

担い手と受け手が協力して
つくる新しい福祉のかたち
当事者参加型福祉



住民流福祉総合研究所（木原孝久）

埼玉県入間郡毛呂山町毛呂本郷1476-1

電話 049-294-8284

<http://juminryu.web.fc2.com/>

本書のねらい

他人が作る福祉から 「一緒に作る」福祉へ

福祉は当事者のために作るものですが、実際には必ずしもそうなってはいません。当事者を対象としていても、今は担い手の側が福祉を作っているので、サービスを効率的に、手間ヒマをかけずに提供することを優先するなど、本当に当事者のためにはなっていない面もあります。

当事者が目覚めて、今の福祉に当事者の立場から参画していくことが必要です。本当の福祉は、担い手と受け手が協力し合って、初めて出来上がるものなのです。

- ❶今の福祉は当事者以外の他人が作っている。
- ❷当事者が沈黙するから担い手の側から作ることになる。
- ❸このままでは当事者が本当に願う福祉は実現しない。
- ❹当事者側も参加して協働で新しい福祉を作り出そう。
- ❺当事者も福祉の一方の担い手として責任ある行動を。

これは当事者が自分の行動に責任を持つということでもあります。周囲が関わろうとしても「放っておいて」「プライバシーの侵害だ」と引きこもるなど、無責任な態度をとっている場合は、新しい福祉は成り立ちません。認知症を隠そうとする家族を、当事者たちが上手に開かせていくのも、福祉に参加することと言えましょう。

目次

＜第1章＞「助けられ」の復権

1. 「助けられ」という活動があった／4
2. 助けられる側ができること／8
3. ご近所は当事者が主役／18

＜第2章＞当事者意識を育む／21

1. 「当事者」への目覚め／22
2. 「自分事」から出発する／24
3. 当事者グループに入ろう／26
4. 「ボランティア」から「助け合い」へ／39

＜第3章＞当事者参加型への実践課題／50

＜第4章＞当事者の初歩的保身術／55

1. 見守られ上手の7原則／55

＜第5章＞当事者参加型福祉の利点／57

1. 当事者参加への根強い抵抗／57
2. 当事者参加型福祉の利点／59

<第1章>

「助けられ」の復権

今は、福祉活動といえば、「助ける」行為のことを言います。では「助けられる」行為は何なのか。何でもないのか。それはおかしい。意外や、活動の成否は助けられる側にかかっているとも言えます。「助けられる」行為を見直してみましょう。

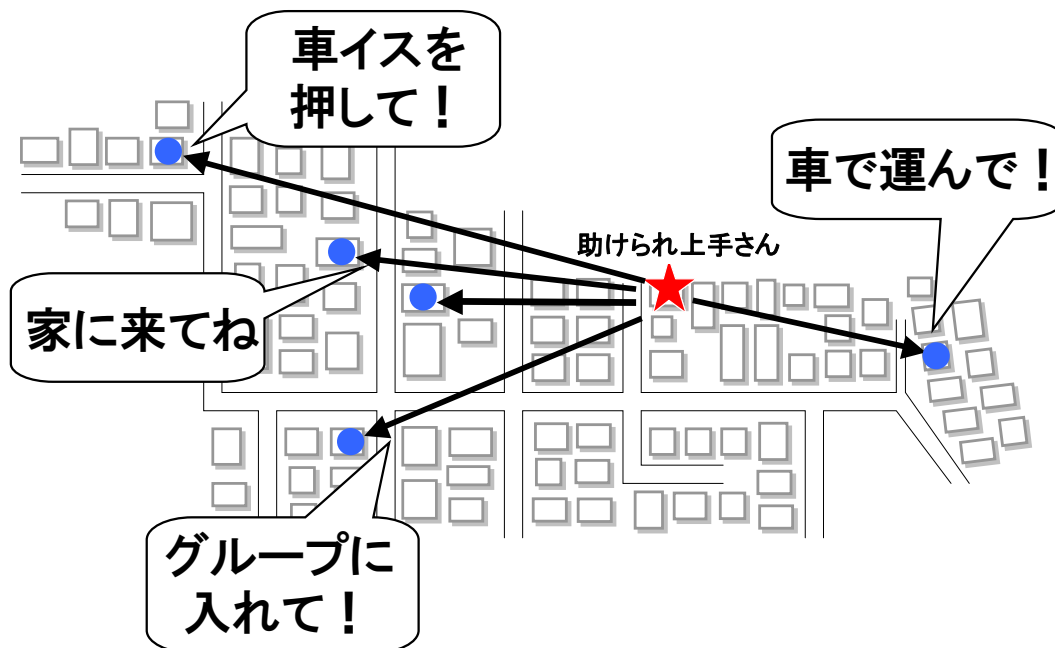
1. 「助けられ」という活動があった

(1) どちらが福祉の主役？

「人を助ける」ことを福祉活動と言います。では「助けられる」人の行動は何なのか。何でもないのか。では、こんな事例をご紹介します。

私は支え合いマップづくりというものを提唱しています。人々のふれあいや助け合いの実態を住宅地図にのせ、その関係の線を引くのです。すると、こんな事例が出てきます。

車いすの夫を介護する女性が、周りの人にいろいろお願いしていました。「あなたは夫を病院



まで運んでね」「あなたは私をグループに入れて」(ストレス対策)「(私は介護で外出できないので)うちにお喋りに来てね」「夫の車いすを押して」。

彼女にお願いされている人たちに感想を聞いてみました。全員、「これなら助けやすい」。それはそうです。普通なら、助けてあげたいと思っても、頼まれなければ手を出しにくいし、何をしてあげればいいのかも分かりません。でもこの女性の場合、本人がしてほしいことを指示してくれるのだし、しかもそれぞれの人に合った頼み事をしてくれるのだから、こんなにやりやすいことはありません。

ここが大事なところですが、彼等の活動をコーディネートして依頼するという、一番手のかかる行為を担っているのが、活動の受け手である女性本人なのです。

逆に、支援を必要としているにもかかわらず、自分の問題を解決する努力をせずに引きこもり、助けの手が伸ばされても拒否しているような人がいれば、福祉活動はまったく進みません。

こう見ると、助けられる側の人はただの客体なのではなく、活動の担い手と受け手の双方の行為が「福祉」活動だと考えるべきで、どちらかと言えば、受け手である当事者が果たす役割の方が重要だということが分かります。

(2)助けた側も助けられた側も同じ表彰状！

今は、例えば「見守り講座」はあっても「見守られ講座」はありませんが、本来なら、見守る側と見守られる側の双方が学び、知恵を出し合って初めて、本当に効果的な見守りができるはずなのです。今の福祉は飛行機で言えば、翼の一方のエンジンが止まったまま飛行しているようなものです。今までずっとそうだったし、そういうものだと思われていますが、これからは助けられる側も飛行に参加すべきです。

長野県須坂市社会福祉協議会では、助け合い推進大会で、「助けられる」側として福祉に貢献した人も表彰していました(写真)。表彰状には、「助け合い推進貢献賞」とあります。「助けた」側も同じ表彰理由になっています。

つまり、両者ともが福祉活動というわけです。助ける側と助けられる側が息を合わせることで、良き



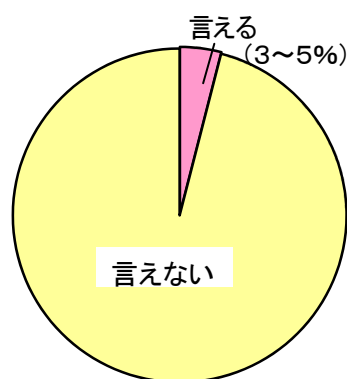
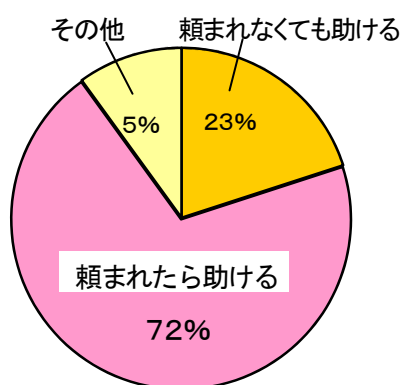
活動が生まれる。「助ける」と「助けられる」の二つの福祉活動があるというよりは、助ける側と助けられる側で、一つの「活動」になるのです。

(3) 「助けて！」と言うことの効用

① 「人を助ける」と言う人は95%だった

ある車椅子の男性が、いつも1人で買い物に出かけた時に、「すみません、車イスを押していませんか？」とまわりの人に声をかけているというのですが、それに応じてくれる人は、10人のうち何人なのかと彼に尋ねたら、即座に「9人」と答えました。本当にそんなにいるのかと疑問に思いましたが、彼が住む須坂市の行政が調査をした結果を見ると、彼の言った通りであることが分かったのです（左の表）。

足元で困った人がいたら？



困ったとき「助けて！」と言えるか？

「あなたの足元に困った人がいたらどうしますか？」という質問に、①頼まれなくても関わる人が23%、②頼まれたら関わる人が72%、③断る人が5%。要するに95%の人が、困った人がいたら助けると答えているのです。なのに、なぜ助け合いが始まらないのか？

② 「助けを求めることができる」人は3~5%

もう1つの調査をしてみました（右の表）。講演の際にいつも参加者に聞いています。「あなたは困った時、まわりの人に助けを求めることができますか？」と。ご覧の通り、「できる」と答えたのはわずか3~5%。大部分の人は、「助けて！」が言えないのです。

となると、前述の「頼まれたら助ける」という72%の人は動けないこととなります。頼む人が

いないのですから。日本で助け合いが始まらないのは、助け手がないからでも、やさしさが足りないからでもなく、「助けて！」と言える人がいないからだったのです。だから助け合いを広げるには、私たちが福祉の当事者になった時に「助けて！」と言えるようにならなければならないのです。

③良き福祉が出来上がるかどうかは当事者次第

ここまで見てきたように、助け合いが広がるためのカギを握っているのは、当事者の側だったのです。本書がめざすのは、担い手と受け手が協力し合って理想の福祉を作り上げることですが、その最大の責任者は当事者ということになります。これまでのような、当事者はただ福祉の対象者としてそこにいればいいという考え方は、全面的に切り替える必要があります。

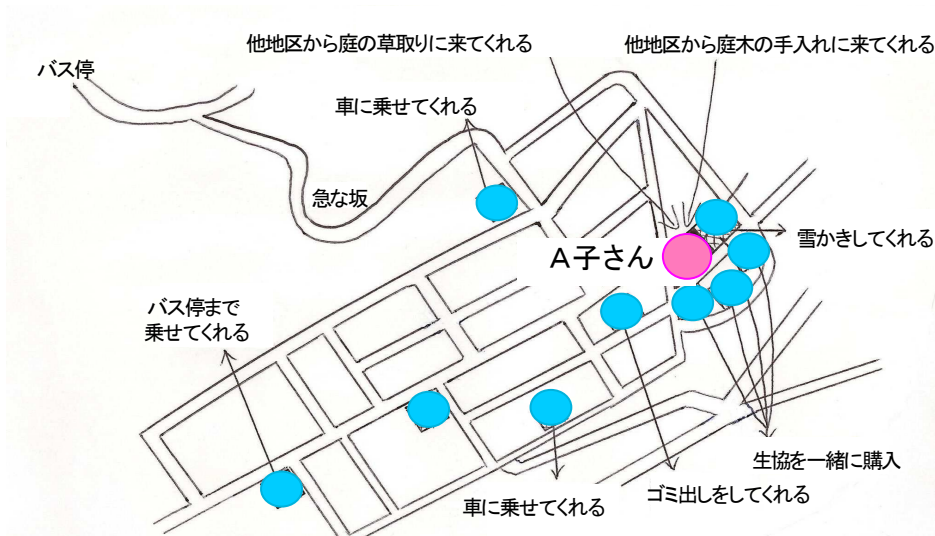
2.助けられる側ができること

助けられるという営みには、どのようなことができる可能性があるのか、実際に行われていることも含めて、以下に並べてみました。

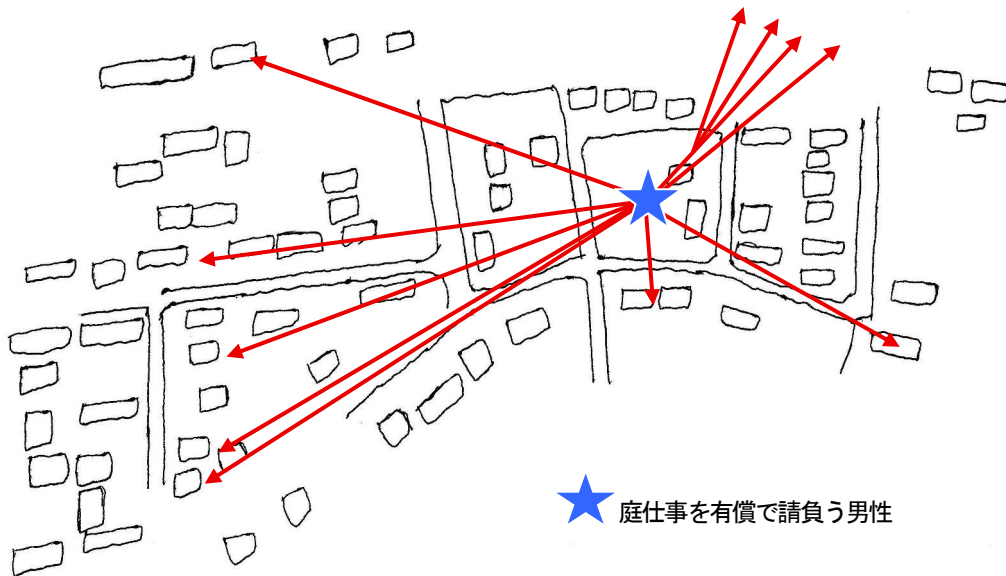
(1)助けられる側の役割

①自分のため（または仲間と一緒に活用）の担い手を発掘する

A子さん夫婦は共に要介護だが、日常生活全般についての支援を、周囲の人たちがやってくれています。なぜこれだけのことをやってもらえるのか。彼女は以前お茶の先生で、これらの担い手は元お弟子さんたちでした。しかもAさんは、それぞれの人にしてほしいことをきちんと指示していたのです。



