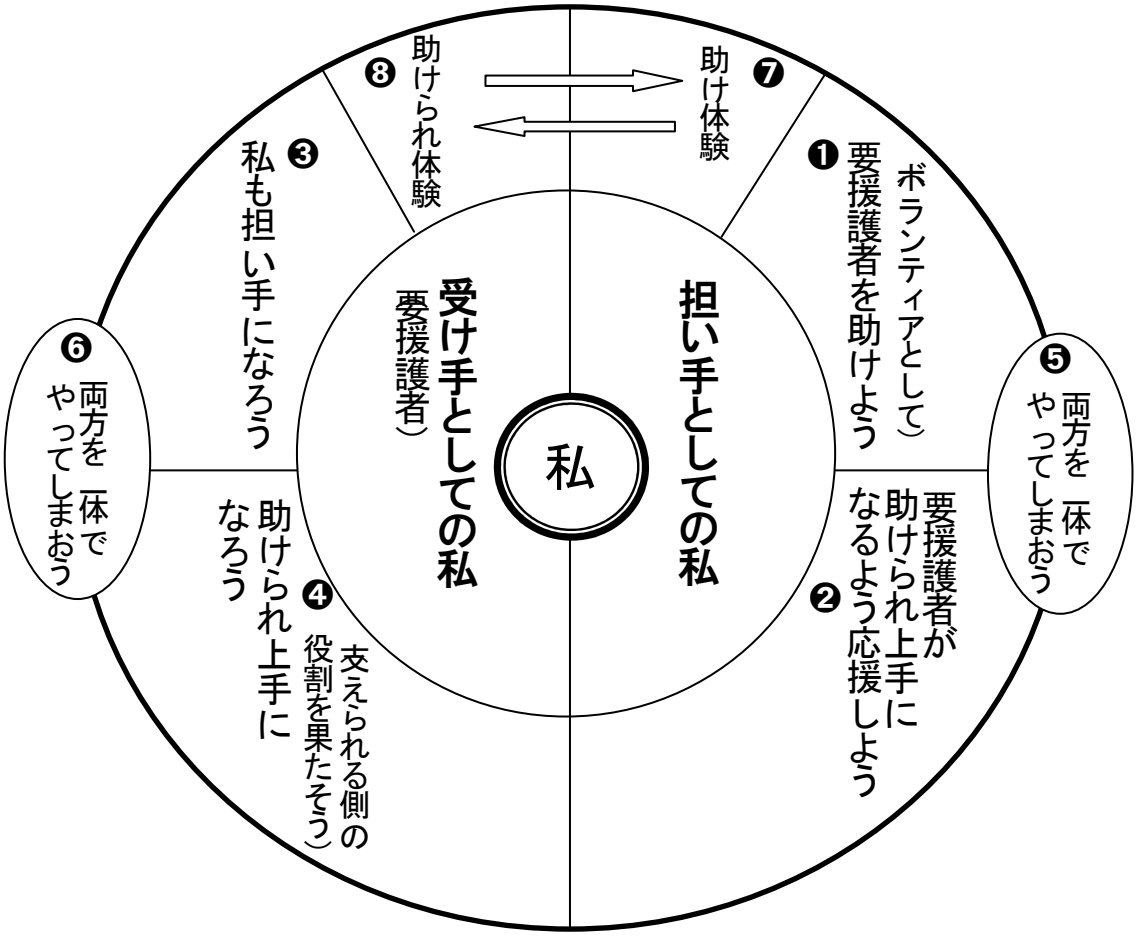
「受け手としての私」と「担い手としての私」を並列

助けられ上手の発想を理解するための構造図

住民流福祉総合研究所
木原孝久

⑴「助けられ上手」への反応は両極端

この度「思いやりから助けられ上手へ」という冊子を公にしてみたら、反応が両極端に別れました。「凄い発想に触れて儲かった！」とか、「（冊子を前にして）興奮しています」など、本冊子から得た新鮮な発想に刺激を受けたという人がいる一方で、無反応、つまり「言っていることはわからないではないが、それがどうして大切なことなの？」といった感じの反応もありました。



両極端に別れた理由の一つは、その人の福祉に対する「立ち位置」が関係しているのではと考え、この図を作りました。

⑵「円の左半分は考えたくない」では助けられ上手についていけない

解説してみましょう。「私」は二つの立場にいる。一つは「担い手としての私」、もう一つは「受け手（要援護者）としての私」。この段階で二者に大きく分かれます。自分が福祉の受け手になることを、考えることも嫌だという人がいます。というよりは、殆どの人は、そうなのです。となる

