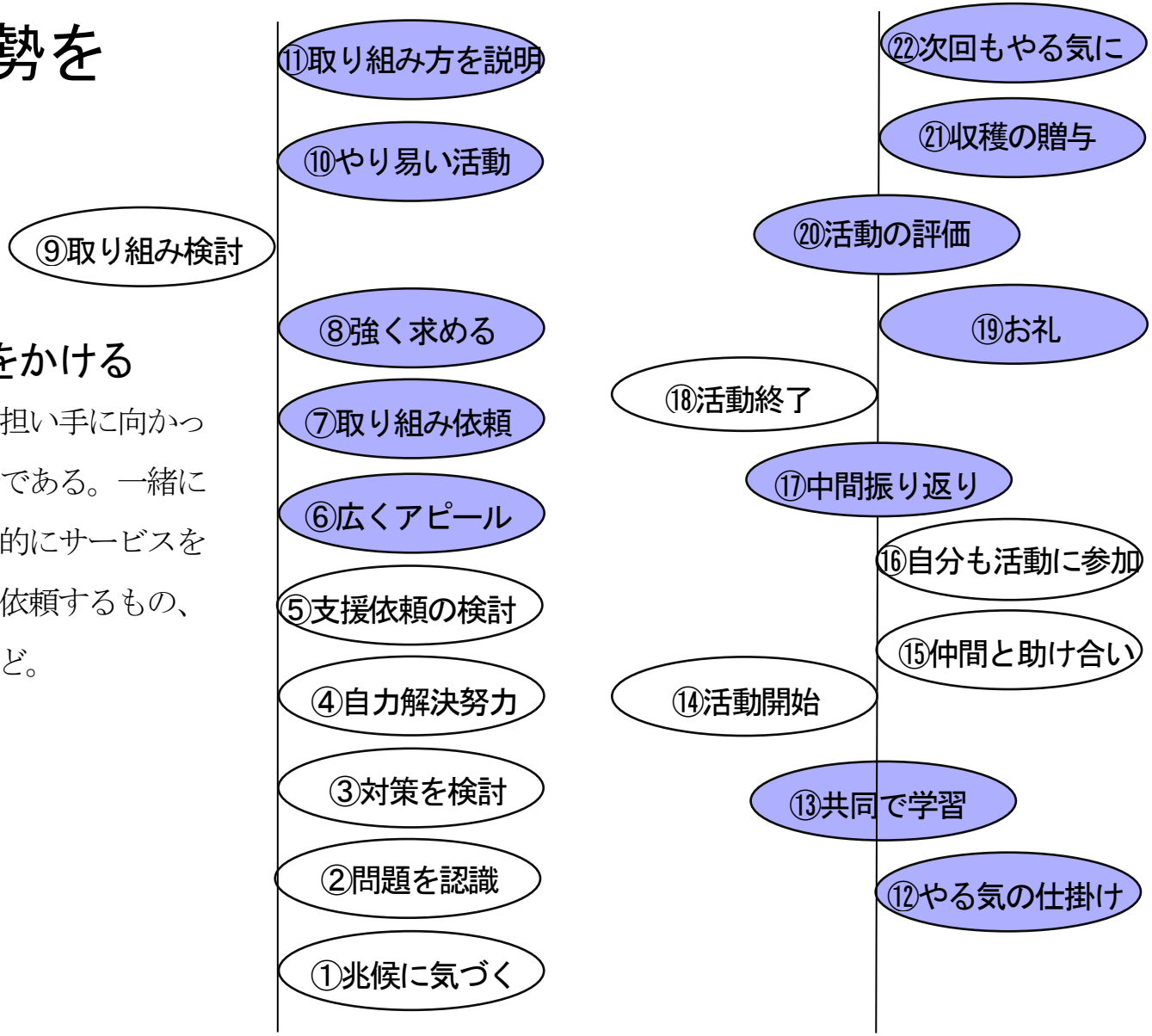


■まずは活動参加や合同の学習から

１つの活動の２２にわたるプロセスの中で、担い手と受け手がやり取りをするとなると、両者が担い手と受け手という立場で区分けされること自体、不自然とも感じられる。

まずは受け手も担い手の活動に参加したり、学習や中間での振り返りをはじめとして、様々な局面で合同の活動が広がっていくのではないか。

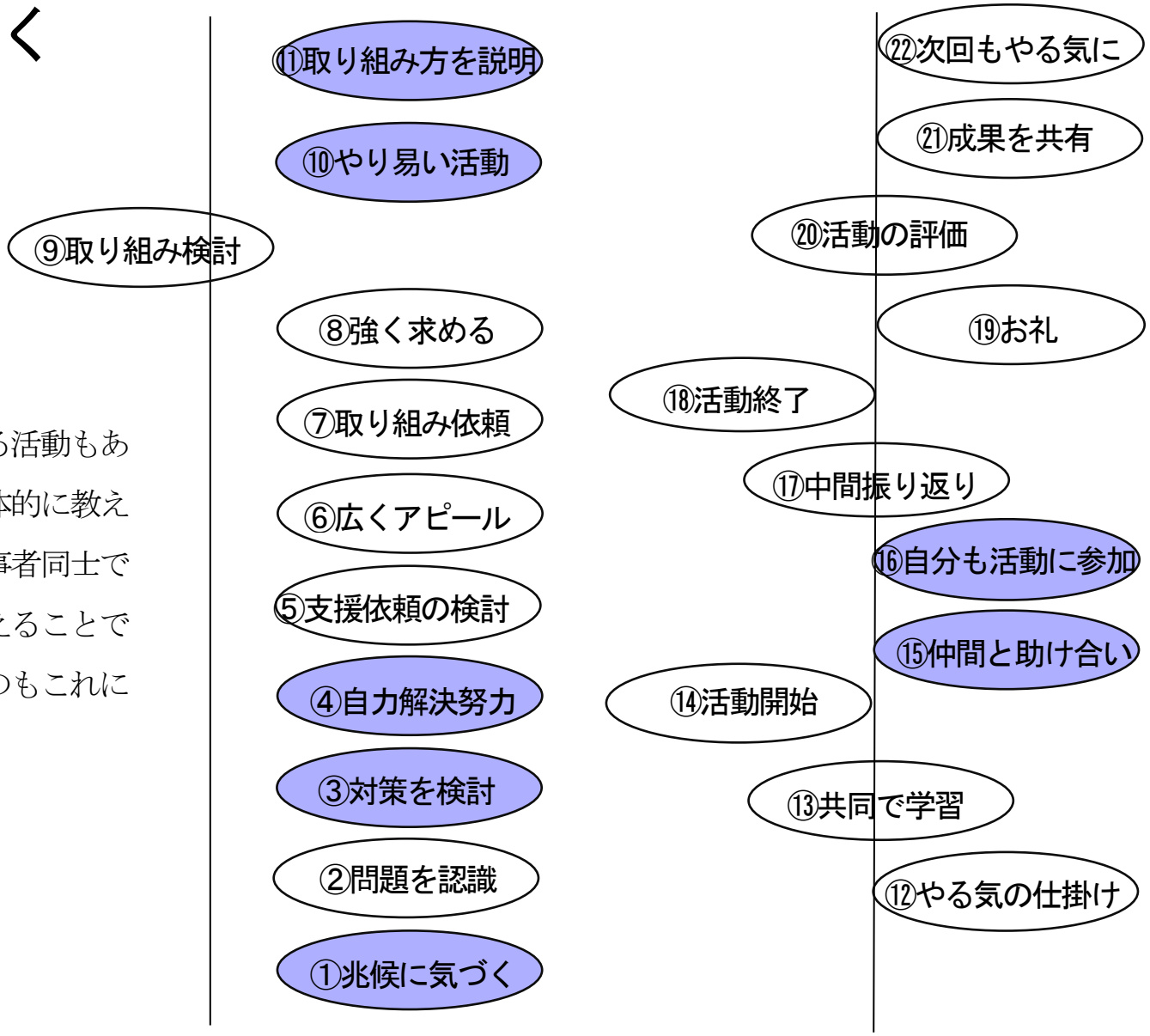
⑹受け手から攻勢を



■受け手が積極的に攻勢をかける

色をつけた項目は、受け手から担い手に向かって、積極的に働きかけている部分である。一緒に〇〇しましょうというもの、積極的にサービスを提供するもの、〇〇してほしいと依頼するもの、担い手の活動意欲を高めるものなど。

⑺担い手の負担を軽く



■当事者同士で助け合いも

この中には、担い手の負担を軽くする活動もある。どのように支援してほしいかを具体的に教えたり、当事者も活動に参加したり、当事者同士で助け合うのもそうだし、あらかじめ備えることで問題の発生や悪化を未然に防ぐというのもこれに該当する。

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/