企業を退職した男性が、生きがいにと庭木の剪定技術を習得したところ、このことを知った近所の一人暮らしの女性が、「うちの庭を願い」と頼みに来ました。すると、それを知った他の高齢者も次々と「うちも…」と来て、とうとう11軒の庭木の剪定を請け負うことになったということです。ご近所内の限られた資源を当事者たちは見逃さず、共同で活用しているのです。



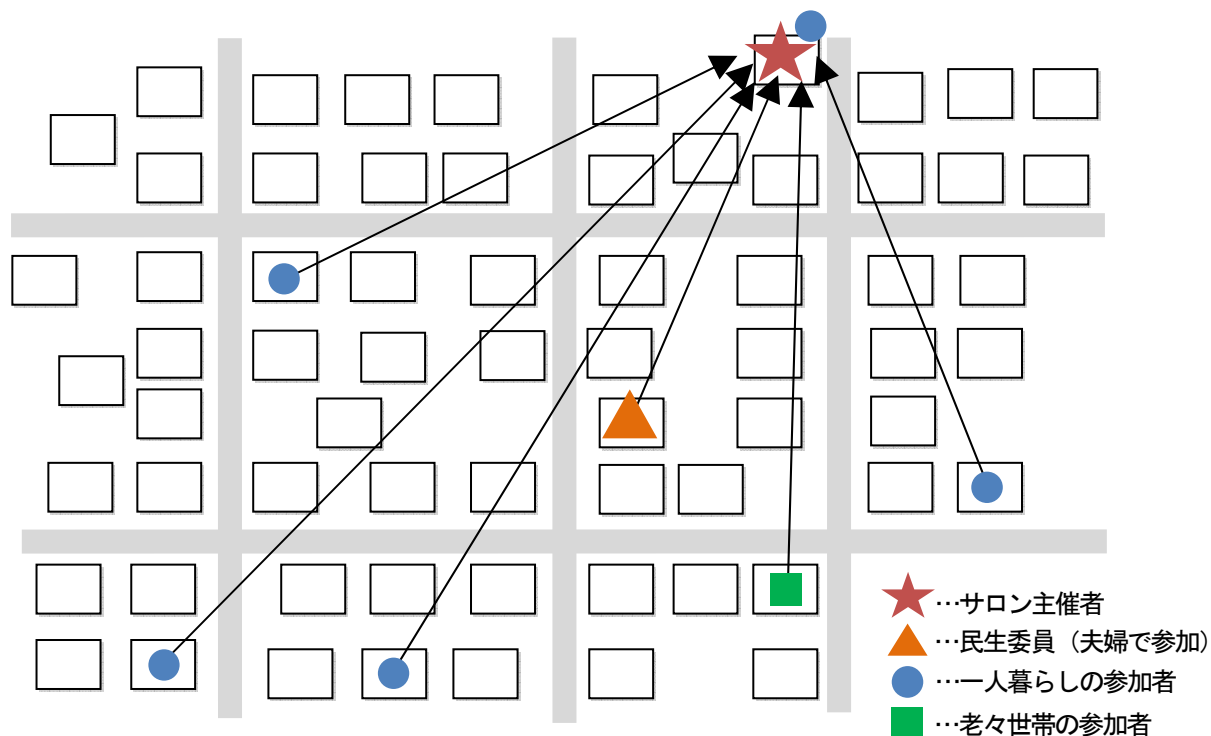
②担い手が活動し易いように工夫する

高知市内のある通りには、一人暮らしの人がたくさん住んでいます。彼らは、見守る人の便宜を図るために、あることを考えました。それぞれが、元気な時は戸を少し打開けておくとか、ハンカチを窓に吊るしておく、といった工夫をしたのです。だから見守る人は、その通りを歩きながら、戸の開き具合とかハンカチのあるなしを見れば、相手の状況を把握できるのです。

また、次のマップを見てください。最上部の人の家でサロンが開かれていて、そこに近隣の6軒から毎日のように人が集まっています。集まる人のうち、4軒は一人暮らし。1軒は老々世帯。そして残る1軒は民生委員。主催者も一人暮らしの高齢者です。

ということは、一人暮らしの人が一人暮らしの人の家に毎日のように集まる。そこに民生委員が参加している、ということなのです。

これを民生委員の立場から見ると、どうなるか。とにかくこのサロンに参加すれば、一人暮らし(や老々世帯)の人たちの安否がわかるし、福祉ニーズもわかる。こんなに都合の良いやり方はないでしょう。



③担い手に支援の仕方を提案する。「こうしてくれると助かる」

英国で総合診療医をしていたジェニファー・ビュートさん (67 歳) が家族や友人に配った「認知症である私についてのパンフレット」には、以下のようなことが語られています。

(<http://www.gloriousopportunity.org/>)

1つ目のパートでは、認知症である自分の状態について説明しています。たとえば「私は大勢の人の中にいると、混乱したり、自分が何をしようとしていたのか、どこに座っていたのかを忘れやすくなります」。

2つ目のパートでは、「このような時は、このように対応してください」とお願いしています。「もしあなたのことが分からない時は、あなたが誰で、私とはどのような関係なのか、教えてください。もし必要なら、もっとヒントをください。」など。

3つ目のパートでは、自分の「魂」について語っています。「スピリチュアルな存在としての自分は、脳のように変質してしまうことがなく、最後まで真の存在であり続けるようです。ですから私は今も、相手のために思い、愛することができます。この先も、祈ることができ、未来に不安はまったくありません。」

④担い手の支援活動に参加する。両者合同の活動

北見市で一人暮らしの富永秋江さん（右の写真・右側）は、半身不随になった時、病院でそのまま施設入所を勧められたのですが、どうしても家に帰りたいと言う。民生委員の八鍬伊代子さん（右の写真・後方）は、「ならばお家に帰りましょう」と帰宅をサポートし、その後は八鍬さんにご近所さんで彼女を支え続けています。

その代り、八鍬さんが要援護者を含めたサロンを開きたいと言えば、富永さんが「うちを使っていいよ」。施設に入所した女性（右の写真・左側）が地域へ里帰りしたいと言えば、「うちへどうぞ」。富永さんはこの女性を、赤飯を炊いて歓待したそうです。



横浜市神奈川区の民生委員・倉石芳枝さん（左の写真）は、区内の各所にサロン作りを仕掛けています。その中の一つ・公営住宅「ベルグランデ菅田」のサロン（中央の写真）は、住人の1人・Yさんからの苦情を倉石さんが受け止めたことが発端となりました。「ここに住んで10年になるけれど交流も親睦もない。このままでは死ねないよ」。関係者の協力を得て、住宅内の相談室で開催することになりましたが、その際Yさんにもスタッフとして参加してくれるようお願いしました。そのサロンがオープンした時、参加者の1人で、1年前に夫を亡くしてから外に出ない人がいました。倉石さんはこの人にも声をかけて、スタッフになってもらいました。一方、特別養護老人ホーム「けやき荘」でも、ホームからの依頼でサロンを立ち上げました。そこで、脊椎に持病のある一人暮らしの70代の女性から「仲間に入れて。コーヒーでも何でも淹れるから」との話があり、倉石さんはこの人もスタッフに加えてしまったのです。

倉石さんは、担い手と受け手という区分けを元々しない人なので、こういうことがどこでもできてしまうのです。むしろ要援護者の方がスタッフに向いているとも。「だって当事者というのは、担い手になりたがっているものなのですよ」。

⑤担い手に支援のお返しをする。文字通りの「助け合い」に

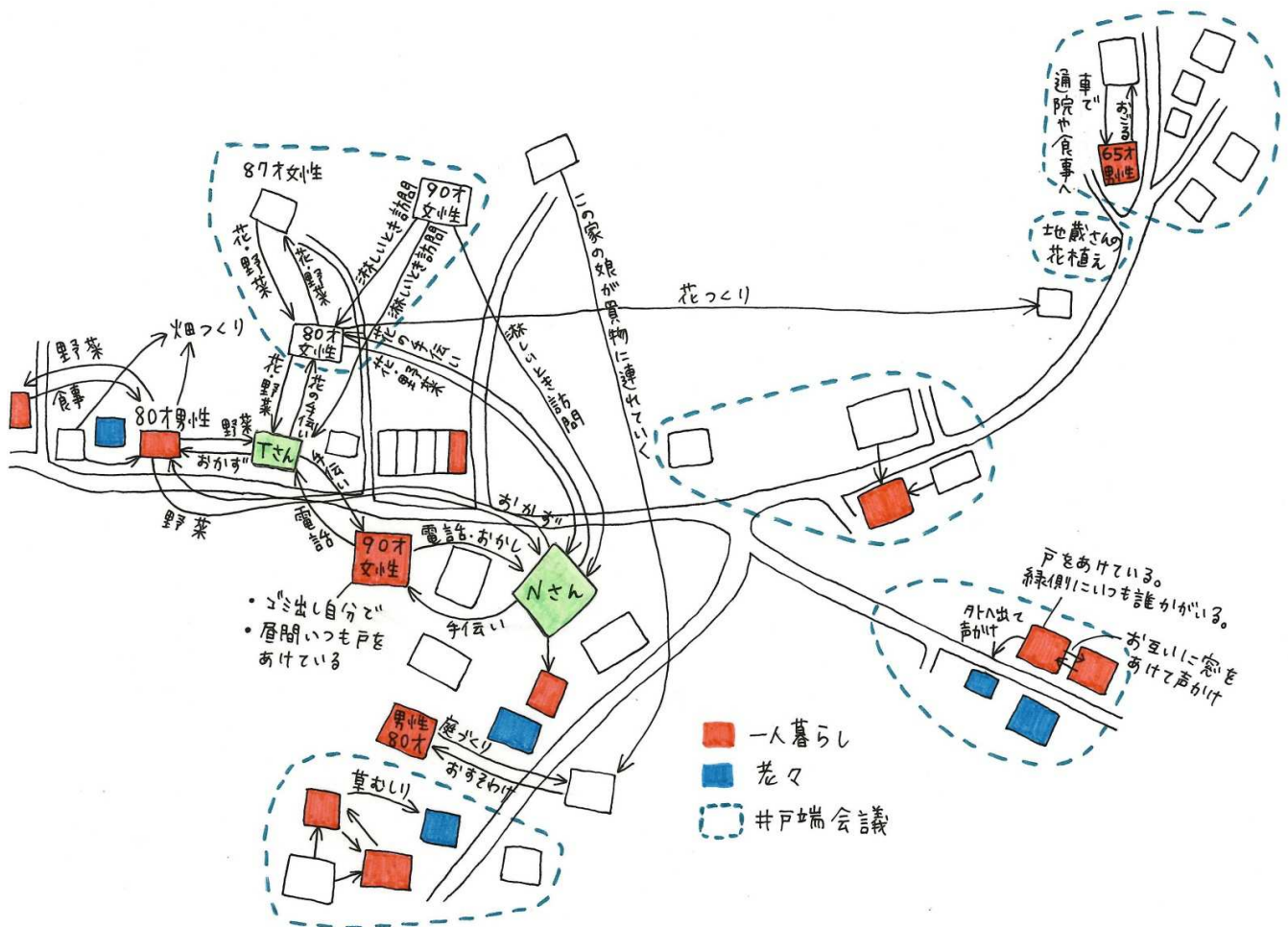
見守ってくれるお返しに、できる時はおすそ分けをするとか、相手が留守にする時に留守番をしてあげたり、猫を預かってあげるなど。

次のマップを見てください。一人暮らしの人同士で助け合っていますが、それ以上に要援護者は周りの助けを得ていました。

■右下の点線内。一人暮らし高齢者が、「戸を開けている」「縁側にいつも誰かがいる」「外へ出て声掛け」。周りの人に自分の存在を知らしめ、安否の確認をお願いしています。