と、この円の左半分のことは、実践するどころか、考えることさえ避けているのですから、「助けられ上手」という発想に全くついていけないはずです。

⑶自分を担い手として定義する「ボランティア」

さて、「私」は、担い手として、二つの行為をします。一つは❶「要援護者（受け手）を助けよう」。もう一つは❷「要援護者が助けられ上手になれるよう応援しよう」。しかし、受け手になることを拒否する人は、この❷の部分も苦手なはずです。結局その人は、この円の中の❶要援護者を助けよう、ということにしか反応しないのです。

講座の講師などをしていて感じるのは、自分はボランティアなのだという意識が強い人ほど、❶にしか反応しないということです。自分が対象者になることは全く考えたくない。「ボランティア」という概念は、担い手一方でしか反応しない、かたよりのある人を作り出しているような気がするのです。

⑷支え手として何ができるかよりも、支えられ手として何ができるか

対する、受け手（要援護者）としての私は、二つの行為をします。一つは❸私も担い手になろう。もう一つは、❹助けられ上手になろう。具体的には「支えられる側の役割を果たそう」。これが「助けられ上手」の行動のことです。両者はじつは、それほど分かれているものではなく、意外にも「一体として行われている」のではないか。それが円の中の❻に該当します。

岡山県で、一人暮らしの認知症の女性が、自宅を開放してふれあいサロンを主宰していました。６名ほどが参加していましたが、参加者に参加の理由を聞いたら「見守りがてら」ですと！ 認知症の女性が地域貢献の一環としてふれあいサロンを開き、それはまた自分の見守り手を招き寄せる手立てにもなっている。一つの行為に二つの意図が隠されていたわけです。住民の行動には、こういう類の多義的な行為が見受けられます。じつは住民の方が、「事（こと）の真実」を理解しているように見えるのです。

⑸要援護者が助けられ下手の弊害

要援護者が助けられ上手になる、つまり支えられる側としての役割を果たすことがそんなに重要なのか、疑問に思っている人も多いでしょう。

私は、「福祉は担い手と受け手の共同作業」と言っています。ところが今は、担い手主導の福祉が

定着した結果、共同作業の相方であるはずの受け手が、全く自分の役割を果たせていません。自分はどんな問題を抱えているのか、そのためにどういう生活になっているのか、そこでどんな支援をどのようにしてほしいのか、といったことを何も発信しない。だから関係者の悩みは、いつも同じです。「ニーズが分からない」です。第一層の市町村の人も二層の校区の人も、三層の自治区の人たちも、みんな「ニーズが分からない」。そのため仕方なく、担い手の人たちがニーズを考え、活動を作り出しています。今ではニーズやサービス活動は、担い手が作り出すものとみなされるようになりました。異常で、危険な事態です。

そうなった理由が、要援護者が助けられ下手であることには気づいていない、今の福祉が片肺飛行であることに気づいていないらしいのです。なぜか。福祉は担い手の営みという考え方に固まっているからでしょう。要援護者は「そこに座っていればいい」のです。

そこで私たちがこれから為すべきことの柱は、❷ということになります。ボランティアや福祉関係者が、要援護者に助けられ上手になるよう促すことです。

⑹「自分は当事者ではない」

もっと重要なことは、私たちが「受け手としての私」という自覚がないことです。これが根源的な問題と言えましょう。当事者意識です。これが持てないことには、助けられ上手という発想は、とても受け付けないはずです。

住民と支え合いマップづくりをしていると、興味深い場面に出くわします。まず「一人暮らし高齢者の家は？」という質問から始めます。「この家とこの家が一人暮らしだ。この家もそうだね」と、ここまでは順調に進みますが、「これだけ？」と私が聞くと、「あ、私もそうだった」と誰かが言いにくそうに言い始める。また、「次は老々世帯にいきましょう」と私が言うと、メンバー全体から苦笑いが洩れる。「なんだ、ここにいる人のほとんどがそうじゃないか」。

次は「独身の息子と高齢の母のペアは？」となると、だれも手をあげない。「このペアは気をつけてあげる必要があります。母親が認知症になると息子一人では負担が重く、虐待になるケースもありますからね」などと言いながらメンバーの反応を見ていくと、渋々といった感じで「私の家がそうだ」と言い始めるのです。

「この地区は高齢者ばかりだけど、子どもはいないの？」と聞くと、「みんな、出て行っちゃったよ」。「それでも、戻って来ている人はいないの？」「いるわけないよ」「たとえば、都会へ行って結婚したけど、その後離婚して子連れで戻ってきた娘さんとか」と私。またメンバーの間から笑いが