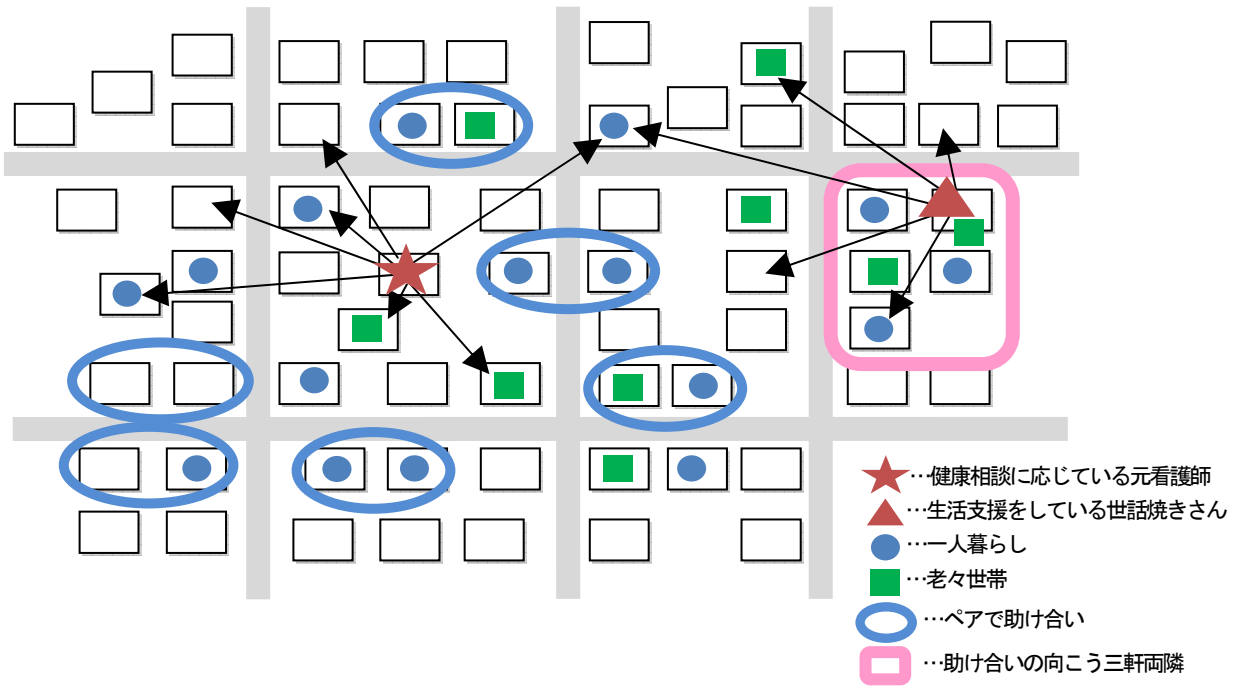
■右上の点線内。上の人に病院まで運んでもらっています。お返しに、帰りには食事をご馳走する。

■点線外の部分。90歳の女性が、デイサービスから帰宅後、お嫁さんが帰ってくるまで「淋しい」と言って、近所の世話焼きさんや高齢者宅を訪れています。また一人暮らし高齢者がおすそ分けをいただいています。



⑥当事者同士で助けたり助けられたり

下のマップは、あるご近所での人々の助け合いの実態を住宅地図にのせたものですが、よく見る



と、一人暮らし高齢者（または老々世帯）同士でも、隣り合う人同士、ペアで助け合っていることがわかります。

⑦当事者側の考えや願いを広く訴える

一人暮らしの人の側から、どのように見守ってほしいかなど、当事者としての願いを発信する。それを施策に反映してもらう。NHKの調べだと、行政が認知症の人の願いを聞き取り、施策に反



映させているのは、わずかに2%だという。下の写真は、老人ホームが入所者の希望を聞いているところで、支援者（この場合は老人ホーム）が聴取という形を取れば、これが可能になるということを示している。（NHKテレビ）

⑧活動のあり方を担い手と一緒に学習する（合同研修）

今は研修会というと、対象は担い手と決まっていますが、これはおかしい。見守りのあり方だけでなく、見守られる側にも、見守られのあり方というものがあるはずです。だから合同の研修が望ましいのです。



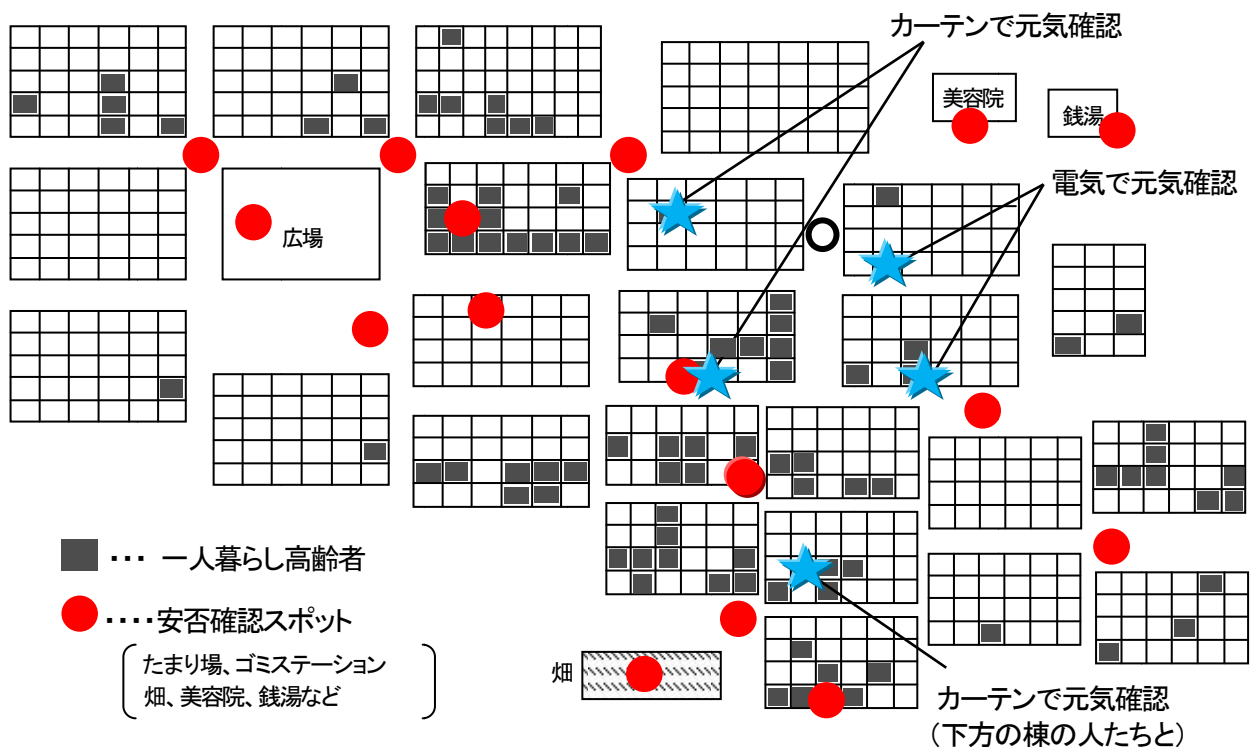
⑨当事者として活動組織のメンバーに加わる（両者一体の組織）

■一人暮らし高齢者で仲間の見守りネットワーク

高齢化や過疎化が進行すると、ご近所全体で一人暮らしが急激に増えます。そうすると、一人暮らしの人たちが組織的に助け合うようになります。つまりご近所の問題は自分たちで仕切るということになるのです。

北陸地方のある町。県営住宅のかかりの家が一人暮らしになりました。その時、住民はどのように行動するのか。一人暮らし同士で、徹底的に安否確認をしていました。

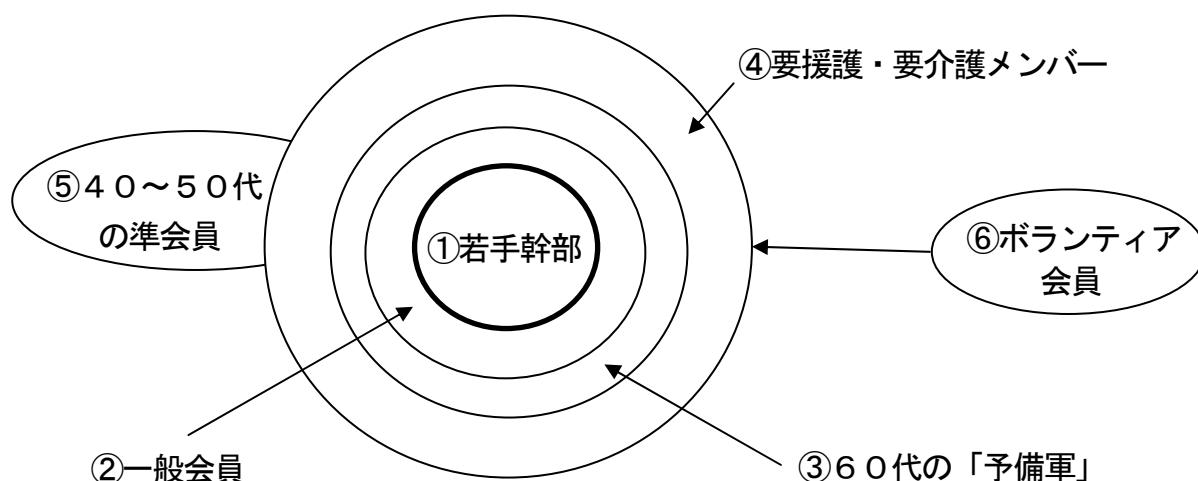
お向かい同士で「カーテンが開いたら元気」「夜に電気がついたら元気」。一人暮らしの人が集まるたまり場になっている部屋も、各棟にある。それに一人暮らし同士で安否を確認し合う場があちこちに。それだけではありません。気になる仲間の家を、リーダーが電話訪問や自転車訪問をしていたのです。



■周辺世代も受け入れて、助け合い型組織へ

老人クラブも高齢化が進み、今では80代、つまり要援護の人が主力のグループになり、メンバーだけで運営するのは難しくなってきました。

そうすると、新しいあり方を考える必要があります。高齢者だけでまとまるのではなく、その周辺世代も参加できる条件を整えるのです。つまり「両者一体の組織」を自ら作り上げ、そこに要援護の仲間も、担い手も引き込むのです。こうすれば、自分たちの組織で自立していけるのです。



それが③60代の予備軍であり、⑤40~50代の準会員であり、①若手の幹部です。しかも、④メンバーが要介護になっても活動に参加できるように、⑥（介助も含めた）ボランティア会員も確保すればもっといいでしょう。

準会員は40~50代の人たちで、会の運営や要支援のメンバーの介助などを引き受けてくれるし、いずれは入会してくるでしょう。60代の予備軍は、当面は入会する気はなくても、「ボランティア」の立場でなら参加してくれる人がいますし、いずれは入会するはずで、最近では会を運営する幹部に若手を登用する動きも増えています。

これらを整理してみると、①から⑥まで、バウムクーヘンのように層になっています。「開かれた組織」と考えたらどうでしょう。そうすることで、さまざまな人材を組織に取り込み、そこで組織が自立していけるし、メンバーが要介護になっても活動に参加できるのです。これは資源取り込みの仕掛け図と言ったらいいでしょう。

■施設入所者が、里帰りしてご近所福祉のリーダーシップを

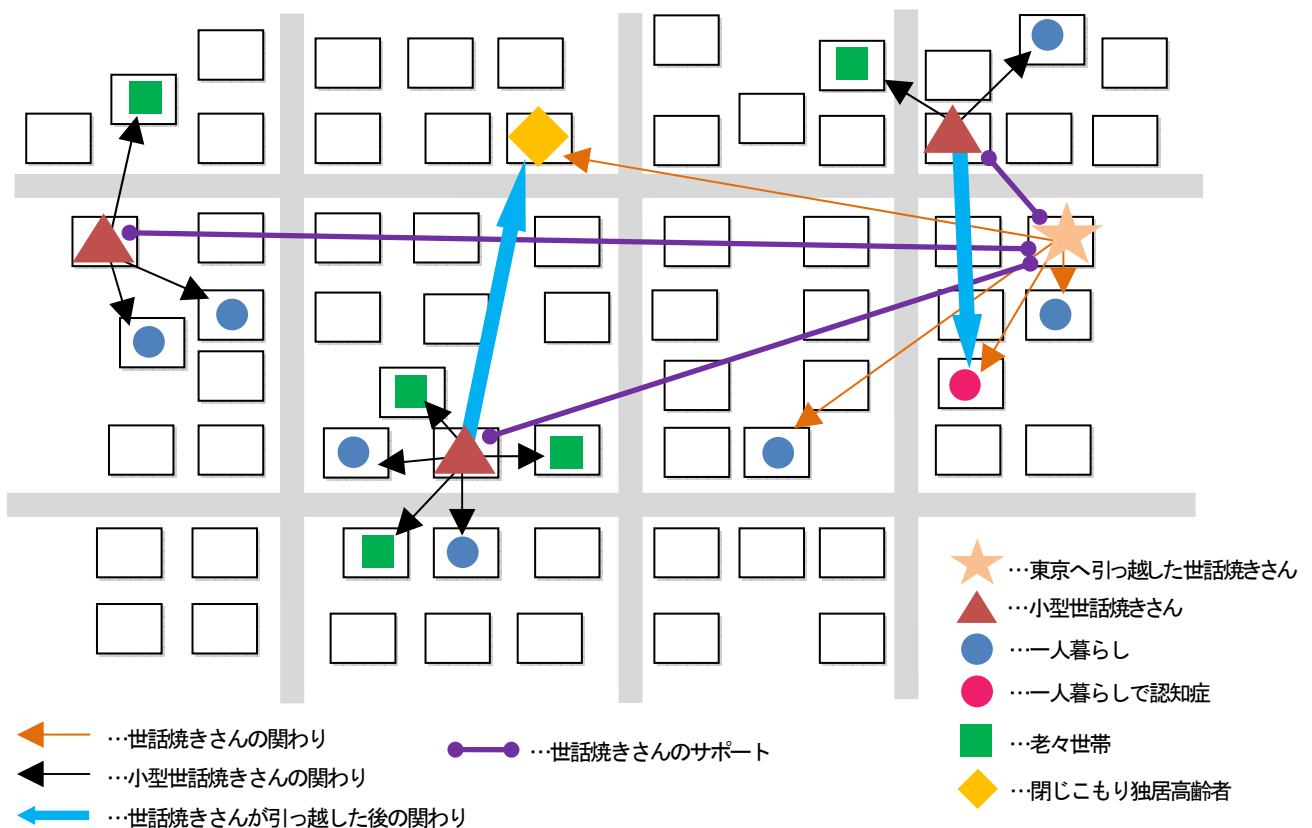
約50世帯を束ねていた世話焼きのAさんが、娘さんが暮らす地域の施設に入所することになった。Aさんに束ねられていた小型世話焼きさんや、高齢者は不安を抱き、ご近所福祉は大ピンチに。

そこでAさんは、娘さんや施設と話し合い、盆と正月には里帰りする約束をとりつけた。彼女が世話焼きとしての役割を果たし続けられように、ということです。異例の、「世話焼き活動のための里帰り」です。

Aさんは天性の世話焼きさんで、ご近所を隈なく知り尽くしていて、認知症の高齢者や知的障害を持つ人の家をこじ開け、お世話をしてきた人です。「彼女にかかれば、どんなお宅でも玄関が開く」という。そんなAさんの里帰りを、ご近所の小型世話焼きさんや助けられ上手さんは首を長くして待っているそうです。

このご近所は、震災によって津波に直撃された地区です。約半数の世帯で家が流失し、今でも避難生活を余儀なくされている地区で、従来あった地域のご縁も津波とともに失いかけています。

Aさん不在の間に束ね役に成長したBさんは、涙ながらに語ってくれました。Aさんが里帰りをして、みんなが集まると、まるで震災前に戻ったように賑やかになるのだと。「みんな年をとったり家族を失ったりで大変だけど、こうして馴染みの顔ぶれで世間話をするのがいちばん薬になるみたい」。



Aさんは里帰りの度に、ご近所の近況を聞き取りながら、誰には誰が関わるといいとか、あの人

はこれが得意だからそれでお返しさせてなどと、現役の世話焼きさんを指導しています。福祉サービスの対象になっている人の中に、こういう人材がたくさんいるはずですが、その人はただ受け手の位置に甘んじるのは、まことにもったいない。

(2)担い手側と受け手側が手を結ぶ法

では、担い手側は受け手の参加努力をどう受け止め、対応し、育てたらいいのか。

①本人が見込んでいる人を大事に

本人もその人なりに、誰に助け手もらおうかと考えているし、その努力をしているはずなので、その人を掘り起こし、大事にする。こちらの決めた人材よりも、そちらを優先させる。

②本人なりの助けられ努力を尊重

丁寧に見ていくと、その人なりに助けられ努力をしているはず。それを尊重してあげる。

③本人の自立努力を評価

ただ他人に身の安全を委ねるだけでなく、本人なりに自立の努力をしているはず。それを評価してあげる。と同時に、他人の助けを求めることも大事だということも伝える。

④当事者同士の助け合いを発掘支援

これからは超高齢社会。一人暮らし高齢者も、自分たちで仲間と見守り合いをしていくことも大切。彼らは当事者同士の助け合いをしているはずだから、それを発掘するのが先決。

⑤当事者同士の見守りネットワークを後方支援

一人暮らし高齢者ばかりの地区の場合、ある程度の助け合いネットができている可能性もある。それを大事にするとともに、それを後方支援していく。これで担い手も手間が省ける。

⑥助け合いネットワークや研修に当事者の参加を

今までは対象者を加える発想はなかったが、小さな助け合いなら一緒にできるはずだ。

⑦当事者の願いや要望を聞き取る

上記のような研修会や懇談会などで両者が出会った時に、これをやってもいい。既に紹介したように、当事者の願いを語る機会を設け、それを施策に反映させるという方法なら、認知症の人に対しても可能だ。認知症の専門家（永田久美子氏）も「本人抜きには施策に取り組めないのが、これからの鉄則になっていく」と述べていた。（NHK）

⑧当事者も福祉活動システムに組み込む

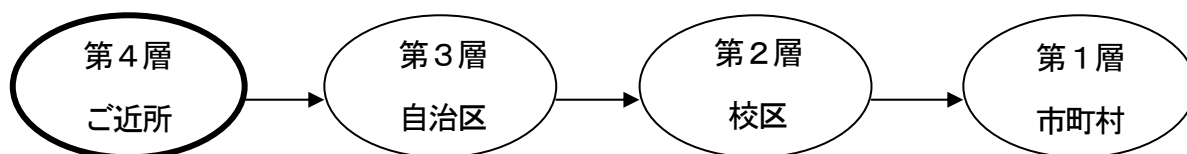
福祉活動システムの中に、当事者を上手に組み込むまでをする。

3. ご近所は当事者が主役

本書では「ご近所」という言葉を特別な意味に使っています。その「ご近所」は当事者にとって極めて都合の良い圏域なのです。当事者が助けを求め易いので、助け合いを当事者が仕切ることさえできるのです。

(1) 第4層「ご近所」があった！

下の図を見てください。地域は3つの層でできていると言われます。第1層が市町村で数万世帯、第2層が校区で数千世帯、第3層が自治区(町内)で数百世帯ですが、私共ではその後に第4層「ご近所」があることを発見しました。約50世帯の小さな圏域です。



(2) 「ご近所」の特徴とは？

ご近所にはどういう特徴があるのか。そんなに注目すべき利点があるのか。

- ① 「顔が見える」唯一の圏域。
- ② 「助け合い」ができる唯一の圏域。
- ③ 当事者はここでニーズを発信している。
- ④ 当事者は第3層（町内）まで行けない。
- ⑤ ご近所には世話焼きさんがいる。
- ⑥ 「ご近所流」で助け合いをしている。

① 「顔が見える」と言いますが、これが50世帯です。日本の社会は50世帯を基本単位として出来上がっているのです。昔の日本で国郡里という圏域が設定されていましたが、「里」はやはり50世帯でした。

② 「顔が見える」から助け合いができるのです。他の層で助け合いは無理です。

③ 当事者（要援護者・要介護者）はご近所において、そこからニーズを発信しています。

第1層や2層にいても、広すぎて当事者の声は聞こえません。ご近所まで来れば聞こえるのです。

④当事者はご近所（第4層）が生活圏域で、ここから出るのは困難です。老人クラブやサロンなどはみんな、第3層でやっていますが、要援護者や要介護者は行けないのです。

⑤地域では世話焼きさんが要援護者のお世話をしていますが、第3層は広すぎるため、対象者がよく見えるご近所で活躍しています。だからご近所は人材の宝庫と言えます。

⑥この4層だけは、ご近所さんが独特の流儀で助け合いをしています。

(3) 「ご近所」が当事者に有利な理由

これだけご近所に期待するというのには、それなりの根拠があります。これらの点を、他の圏域と比較してみればわかります。

- ①見知った人がいるので助けを求め易い。
- ②足元の人になら「お返し」も可能。
- ③世話焼きさんは困っている人がいれば誰でも助ける。
- ④頼んだらすぐ来てもらえる範囲。
- ⑤困ったら、すぐに訪問できる相手。

①ご近所の上の「町内」でもある程度の知人はいるでしょうが、ご近所は多くの人が顔見知りで、誰が誰と親しいといった住民同士の関係も見えているし、仕事など、誰がどんな能力を持っているかも知られているので、誰にどんなことを頼めばいいのかも分かりやすいのです。

②ただ助けてもらうだけでなく、お返しをどうするかも考えなければなりません。長い間同じご近所で生きてきたのですから、助け合いの積み上げもある程度できています。11ページの要介護の夫婦がこれだけ助けてもらえるのも、長くお茶の先生をする中で多くの人とお付き合いをしてきたからです。

③ご近所には世話焼きさんがいます。世話焼きさんと言われる人は、人の好き嫌いをせず、困った人は誰でも助けてしまうし、困っている人を見つけるとその人に関わるまで落ち着かないという人なので、要援護者にとって非常に頼もしい存在です。

④同じご近所に住んでいる住民同士なので、気軽に来てもらえるし、緊急時は夜中でもすぐ来てもらえます。福祉には、地理的条件も大変重要なのです。

⑤困った時に、当事者自身が出かけられる範囲に相手がいるというのも有利な点です。

(4)ご近所を理想郷にするために当事者がやるべきこと

ご近所は当事者の問題解決に有利な圏域ですが、当事者としてやるべきこともあります。

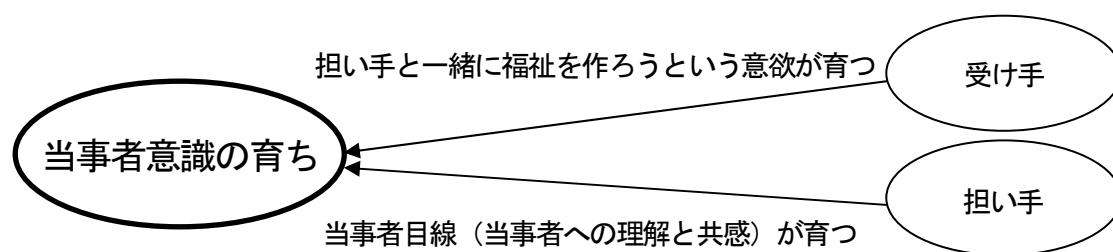
- ①自分の資源をご近所から発掘・活用する。
- ②ご近所内の当事者同士で助け合う。
- ③ご近所内の当事者組織作りを支援する。
- ④ご近所福祉「推進」体制を一緒に作る。
- ⑤引きこもりの人に心を開くよう働きかける。
- ⑥ご近所内のニーズを発掘・発信する。
- ⑦ご近所の問題解決に他の住民と共に努力する。

- ①まず、自分のための資源をご近所内から発掘し活用すること。
- ②ご近所内の当事者で助け合うのも基本。仲間の資源発掘・活用も手伝います。
- ③当事者意識が芽生えていない人には、意識づくりからグループづくりまでを支援します。
- ④ご近所福祉を推進していく体制づくりも、当事者が主導していきます。体制づくりができていないご近所では、それに加わっていきます。
- ⑤ご近所さん（担い手）が関わらずに困っている引きこもりの人や支援を受け入れない人に働きかけ、オープンにするよう導いていくのも、ご近所内の当事者が果たせる役割でしょう。
- ⑥ご近所内の推進体制が機能するには、常にニーズが明らかになっていなければなりません。そのために当事者の立場からご近所内のニーズの発掘と発信を当事者全体で進めていきます。
- ⑦ご近所福祉推進に参加するとともに、問題解決にも当事者の側から協力していく必要もあります。

<第2章>

当事者意識を育む

当事者と担い手が平等な立場で協力し合えるには、当事者の側に強固な当事者意識が必要です。一方、担い手が当事者と協力して福祉を作ろうとするには、それだけ当事者への深い理解と共感（当事者目線）が求められます。受け手と担い手の双方に「当事者意識」の育ちが求められるのです。



その両者を育むために、どのような努力をしたらいいのかをこれから述べていきます。項目だけ並べると、以下ようになります。この章を読むときは常に、上記の両面（当事者が当事者意識を育む必要と、担い手が当事者意識<目線>を育む必要）から考えていってください。

1. 「当事者」への目覚め
2. 「自分事」から出発する
3. 当事者グループに入ろう
4. 「ボランティア」から「助け合い」へ
5. 自分の福祉は自分でつくる

1. 「当事者」への目覚め

当事者（助けられる側）が、前掲のような活動ができるためには、まずもって当事者としての自分をポジティブに考えられるか、もっと発展して強固な当事者意識を持つことができるか、ということが前提になります。一方、担い手の側にも、「自分は当事者でもある」という自覚が必要です。

ところが私たちは、自分が福祉の当事者になることを恐れています。福祉というのは、高齢者や障害者だけの問題ではありません。職場や家庭の問題、病気や介護など、実はほとんどの人が何らかの形で福祉問題を抱えていて、そういう意味では当事者であるのに、福祉は他人事だと思っています。特に担い手の立場にいる人は「自分は当事者ではない」と思い込みがちです。この意識を変えることから始めなければなりません。

(1) 「私は当事者ではない」と思いたい

まず私たちが持っている人間として共通の心情を考えてみましょう。

- ❶誰もが福祉の「当事者」になりたくないと思っている。
- ❷自分が何らかの当事者であることを認めたくない。
- ❸だから心から当事者に共感することができない。
- ❹いつまでたっても「当事者」は他人事のままだ。

- ❶私たちは誰でも、自分が福祉問題を抱えている当事者ではないと思いたがる心情があります。当事者になれば、だれかに助けてもらわねばなりません。助けてもらう立場になることは屈辱だと感じるのです。
- ❷自分にも悩み事があり、ある種の当事者であることは薄々分かっているけど、それも認めたくない。
- ❸だから、当事者と自分と重ねるよりも、距離をとろうとします。そのため、当事者に心から共感することができません。
- ❹その結果、福祉はいつまでたっても他人の問題であり、本気で当事者の立場から考えることはできないのです。

(2) 「当事者になって初めてわかった」

では私たちはどういう体験を通して、「当事者」という意識が芽生えてくるのか。

グループ名に「助け合い」と付く有償サービスグループのリーダー・S子さんに聞いてみました。「『助け合い』というのだから、S子さん自身もメンバーに助けてもらっているの?」。すると「うちのグループは、リーダーはみんな、助けられもすることという不文律があるのよ」。

ある時、S子さんは、メンバーのT子さんに家の掃除と母の介助を依頼した。するとT子さんは、家の中に入るや、こう言ったのです。「まあ、S子さんちって、けっこう散らかってるのね」。S子さんはカチンときた。「家が散らかっているから来てもらったんだから、わざわざそれを言うことないのに」。ところがS子さん、よく考えてみたら、自分も対象者宅で、ついそういう言葉を口にした覚えがある。その時は、悪気はないのだからまあいいだろうと思ったが、いざ自分が言われてみたら、傷ついた。