もれる。「皆さんは出戻り娘なんて言うけど、１人の女性が２人の子どもを連れて戻ってくれれば、これで子どもが２人増えるんだよ。ある地区では、１５０世帯で７家族が離婚して戻ってきた。平均して１人に１．５人の子どもがいるとしたら、子どもが１０人も一挙に増えるんだからね」と言うと、ようやく手を上げる人が出てくる。「じゃあ、言っちゃおう。私の家がそうよ」。

私たちがいかに「福祉の当事者」になりたくないかが、これでよくわかるのではないか。「私は福祉の対象者ではなく、担い手の方なのだ」と意地でも思いたい。「当事者」であることから目を背けている間に（自分が抱えている）問題への対処が遅れ、その後、問題が顕在化しても、対策が後手後手に回ってしまうのです。

⑺若い人たちに目覚めた当事者意識

私が城西大学で学生たちに「福祉」を講じていた時のことです。試しに「ボランティア」という話を持ち出してみたら、ブーイングの嵐でした。ボランティアなんて欺瞞そのものと、全く聞く耳を持たないのです。ならば君たちはどういう行動をとっているのかと、彼らに返してみたら、意外なことが分かりました。

彼らは自分の問題から福祉に入っていたのです。自分がどんな問題を抱えているのかを自覚し、それを解決するために、共通の問題を抱えた仲間と連帯するのです。では君たちはどんな問題を抱えているのかと聞いてみたら、百ほど出てきました。例えば、せっかく学校へ来たのに休講だったということがある。どうするか。「俺が真っ先に学校に行って休講を調べ、みんなに知らせてあげる」。三千円もする高価な教科書を売りつける教授にはどうするか。四年生から譲り受けて、大学祭で売ったとか。彼らが福祉というものを理解しているのに感心してしまいました。

そういう当事者意識があれば、❸も❹もできるだろうし、❷もできるはずです。「助けられ上手」をぶつければ理解してくれるかもしれません。もしかしたら今の若い世代は、当事者意識を持てるのかもしれない。そう思うと、楽しくなってきました。

⑻助けてもらった体験が助け活動のエネルギー源に

助けられることが嫌いな現代人ですが、この「助けられ」の体験がいかに重要なものか、事例で示してみましょう。

福岡県のある高校生の行為が最近、マスコミで話題になりました。彼が電車で通学する途中、同じ電車に乗っていた女性が、体調が悪くなって嘔吐してしまった。すると高校生は自分のシャツを

脱いで床を拭き、それ以上汚れが広がらないようにしたのです。さらに、女性に「大丈夫ですか？」と声をかけ、他の乗客が持っていたティッシュを手渡し、「これで口を拭ってください」と気遣うことも。その女性は繰り返し感謝の言葉を述べ、彼のおかげで電車は、ごく短い時間の遅れで済んだということです。

咄嗟に女性を助けた理由を聞かれた彼は、幼い頃、自転車で転んでケガをした時、居合わせた見知らぬ男性がハンカチで傷口をぬぐってくれたことが忘れられず、これからは困った人がいたら助けよう、見て見ぬふりをするのはやめようと決意したというのです。

私は全国で「助けられ上手講座」を開いていて、その中で、必ず受講者に「私の助けられ体験」を書いてもらっていますが、そこでも、この高校生と同じ体験が目につきます。人から助けられる体験をすると、その後その人は、出会った人に思いやりの行為を始めているのです。借金を負ったから返さなくてはといった義務的な理由ではなく、心の底から自分もだれかを助けたいと思うらしいのです。図を見てください。❽の体験は、ごく自然に❶の活動を促すようなのです。

私自身、年老いてから、電車等で親切にされることが増えました。親切にされた嬉しさ、相手と心が一体になった気持ち、そして私も誰かに親切にするぞという感情が湧き出てくるのです。これが「助けられた」ことによって獲得された「助け活動へのエネルギー源」なのだなと思いました。助けられたことのない人には、こういう心がどうやって湧き出てくるのか。