そのとき初めて、これからは対象者宅に行ってそれを言うのはやめようと決心した、ということです。優秀なリーダーであるS子さんでさえ、受け手側の気持ちになるのは難しく、自分が同じことをされて初めて気が付いた。彼女は、初めてサービスの受け手になった時に、当事者の意識が目覚めたのです。そこで、やはりみんなが受け手の体験をしなければならない、という結論に達しました。

このように、誰でも、受け手側の気持ちは、実際にその立場になってみなければわからないのです。

大抵の有償サービスグループでは、担い手と受け手を区別していますが、S子さんのグループは、担い手も受け手も同じ「会員」だということです。だから会員総会には両方の人が一緒に参加します。

2. 「自分事」から出発する

福祉というと、私たちはすぐに他人を助けることを考えますが、それ以前に「自分を大切にすること」から始めることが大切です。

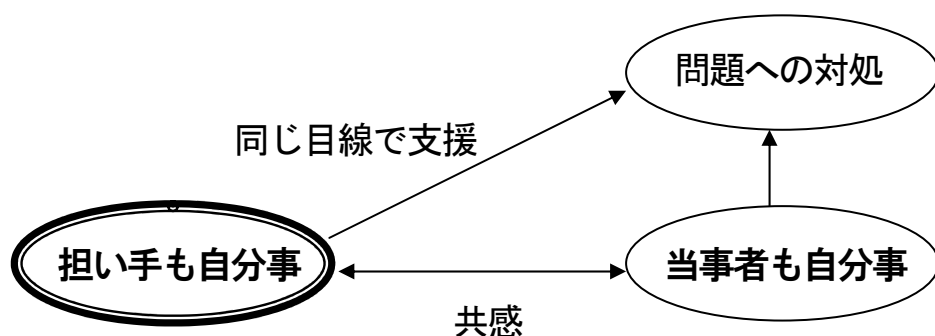
(1)要は「当事者目線」になれるか

今の住民活動は、自分事から入るというよりは、他人事から入るようになっていきます。自分のことは脇へ置いて、とりあえずは他者の問題を考える。だからボランティア活動は「他人事」福祉と言えます。問題は、そのためにどこかで「他人事」になり、本気で当事者のことを考えることが疎かになりがちだということです。

当事者グループの人たちと接していると、みんなが自分自身の問題から出発しているので、他の当事者グループとは悩みは異なっても底の所につながっていて、だからお互いに「共感」できるようです。

逆に「他人事」から出発しているボランティアグループの場合は、やはり対象である当事者には共感しにくい部分があるような気がします。

そこで各自が、自分に合った方法で、たとえば何らかの当事者グループに加わるなり、新しい当事者グループを立ち上げたりすることで、「当事者意識」を心の中に育てていくことができれば、自分の活動対象者とも共感できるのではないかと。同じ当事者という目線で接触することができれば、それが活動に大きな違いを与えるはずだと。



(2)若者は「自分事」から出発する

最近意外なことに気づきました。あるとき大学生に福祉を教えていて、「ボランティア」の話を

なったら、ブーイングが起きました。「ボランティアなんて、欺瞞だ」「嘘くさい」と。そんなにボランティアが嫌いなら、ではどういう活動なら取り組めるのかと、一緒に考えてみました。

学生たちが言うには、たしかに、他人の問題に関わることは良いことかもしれないが、しかし今の人間が本気でそんなことをするとは信じられない。だから「嘘くさい」。しかし自分の問題に取り組むのなら、嘘はない。だからそこから出発するのならいいのだと。

そこで彼等にとって、自分の問題とはどんな問題か、そしてそれをどう解決できるかを考えてもらった。その一部を紹介すると…

①せっかく登校したのに休講の時がある。それなら僕が朝いちばんに登校して、休講の時は仲間に知らせてあげよう。

②一冊3千円の教科書を買わせる教授がいる。そこで4年生から譲り受けて大学祭で売ろう。

③英語の単位を取れそうにない。それなら英語の得意な人が苦手な人に個人教授をしよう。

要するに、後で紹介する当事者グループの発想で、同じ問題を抱えた者同士で解決していくということなのだ。そういえば福祉機関に勤める女性たちが、早朝出社や残業の時に、(スマートフォンでメッセージをやり取りする)LINEでその日わが子を預かってくれる仲間を探していました。

私たちは福祉を自分事として考えるのは気が進まないものだと思っていましたが、今の若者はそんなことに気後れせず、気軽に自分の問題も出し合い、助け合っているのです。

(3) 「わが子が横断歩道を渡るのが心配だ」

ボランティア活動といえば、他人事から入るのが普通です。しかし人によっては、自分事から入っている人もいます。たとえば、わが子が毎朝、車の往来の激しい道路を渡っているのが気になったある父親は、息子が渡る時に旗を持って見守るようになりました。

しかし、自分の子が渡り終わったらすぐに家に帰るというのでは、なんとなく割り切れない。他の子だって、危ないことに変わりはない、と思い直し、すべての子が渡り終わるまで旗振りを続けることにしました。それが発展して、今では地域全域の旗振りをお父さんたちがするようになったということです。

3.当事者グループに入ろう

以下に例示してありますが、最近では、ネット上の活動も含めれば、あなたが何か悩んでいたら、もうそのグループはできていると考えてもおかしくないくらいの、当事者グループのブームと言っていいいでしょう。このグループには、当事者目線になれること以外にもいろいろな利点があります。

- ①生きづらさを抱えている女性の会
- ②友達がいない人の会
- ③学校や職場に居場所がない人の会
- ④生きる意味がわからない人の会
- ⑤夫在宅ストレス症候群の妻の会
- ⑥自分を愛することができない人の会
- ⑦友だちができないママの会
- ⑧年の差夫婦の会
- ⑨転職先の職場に馴染めない人の会
- ⑩リストラされた管理職の会
- ⑪子ども時代に虐待を受けた人の会
- ⑫自殺を考えてしまう人の会

地域の助け合いと言いますが、いま本当の助け合いをしているのは、地域社会ではなく、当事者同士です。今の段階では、当事者同士の助け合いは主にグループ内で行われています。

(1)活動グループもある種の当事者グループ？

考え方によっては、ボランティアグループ自体が何らかの当事者組織でもあるかもしれません。上に例示した当事者グループのリストを見て、思い当たるふしはないか。講演の場で「夫在宅ストレス症候群の妻の会」があると言うと、必ずフロアから失笑が漏れます。「私と同じだ」と思っている主婦は少なくないはずです。

このように、当事者組織というのを、杓子定規にとるのでなく、各自が日々、自分は何らかの当事者かも知れないと実感する機会があるのではないか。その「当事者という実感」を何度も体験す

ることで、当事者意識を育てることもできるのです。

(2)活動対象に同じ当事者として共感できるか？

例えば老人ホーム訪問ボランティアの場合、同じ当事者として入所者とどこまで共感できるか。もしそれができれば、活動内容が変わってきてもいいはずですよ。おむつ畳みや話し相手だけでなく、相手は何を求めているのかを推測していけば、おのずとやるべきことが見えてくるはずですよ。彼らの願いは、里帰りかもしれません。あるいは、地域のサロンに参加したい。できれば自宅に戻りたい。

それを単に「難しい」と言ってしまうのではなく、できる限り本人の意向に沿った解決策を考えるのが大事なところです。

半身不随で入院していた一人暮らしの女性（富永さん・写真左端）に寄り添った民生委員（八鍬伊代子さん・写真中央）が、医者の反対を押し切り、女性本人の願いを聞き取って、自宅復帰させてしまいました。



その後、施設に入所したAさんという人が「たまには里帰りがしたい」と言うのを聞いたので、八鍬さんは富永さんに相談し、富永さんが里帰りの受け皿になることになりました。富永さんは当日、赤飯を炊いてAさんを歓迎したと言います。同じ要介護者としての共感がそうさせたのでしょうか。

その後も時々、Aさんは富永さん宅に里帰りを果たしているようです。富永さんは他にも、家に居場所のない認知症の女性もときどき受け入れています。当事者として気持ちがわかる人同士の共感ネットワークができています。

(3)これが当事者グループだ

—おしゃれも育児もの「ギャルママ・ネット」



日本テレビ「NNNドキュメント」

人々の悩みの数だけ当事者グループができています。しかも日々進化しています。ここではギャルママたちの活動を見てみましょう。この種のグループの活力、レベルの高さを感じます。

バサバサのつけまつげにバービーちゃん風の茶髪、アニマルプリントのミニスカートに華やかなネイルア

ート—これでおしゃれな幼児を抱いていれば、典型的な「ギャルママ」の姿になる。世間のギャルママのイメージはというと、「派手」「幼い」「子育てがちゃんとできるのか心配」など、はっきり言ってあまりよろしくない。

当のギャルママたちは、そんな視線はどこ吹く風とハイヒールのブーツで闊歩しているように見えるので、彼女たちもまた「悩める存在」であるなどとは考えたこともなかった。しかし先日、日テレ深夜のドキュメンタリー番組「NNNドキュメント」を見て、見る目がガラッと変わった。

番組によれば「ギャルママ」とは、若くして出産し、育児もおしゃれも楽しみたい母親たちのことだ。一見、無邪気そうなギャルママたちだが、実際は楽ではなかった。「ママの輪に入れず、孤独感がすごい」「見た目だけで、まわりの人が冷たい目」「長女が泣くと、虐待しよるって目で見られた」。

孤独なギャルママたちが悩みの解決法に選んだのは、やっぱりこれ—ギャルママ同士のセルフヘルプであった。ギャルママ雑誌のモデルをしている日菜あこさんは20歳で出産し、28歳になった今は三児の母。そして1万人が登録するギャルママサークルの代表である。

■お蔭で「深い友達」ができた

初めて子どもを産んだ時は、泣いてばかりいたという。歩いているだけで舌打ちされ、ママ友もできなかった。はじめは「普通の子育てママにならなければ」と髪を黒く染めて地味な服を着たが、一番つらいのは「ぜんぜん楽しくない」ことだった。「見た目だけのお母さんらしさは捨てて、自分らしくいよう」と、もう一度ギャルの格好に戻ったら、自分が楽しいから子どもにも笑顔になれて、好循環になったという。

その後、ネットで同じ境遇のママを募ってみた。これが、ギャルママサークルの始まりだ。「同じような服装のママと会ったら、すごく話が弾んで、わかるわかる！ってことばかりで、この服装が目印になり、深い友だちがたくさんできた。今ではあの時、自分らしい格好に戻ってよかったなと思います」。

現在、日菜さんのリーダーシップのもと、全国で派生した236ものギャルママサークルが、携帯サイト「GAL×BABY」（ギャルベビ）で1つにつながっているというから驚いた。世間が「幼くて危なっかしい」と思って見ているギャルママたちが、私たちの知らぬところでこれだけの組織力、助け合い力を発揮し、先輩ママが後輩ママのサポートをしていた。

■被災地でギャルママ・イベント

日菜さんたちの活動には「当事者ならではの」の特色がある。例えば被災地への支援。震災後、全国ネットを通じて集まった「ママが本当に必要とするもの」を850箱分送ったというが、さらにユニークなのは現地で実施した「ギャルママ・イベント」だ。

母子で楽しむアトラクションを行い、無料の子ども服をお店風にディスプレイしてお買い物気分でもらうのだが、目玉企画は「ヘア&メイク」コーナーである。ギャルママモデルをしている日菜さんらが被災地のママたちをおしゃれに変身させてあげる。

これには「日常生活にも不自由している被災者に、つけまつげ…？」と番組の女性ディレクターは半信半疑だったそうだが、実際には順番待ちができるほど好評で、盛り髪カールにギャルメイクをしてもらったママたちは、「震災後、楽しいことが何もなかった」「テンション上がっちゃって、子どもがいるのに、いないみたいな気になっちゃった！」と喜んでいた。これぞ、当事者にしか思いつかない支援だ。

ギャルママが抱える問題の中には、病気の問題だってある。「子宮頸ガンは20代～30代のママに一番多い」のに、ギャルママたちの関心は低い。「行政に頼らず自分たちで解決しよう」と、日菜さんらは数千人が集まる人気のギャルママ・イベントと組み合わせるなどして、全国で子宮頸ガン啓発活動を始めたが、そのやり方も一味違う。「専門家が難しい言葉で説明しても聞かないことは、自分たちが一番よく知っている」から、講師を務めるのも全員ギャルママだ。

ギャルママが、ギャルママの言葉で、ギャルママを説得する。これまた、なるほど、である。(以上、日テレ「NNNドキュメント」より)

■お役立ち情報をマガジン風に

ネット上のギャルママ・サイトをのぞいてみると、さすが現代っ子のママたち。全国の仲間が瞬時につながるインターネットという利器を生かし、夢も活動も膨らんでいた。

前述の携帯サイト「GAL×BABY」(ギャルベビ)では、全国200のギャルママサークル(ギャルママ用語で「ママサー」と言うのです)のメンバーがプリクラ写真で地域別に掲載されているため、どの地域に何人のママがいるのか一目瞭然。これを生かし、「ママサーが存在しないエリアがなくなるまでサークル(立ち上げ)支援を行っていきます」というから、野望は全国制覇一信長並みである。

ギャルベビではさらに、「全てのママが編集スタッフとして投稿したお役立ち情報」をメールマガジンにまとめてメンバーに無料で送信しているし、仲間に役立つ情報を活発に発信するリーダー的存在「カリスマ・ママ」の育成も行っている。