私が、親切にされたお礼を申し上げると、相手はちょっと照れくさそうな顔をしますが、自分の行為に満足したような顔でした。これがまた、次なる助け行為を生むのでしょう。

私はと言うと、「ああ、親切にされるのは、いいものだなあ」と心底思いました。そして、なにも遠慮せずに、進んで助けてもらってもいいのだと。

⑼まるで呼吸をするように、助けと助けられを交互に…

曽野綾子さんだったと思いますが、人間は呼吸をしないと死んでしまうのと同じように、助けと助けられを繰り返さないといけないと言っていました。その通りだと思いました。

ところが現実は、誰もが「助けられ」をしたくない。それどころか「私は担い手なのだ」と意固地に思い込もうとしています。「ボランティア」とか「サービス」など、みんな、担い手の用語です。「支え合い」という言葉は、文字通り受け止めれば、互いに支えたり支えられたりすると考えられるのに、日本ではこれは「助け」行為のことなのです。文字通りの支え合いを実践しているのは、市井のおばちゃんたちだけです。

デイサービスセンターのスタッフが、利用者の一人の愚痴を聞いてしまった。「毎日毎日、『すまんな、すまんな』と言うのにもうくたびれた」と。そこでスタッフは、翌日自分の赤ちゃんをセンターへ連れて来て、その利用者に「この子の面倒をみてね」と言ったら、大喜びで赤ちゃんをあやしていたといいます。

「もらう」一方の人に、「あげる」テーマを提供したら、こんなにも喜ばれた。息を吸う一方だった人が、やっと「はく」チャンスが得られたわけです。一般の住民は「サービス」というあり方に納得しているわけではありません。彼らからすれば、デイサービスだって「助け合い」の仕組みにしろと言っているのです。この健全思考を見習うべきだと思います。

⑽助けているのか、助けられているのか

須坂市が実施していた「助けられ大賞」。私も一時期、審査員になっていましたが、助けられの体験作文を募集していた時に入賞した作品の一つが印象深いものでした。当時８３歳の小林たつ江さんは、ある時に病気になり、リハビリをしている時に活動を始めました。

「動きの悪かった手は動かすことができるようになっていましたので、好きだった編み物をしようとセーターや帽子などを編み始めました。夫や子供、孫や姉妹、友達へと編んでいると、教えてほしいと近所の人たちが集まってくるようになりました。中には煮物などを持参し、お昼を一緒に食べていく人もいました。どんな毛糸が良いかなと手芸屋さんに電話で相談すると、見本を持ってきてくれ、簡単な編み方やコツなどを教えてくれました。一度編んだセーターを編み直してできるように解いてくれる人や、使わないからと自宅にあった毛糸を持ってきてくれる人もいました。みんなでわいわいと話しながら、ずいぶんたくさん編んだように思います。」

「入院している今は、アクリルたわしを編むことがやっとですが、出来上がったたわしを皆に貰ってもらうことがうれしくて、なによりひ孫が喜んで何個も欲しがるので、張り合いに編んでいます」。

「今まで３０年近く、夫がずっと看病してくれていますが、夫が看病の息抜きのようで、毎日畑に出かけています。収穫した野菜は、食べきれず、ご近所や知り合いにおすそ分けしていますが、その野菜を煮物や漬物にして届けてもらうことがあります」。

⑾「出来上がったたわしを皆が貰ってくれる」という言い方

文章の中にこういうくだりがあります。「出来上がったたわしを皆に貰ってもらうことがうれしくて」。まさしく相手に「あげた」のに、それを「もらってもらうのがうれしくて」と言っていま

す。こうなると、あげるのも、もらうのもうれしい、という、よく分からない境地に踏み込んでいるのです。

文章を読んでいると、途中から、「あげたり」「もらったり」が順繰りに登場してきて、そんな中で、本人たちも、自分は今はもらう側なのか、あげる側なのかもわからなくなっているに違いありません。

⑿住民はすでに助けられ上手ぶりを発揮していた

最近、助けられ上手さんの実践事例を、こまめに集め始めましたが、かなり成果を上げています。大阪のある町で、住民と支え合いマップを作る過程で、たまたま助けられ上手の話をしたら、続々と実践事例が出てきたのです。隣家に見守りをお願いしたり、買い物等に出かける時は一緒に乗せていってもらったりと、日々したたかに助けられ上手ぶりを発揮している一人暮らしの女性。体の大柄な夫を介護する主婦は、病院へ夫を連れて行く時などのために、近隣の男性を協力者として５人ほど確保（プール）していました。認知症の夫を介護する主婦は、近所のケアマネの協力により、近隣住民を数名指名して自宅でケア会議を開いていました。私がその活動を「すばらしい」と褒めると、彼らは一様に戸惑っていました。当たり前のことをしているのに、それを褒められるのは、なんだかこそばゆいと。

私が、新発想だなどと銘打って、大上段に振りかぶっているのに、住民はそれをこともなげにやってしまっている。本物の福祉は、そのヒントは、住民からいただくべきだと改めて思いました。