ネット上では他に、ギャルママたちが編集スタッフとなり、全国のママから寄せられる声に応じた記事を掲載するリクエスト型新聞「ママプレス」も創刊。「ママたちの『夢』や『キモチ』をあきらめるのではなく、実現できるヨノナカをつくっていく」ために協働してくれる企業や行政も公募している。ギャルママ・パワー、恐るべし。〈木原理恵〉

(4)当事者グループの利点

当事者組織は福祉活動をするうえで様々な強みを持っています。これを生かせば、当事者でない活動体よりも、いろいろな点で有利と言えます。

- ①当事者意識を皆、しっかり持っている。
- ②自分の問題（悩み）をオープンにしている。
- ③だから仲間内の助け合いがしやすい。
- ④他の当事者との連携もしやすい。
- ⑤文明の利器を使った助け合いもできる。

- ①当事者組織のメンバーはみんな、自分は特定の福祉問題を抱えているということを実感しています。だから他のメンバーとも共感し合えるし、他の問題を抱えた人とも同様に共感できるのです。
- ②自分が抱えている問題（悩み）をオープンにしている、つまり隠していないので、互いに何をしただけでいいのかが分かりやすい。その助けを拒むこともしない。
- ③上記2つの点で、助け合いがしやすいと言えます。他の組織の場合、互いに自分の問題を打ち明けないし、どんなことで困っているかも言わないので、助け合いは困難です。
- ④お互いに問題を抱えた者同士としての連帯感があるので、異種組織同士のネットワークも、一般の組織よりしやすいと言えます。
- ⑤ギャルママたちのネットワークの事例にもあるように、今の当事者は様々な文明の利器を使っています。例えば働くママたちはLINEで子どもの預け合いをしています。お互いに本当に困っていることですから、真剣に参加するし、また返答もします。だからこそ文明の利器がきちんと機能しているのです。
- ⑥担い手の悩みは、福祉ニーズが見えないことですが、当事者が目の前にいれば、これを発信しているから助かります。

(5)当事者グループの「助け合い」の利点

ここでは当事者グループの助け合いの有効性に絞って述べていきます。

- ①本当に困っていることがあるから助け合いが機能する。
- ②助けてもらおうと同時に、私が相手にできることをする。双方向性。
- ③必ず他の仲間へのおすそ分けが始まる。
- ④当事者として願っていることを事業にするから、他の当事者にも好評。
- ⑤事業には痒い所に手が届く配慮が。
- ⑥他地区の仲間や異種の仲間とも気軽に連携。

- ①他のグループと違って、お互いに助けてもらいたいことがいつもあるから、グループ活動は開店休業にはなりません。いつも活きているということです。
- ②助け合いが原則だし、助けてもらったら必ずお返しをします。子どもを預かってもらったら、次は私が引き受ける、というように。
- ③グループ内だけの助け合いから、他の多くの仲間たちへの「おすそ分け」が始まります。全国で活発に活動している子連れママの会（後述）の活動の多くはその「おすそ分け」です。
- ④彼らの事業は、当事者である自分たちが望んでいることを事業化しているので、他の当事者のニーズにも合致するのです。
- ⑤細かいところまで気が回るのは当たり前。自分たちがどのような気遣いを求めているかを考えて企画するからです。
- ⑥ギャルママの会の事例のように、全国の同種のグループや、その他のグループとも気軽に連携しています。同じ問題を抱えた者同士ということが根っこにあるから、繋がるのは容易なのです。

(6)グループの多様化

グループは以下のように進化しているようです。ここでは、問題の種類、メンバー構成の2つの点から見ていきましょう。

■テーマ（問題・悩み事の種類）

①軽微な問題も

一般的に見てそれほど深刻ではない悩みも、悩みとして共同化

〔例〕 酒を飲めない人の会・ハゲ自慢の人の会・国際結婚した女性の会

転勤族の妻の会・ヤンママの会・言葉が遅い子の親の会・メディアで働く女性の会・長男の嫁の会・単身赴任族の会

②タブーも開放（今までタブー視されていたテーマでもグループ作り）

〔例〕 アルコール依存症の妻をもつ夫の会・子どもを虐待する親の会・働くゲイとレズビアンの会・非婚の会・性依存者の会・妻を虐待する男性の会・ギャンブル中毒者の会・DV被害者の会・性被害サバイバーの会

③各自のライフスタイル追求の結果生じたハンディも

〔例〕 助産師利用の母の会・婚外子差別と闘う人の会・ホームスクールで子どもを育てる親の会・障害児を育てながら働く母の会

④ハンディの種類別にさらに分化へ

〔例〕 ガンで子を亡くした親の会・フランス語圏の帰国子女の親の会・子持ちシングル親の会・子どものいないシングル親の会・シニアシングル女性の会・公園仲間の子の会

■メンバー構成

①個別化（特定の知り合いや同じ病院などでグループ作り）

〔例〕 ○○病院でガン治療を受け、5年過ぎた人の会

②当人の組織も（支援者の会ではなく当人の会もでき始めた）

〔例〕 認知症当事者の会・ダウン症の人の会・精神障害者の会

③子どもも組織化

〔例〕 アルコール依存症の親を持つ子の会・親が離婚した子の会

④男も組織化（親の会などから男の会や父親の会が分化）

〔例〕 障害児を育てる父の会・不登校の子の父親の会・男性不妊の会

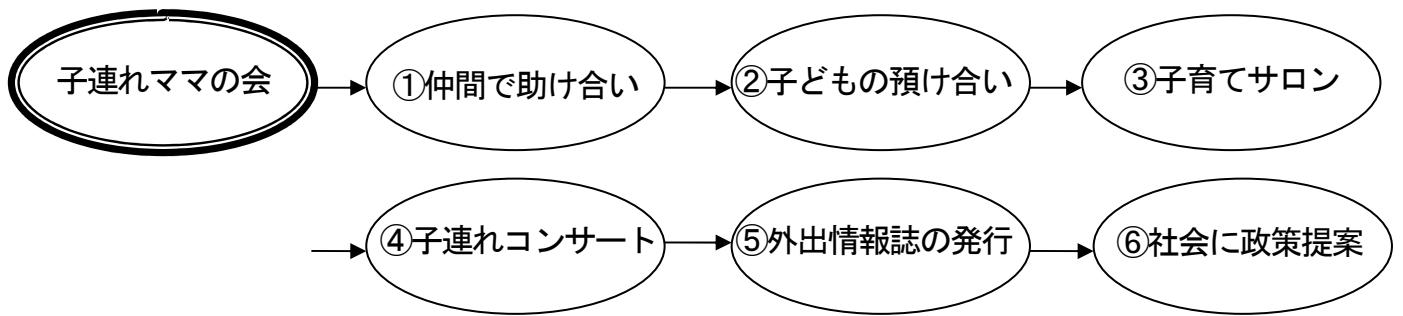
⑤若者の会もさらに広がる

〔例〕 引きこもりの大学生の会、ギャルママの会

(7)当事者グループの進化の方向

①自前でやってしまう

例えば子連れママの会は、おおよそ次のような活動をしています。



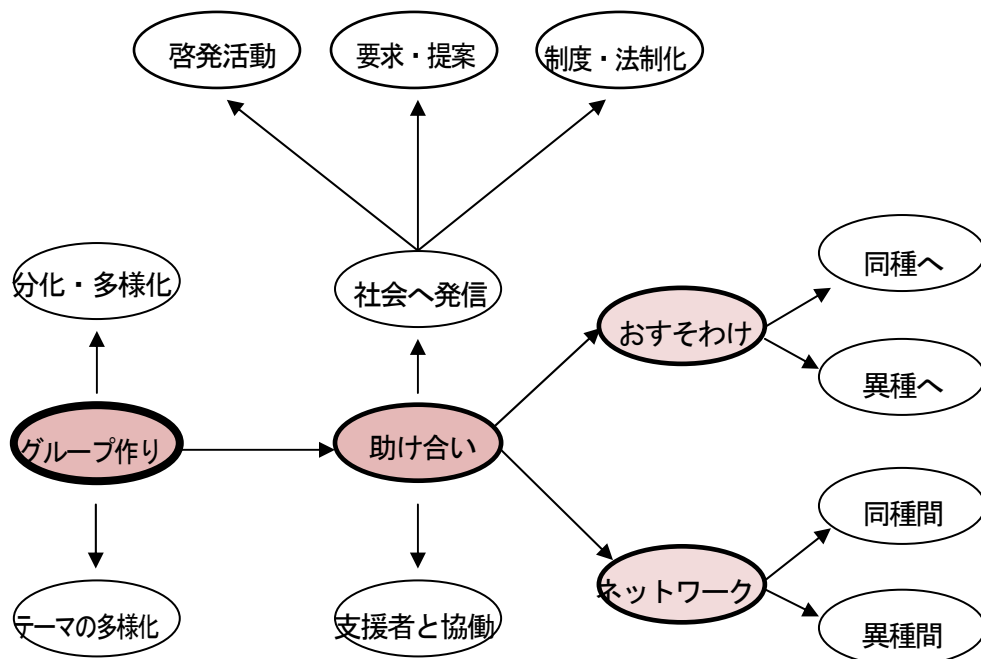
グループ内での助け合いは②までで、あとはグループの枠を超えて、子連れママ全体を対象とした活動（おすそ分け）に発展しているのが特徴です。子連れコンサートは、赤ちゃんがいても入場できるというもので、子連れママたち自身の願いを具体化したものです。「自分もこういうコンサートに行きたかった」から企画したわけです。だから、他のママにも絶対に喜ばれるはずと考えるのです。

子連れ外出情報誌も非常に好評ですが、仙台の情報誌は、その情報誌の恩恵を受けたママが交代で編集長を引き受けているということです。その時の編集長に聞いてみたら、こう言っていました。「当時、子供が生まれて、これでしばらくは外出できまいと諦めていました。それに転勤族の哀しさで、地域を知らない。そんなときに本屋でこれを見て感動しました。これで私は子連れでどこへも行ける！」。その感謝の気持ちが、次期の編集長を引き受ける理由だったと彼女は言っていました。

②目立つのは社会への発信

当事者グループの爆発が、その後どの方向へ向かうのか。これが、福祉の主役は当事者だという考え方が定着するのに資するならば、凄いことになるかもしれません。福祉が革命的に進歩するのですから。

次のフローチャートは、当事者グループができて、そこからどのように拡大・発展しているかを表したものです。彼らの活動の中で特に目立つのが、「社会へ発信」です。その最大の貢献は、自分たちが抱えている問題を解決するために、またはそういう問題を生み出さないように、社会の仕組みを変えたり、法律の新設や改正を求めるといふ、極めて高度な活動が生まれてきたことでしょう。



③ 「社会へ訴える」から「自ら創る」へ

最近の当事者グループの動きを見ていて、特に気付くのは、これまでは社会に「訴える」ことに主眼が置かれていたのが、ただ訴えるだけでなく、その訴えていることを自分たちで実践してしまう—「つくる」ことに発展してきているという点です。

むろん「つくる」には、まず社会にその必要性を訴えなければなりません。そして訴えた結果として何事かが実現した—「つくられた」という面もあります。

息子をバイク事故で亡くした父親が、事故前後の映像を記録するドライブレコーダーの標準装備化を訴えていた。裁判で長男の側に過失があったとされたが、親は納得がいかない。もしドライブレコーダーが装着されていたら、という思いが、彼をこのような運動に立ち上がらせた。電機メーカー勤務の経験を生かし、事故原因の分析を手がける民間の会社と一緒に開発に取り組み、さらにトヨタ自動車の株を取得し、株主総会で「全車標準装備」を訴え、今後、前向きに検討していくという結論を勝ち取ったということです。

犯罪被害者の家族の会にいたっては、裁判で家族が陳述できる権利を勝ち取り、殺人罪の時効の廃止も実現させました。

社会の最も基本的な部分を改めさせるというのは、それなりの説得力がなければ難しいのですが、その部分が、まったくの素人である当事者の運動によって改革されるというのは、驚くべきことです。問題を自ら体現している当事者でなければ、本気で訴えないであろうし、受け止める側から見ても、それだけ説得力があるということでしょう。

(8) 「当事者発」型ボランティア

当事者グループから発展して、他の仲間への支援が活動の主体となった人や組織が出てきました。一般の活動グループとは一味違うところがあります。当事者の気持ちが「痛いほどわかる」人たちによって行われる活動。いくつか紹介しましょう。

①自分と同じ問題抱えた人をヘルプ

過去に特定の問題を抱えていた人が、今その問題を抱えて苦しんでいる人に、自分の体験から得たもの一心構えや技術を伝えたり、問題解決に手を貸すという、新しいタイプのボランティアが急激に広がってきているのです。かつて自分もその問題を抱えてきたから、相手の苦しみも痛いほどよくわかる。「なんとか助けてあげたい」と切に思う。そういう動機から活動を始めているのです。努力して「思いやりの心」を培う必要がない。これがホントの「無償の奉仕」です。

②「気持ちが痛いほどよくわかる」

埼玉県熊谷市の小学生、小関孝徳君が、市道で頭部を轢かれて死亡し、加害者は逃走しました。母子2人暮らしだった母・代里子さん(42)は事件以降、犯人逮捕につながればと、同級生の母親らと、現場付近で通行車両のナンバーをメモして県警に提出したり、目撃者を探すため県警作成のチラシを配ったりしてきました。

報道で代里子さんの活動を知った、東京都文京区の印刷会社経営の荻野佳昭さん(71)は、自身、34年前のひき逃げ事件で9才の娘を失っていました。荻野さんは、代里子さんの「気持ちが痛いほどわかる」と、現場の地図などが載ったチラシ約20万部の印刷を無償で引き受け、できたチラシは新聞の折込みとして配られました。

③苦しみを乗り越えていることが、同じように苦しむ人の救いになる

大阪教育大付属池田小学校で児童8人の命が奪われた事件で、娘・優希さんを失った本郷由美子さん(45)が、最愛の人を亡くすなど、癒しを必要としている人たちに安らぎを与えるNPO「スノーエンジェル」を作りました。

本郷さんは事件後、支えてくれた人たちへの感謝の気持ちを示したいと、精神対話士の資格を取得したが、彼女の初めてのケアの対象が、同じ事件で一人娘を亡くした安永郁子さんであったのです。

本郷さんの安永さん宅への訪問は、4年で159回におよび、安永さんに笑顔が少しずつ戻ってきました。安永さんは周囲に元気になったことを知らせるためコンサートを開きました。そのとき、子どもを亡くした人や介護で大変な人たちから「頑張ろうと思えた」などのメッセージが寄せられました。「誰かの痛みを和らげることができる」とその時思ったのが、NPO設立につながったということです（毎日新聞）。

自分自身が事件で傷つき、同じ仲間と手を携えて、その苦しみを乗り越えていっていることが、同じように苦しむ人たちの救いになるということに気づいたのです。NPOを通して、たくさんの人が癒されていくのを見て、本郷さんや安永さん自身もまた、救われていくのでしょうか。「無償の奉仕」といった次元を超えて、1つの活動が相手を癒し、本人も癒していく。癒し癒されの世界が構築されていくのです。

④「無料の番組表があったら」と…

自分がその問題で苦しんだから、その克服には何が必要かはよく知っている—それを「活動」に生かしていくのもこのパターンの活動の特徴と言えます。相手のことを思いやる努力は必要ない。自分が苦しんだ体験を振り返れば、そこに必要とされている活動が見えてくるのです。

入院患者へ向け、患者の視点から発想したユニークなフリーペーパーが「病床の友」になっているという話がありました。首都圏の病院400カ所に毎月15万部発送されている「TVホスピタル」です。発行元の三雲社は、腸の難病患者によって2000年に設立されました。48ページに番組表、パズル、懸賞募集が満載されています。編集長の森田広一郎氏はこう言っています。「無料の番組表があったらいいのに—ボク自身、入院していてそう思ったのです」。

「病院ボランティア」と言えば、ボランティア活動の主要な分野として確立しています。子どもの図書コーナーの担当など、医療の補助的周縁的役割が中心になっていますが、これも変わってきました。

がんに苦しむ患者にとって、医療者だけでなく、同じような体験をした先輩患者が相談相手になってくれたら心強い。乳がん患者のサポートや早期発見者啓発運動などを行っている「あけぼの会」が、乳がん手術を受けて入院中の患者を手術体験者が訪問して、不安や疑問に答えたり、退院後の生活に必要な情報提供したりする「病院訪問ボランティア」を派遣しています。「あけぼの会」もむろん、乳がん体験者の集まりです。ずばり医療の中核部分に関わる活動を担っているとも言えます。残念ながらこのボランティアを受け入れているのは全国でもわずかに14病院。「医療に患者が関わることを煩わしいと感じる医療者が多いからだろうか」と会は言っています。

⑤体験者にしか思いつかない「商品」

自身の当事者の体験から生まれたボランティア活動は、内容によってはビジネスにも発展していきます。

食物アレルギーに悩む人が安心して海外旅行が楽しめるよう、自分のアレルギー内容を詳細に説明したカードを旅行先の言語で作れるサービスが誕生したといえます。

このビジネスを立ち上げたのは自身、ナッツ類に致命的なアレルギーを持つカナダ人青年のカイル・ダインさん。カードを8ドルでウェブ上で作成した後、何枚でもプリントアウトできます。175種類以上の食物アレルギーと、ベジタリアンなどの特別な食生活にも対応し、28カ国語の中から言語を選ぶことができるといえます。

彼は食物アレルギーを持つ子どもが、日常生活の中で気をつけなければならないことなどを愉快的なキャラクターと共に学べる「食物アレルギー・ソング」も作って演奏し、自身のホームページ上でCDを販売しながら、地元の小学校などでも演奏しているそうです。ビジネスという世界も、「当事者」がそれを始めたとき、私たちが最も望んでいるようなサービス、商品が生まれるのです。

乳がんの体験者6人で創設した、がん患者の生活支援サービス「JOL-NEXT」のオフィスには、抗がん剤の副作用で髪が抜けたときのかつらや帽子、手術で乳房を失った人のための下着が並んでいます。当事者でなければ考えつかない商品ばかりです。彼女らが催す専門家のカウンセリングや講座も有料。「患者さんは命がけ。メールの一言、電話の応対にも心を込めます」—当事者ならではの心遣いです。

「がんになって仕事を失う人が多い。体験を生かしながら働ける場を広げたい」と代表の曾我千春さん（朝日新聞）。起業自体が彼女らにとっては「福祉」の一環でもあるのです。当事者発の活動はボランティアだけでなく、新しいビジネスのあり方も生み出しているのです。

⑥当事者発型ボランティアの特徴

- ①<対象者との関係> 同じ（悩める）当事者仲間という一体感
- ②<ニーズ発掘> 相手の願いや困り事がよくわかる
- ③<動機付け> 「助けられた」分、私も人のお役に立ちたい
- ④<活動者への効能> 当事者だからこそ大きな治療効果

当事者発型ボランティアには、従来型のボランティアと比べてどんな点に特徴があるのか。当事者発型ならではの利点はあるのか。

図をご覧ください。特徴を4項目、並べてみました。

1つ目が「同じ（悩める）当事者仲間という一体感」。従来型のボランティアでは、担い手と対象者がうまく馴染まず、「所詮は自分たちとは違う人」であるボランティアへの信頼感が揺らぐ場合もありますが、当事者型はそこを完全にクリアしています。

2つ目は、「相手のニーズがよくわかる」。自分もその問題を体験しているから、当然、相手が何を求めているのかがよく分かる。従来型のボランティアが最も苦勞しているのは、対象者のニーズがよくわからないことですが、その苦勞がないのです。

3つ目は、一般的にボランティア活動は「善意」によって行われるものですが、当事者発型のボランティア活動の場合は、自分も同じ思いをしたからこそ「なんとか相手の助けになりたい」と切に思うことでボランティア活動が始まる—という点で、まったく無理のない、自然な活動なのです。だから受ける側の人、負担を感じません。

そうして、「自分が最も苦しんでいるときに助けられた」体験が、感謝の気持ちと共に、「私も人の役に立ちたい」という思いに発展し、活動が自然に受け継がれていくので、苦勞してボランティアを集める必要もありません。

一般のボランティアの場合、そうした「助けられ」体験があまりないままに活動に踏み込むために、努力して「思いやりの心」を維持することが必要になります。対象者との関係などが思うようにいかないと、「なぜ私はこの活動を続けなければならないのか？」といった悩みも出てきますが、当事者発型の活動では、そんな努力も不要です。

そして4つ目は、ボランティア活動自体が本人を癒すということです。自己治療効果が大きいのも、当事者発型の特徴なのです。

4. 「ボランティア」から「助け合い」へ

「ボランティア」という発想は、自分を担い手と強く意識し、対象者を殊更、福祉の客体と見なそうという意図が含まれています。逆に言えば、対象者は自分を当事者、つまり「担い手と平等に渡り合う存在である」と意識しづらい環境に置かれているのです。これを崩さないことには、当事者参加の福祉は実現しないでしょう。

先程、有償サービスグループについて触れました。大抵のグループでは、理念では「助け合い」を謳っていても、実質は「サービス」つまり「助け」グループになっています。S子さんのように「助け合い」の理念を実現すべく、「リーダーは積極的に助けられる体験をする」という努力を実行できる人は少ないのです。

しかし私たちが「助けられ」をする勇気がないということは、自身、できる限り当事者にはなりたくないということになります。これでは、当事者目線は育ちません。

特に初めから「ボランティア」グループと銘打ってしまえば、担い手と受け手がきれいに峻別されることになり、担い手には当事者目線が育たず、受け手も当事者意識が育ちようがない。この関係を崩さねばならないのです。

ベストな方法は、「ボランティア」の看板をはずして、「助け合い」グループに変えて、誰もが担い手にも受け手にもなりうるという関係にすることです。これが出発点。ということは、主に担い手の意識で参加する人も、自分が助けられる機会を持つということが頭に入っていなければなりません。S子さんのように、リーダーでさえ助けられる機会をあえてつくるということです。

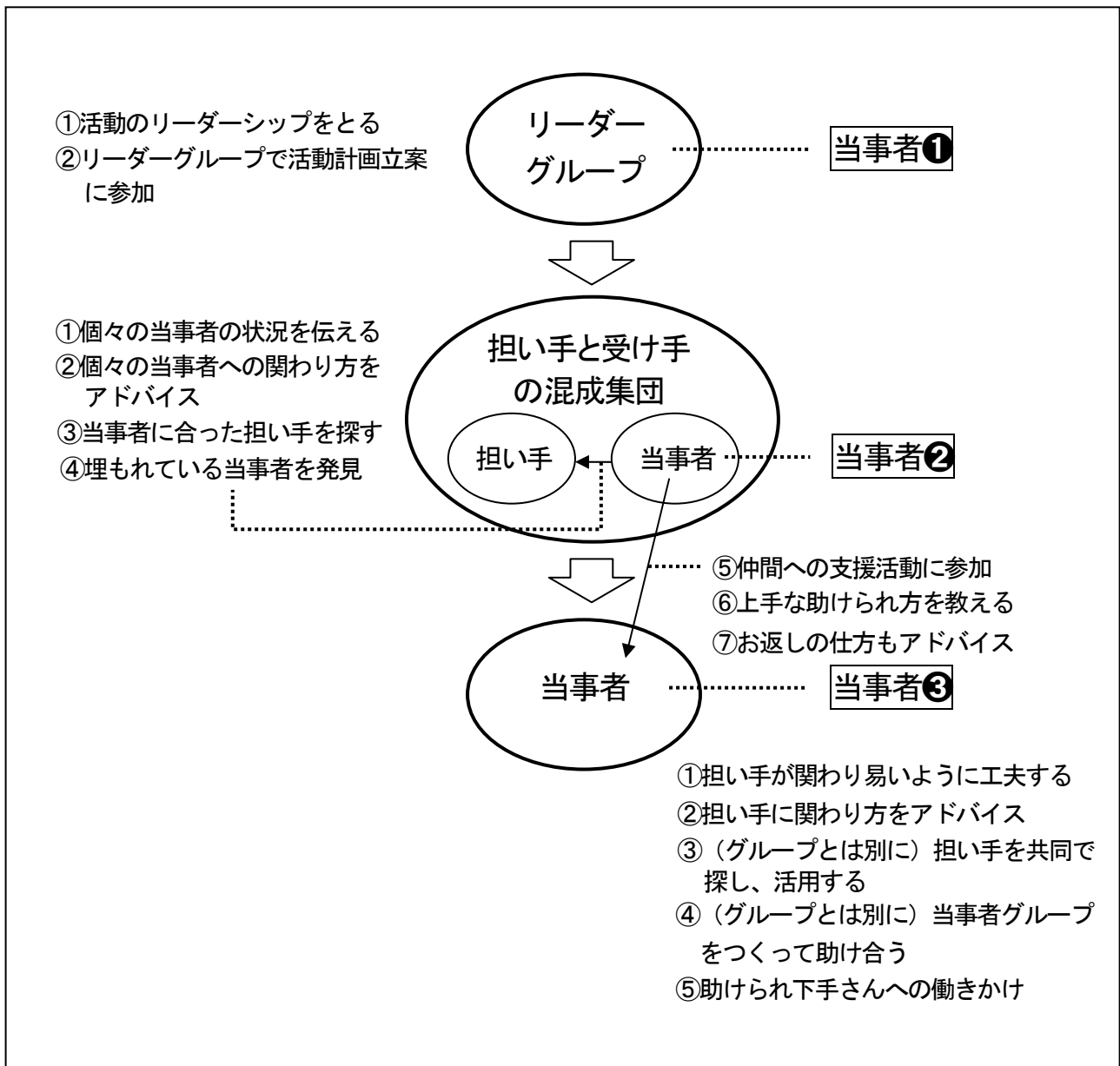
図のように、3種類の「当事者」を想定するのもいいでしょう。まずはリーダーグループの中に加わる当事者（当事者①）、次に当事者と担い手の混成集団（当事者②）、そして純粹の当事者集団（当事者③）。現実的にはこういう構成になるかもしれません。

当事者①は、リーダー集団に所属し、①グループ活動の指揮をとる1人となります。グループによっては、当事者が会長になるという例もあるのです。グループは元々、当事者の特定のニーズに対応して生まれたわけですから、そのニーズを体現している当事者が会長に収まるというのは、何ら不自然ではないのです。②仲間の当事者の声を集約し、それを具体的な活動計画としてまとめ上げるのもリーダー型当事者の役割になります。

次いで当事者②。担い手との混成集団で、事実上、両者は区分けされていません。ここでの当事者の役割は、①個々の当事者の状況を担い手に伝える、②その関わり方もアドバイスする、③それぞれの当事者に合った担い手を探す、④埋もれている当事者を発掘する。一方で、⑤仲間への支援

活動に参加する、⑥上手な助けられ方を教える、⑦お返しの仕方を仲間にアドバイスするなどです。

当事者③は、実際上、受け手（サービスの客体）である当事者で、それでもやるべきことはあります。①担い手が支援しやすいように工夫する、②担い手に関わり方をアドバイス、③（グループとは別に）担い手を共同で探し、活用する、④（グループとは別に）当事者グループを作って助け合う、など。



5.自分の福祉は自分でつくる

住民参加型のサービスやボランティアグループの場合は、今述べたように、サービスを助け合いに変えていくというあり方が考えられますが、公的サービスの場合はそうはいきません。しかし、それでは「サービス」を受ける人と担う人がきれいに峻別されることになり、福祉の主体者としての当事者意識が育ちようがありません。思い切って、自分の福祉は自分でつくるという新しい視点を導入する必要が出てきました。

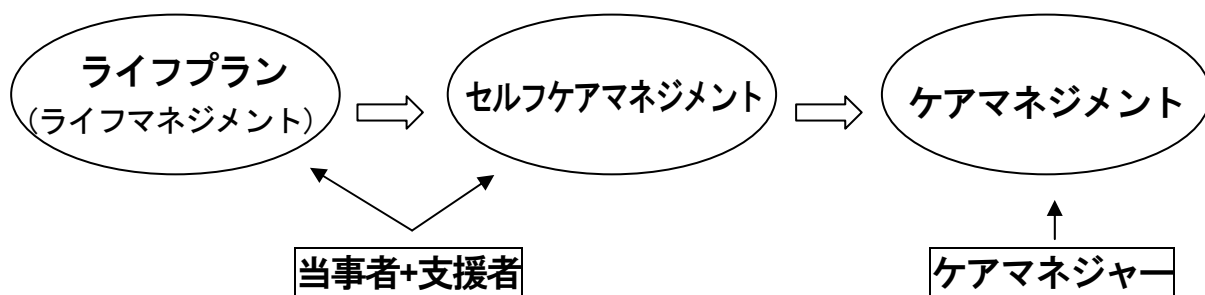
(1)当事者のセルフケア・マネジメントから

要介護になると、まずはケアマネジャーの登場となります。そして制度的に決められた手順で、決められたサービス内容を当事者に当てはめていきますが、これでは当事者は担い手の枠組みの中で動くより仕方がなくなります。当事者には、当事者として求めているものもあるはずです。それを主張していきましょう。

本来はまず、

- ①本人が（支援者と一緒に）自身の生活を点検し、
- ②これからどういう生き方をしたいかを考え、
- ③今行動していることを基に、
- ④自分に最適の生活と
- ⑤その時に生まれる福祉課題への対応法を考え、
- ⑥周りから必要な資源を引き寄せ、
- ⑦それでも充足できない部分について、公的支援の可能性をケアマネジャーと一緒に探っていく
ものでしょう。

4ページのマップでは、当事者がそれなりに支援者を探し、活用しています。これをセルフケア・マネジメントとして認めるべきです。本人がこの人に助けてもらいたいというのだから、これを尊重すべきです。一定額の手当てが支給されてもいいぐらいです。



(2)まず「ライフプラン」ありき。

ところで、当事者がそういうケア（支援）を求めるには、目的というものがあるはずです。目的とは何か。「自分はこういう生活をしたい」という願いでしょう。まさにライフプランではないでしょうか。

①豊かさのダイヤグラムを開発

本研究所では、そのような時に活用できる「豊かさのダイヤグラム」を開発しました。人間が豊かに生きていたいと思う時、それに必要な要素が6つあることがわかりました。①働く・収入、②健康、③趣味、④家族・夫婦、⑤ふれあい、⑥社会活動（人のため）。これらを測るのが豊かさのダイヤグラムです。

当事者の各要素の充足度を5段階で測り（⑤充足している、④かなり充足している、③どちらとも言えない、②あまり充足していない、①不足している）、ダイヤグラムの該当する箇所に印をつけ、線で結べば出来上がりです。

②84歳で認知症の一人暮らし女性をダイヤグラムにのせてみたら

例えば、84歳で認知症の一人暮らし女性について、マップ作りの場で、住民に聞いてみました。

- ④家族はどうか？→妹が近くに住んでいて、毎日、通って来ている。娘も週に1回は来る。
- ③何か楽しみはないのか？→はじめは「ない」という答えでしたが、「畑を持っていないか？」と聞いたら、自分の畑に毎日行っていることがわかりました。これも立派な趣味です。
- ⑤ふれあいはどうか？→畑友だちが3人いました。

③そこで豊かさ満開作戦は？—つまりライフプラン

というわけで、彼女の場合、③④⑤はそれなりに充足していることがわかりました。ではこのこ

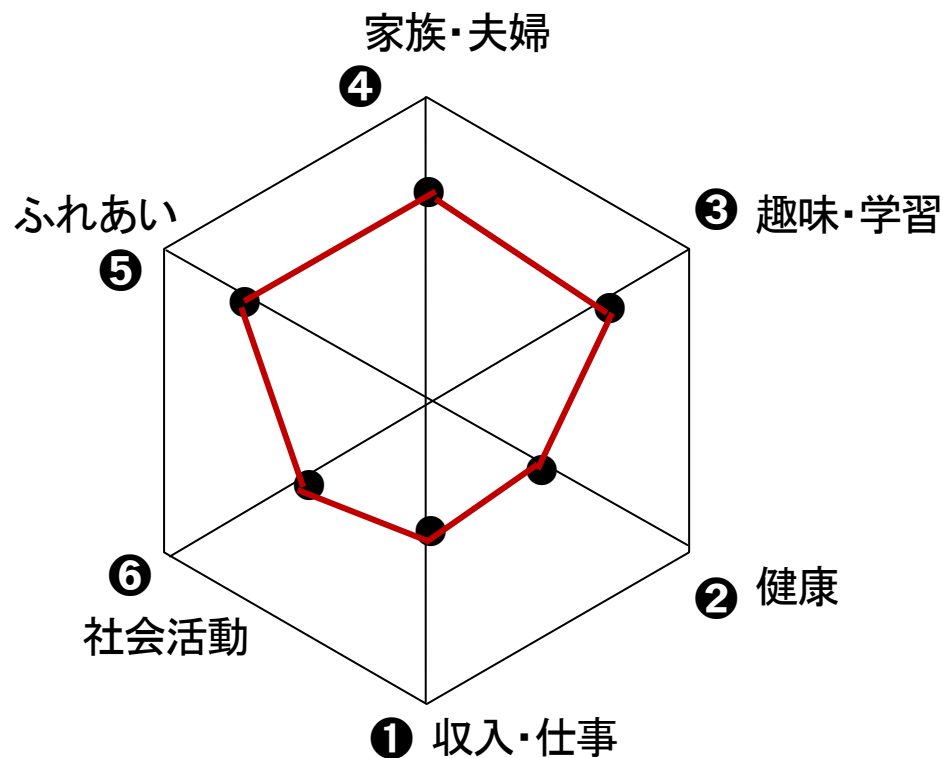
とを生かして、他の項目を改善できないものか。

まず⑥何か人の役に立てることは？→じつは、彼女はおしんこ作りが上手いという。ならばそれを皆におすそわけすればいい。

また、①そのおしんこを売ったり、作り方を教えて、おこづかい程度の収入になる可能性もある。

彼女自身にとってのもう一つの課題は、認知症のために、妹さんからガスを使うことを禁止されていることです。ならば、お友達を招いて料理作りをする時だけは解禁にすればどうか（友達と一緒にだから安心）。これで彼女のふれあいや趣味（料理）がさらに充実することになります。それによって、心身の健康が改善することも期待できます。

というように、今の本人の生活スタイルを生かして、より豊かに生きられる方法を考えていけばいいのです。



④豊かさダイヤグラムをさらに豊かにする努力ーこれが福祉だ

このように、認知症の人の生活実態を豊かさダイヤグラムにのせることで把握し、それをどのように改善すればさらに豊かになれるかを考える。これ自体が福祉の営みなのです。この女性の生活をさらに豊かにするには、当人や住民がどのような努力をしたらいいのかが見えてきました。

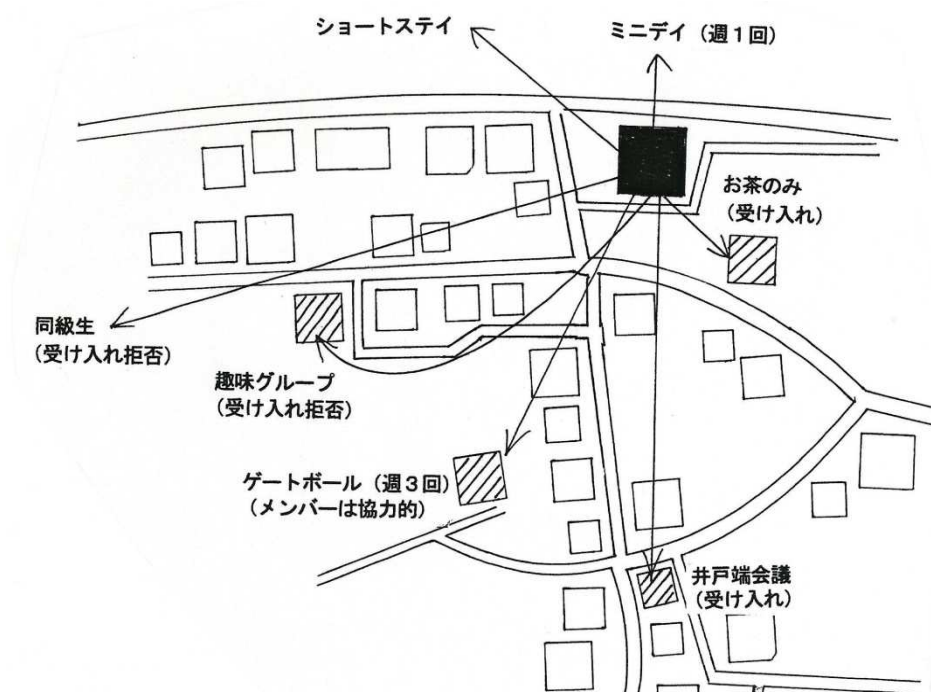
(3)最後にケアマネジャーが公的支援を検討

ここまでが当人と家族、住民の役割で、それでも欠けている部分を公的支援が補えばいいわけです。その段階で初めてケアマネジャーの出番となります。

だからケアマネジメントとは、当人の真の願いから始まって、どういう生活をしたいと思っているのか、それをどこまで実現させたのか、これからそれをどうしたいのか、そしてその実現策を考えた上で、それでも不足していて、しかも住民では対応できないものは何かを点検して、それをサービスに組み立てるわけでしょう。当人や住民が本気で関われば、それだけ公的支援の出番は少なくなるのです。

(4)自分に最適の「デイサービス」を創る

下のマップは、認知症の女性が、毎日ご近所を歩きながら、あちこちに「私も入れて!」と行っていたというものです。昔の同窓生は「来ないで」と排除。趣味グループも同様。一方で、ゲートボールのグループ、サロン（井戸端会議）、「お茶飲み」のメンバーは女性を受け入れていました。

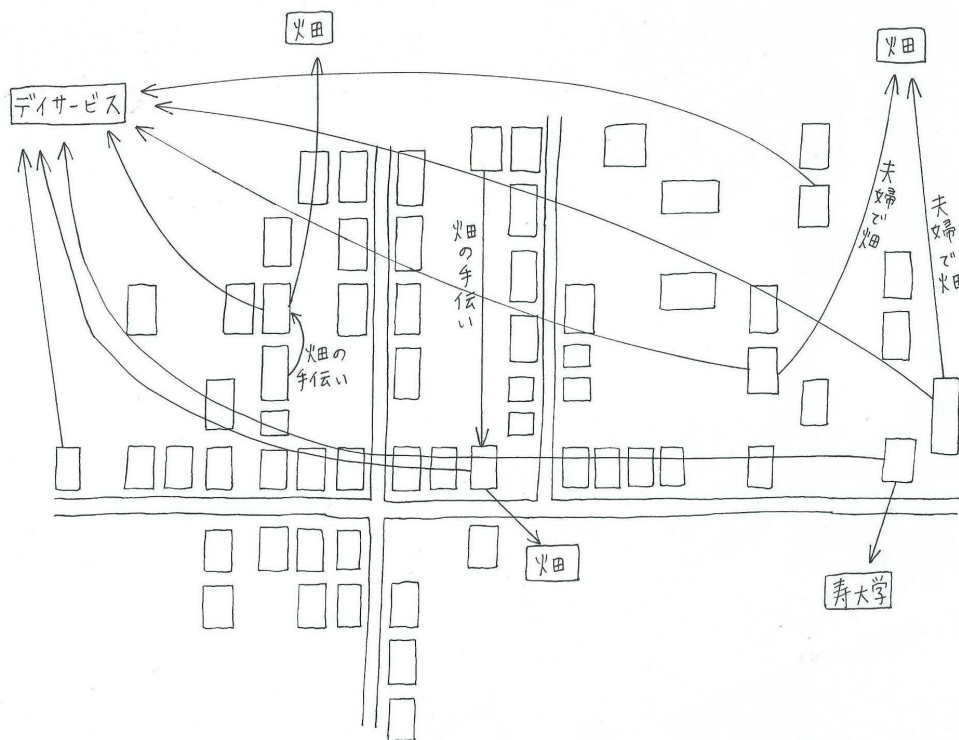


彼女は何をしたいのか。趣味もおしゃべりも楽しみ、私らしい豊かな人生を送りたいということでしょう。福祉のテーマは、そこまでレベルアップしているのです。そうすると「入れてあげる」のも立派な福祉活動とすることができます。

ところで、担当のケアマネジャーは、「あちこち歩くと危ないから、老人ホームに入りましょう」とかなり熱心に働きかけをしていたと聞きます。老人ホームとは極端な対策ですが、大抵はデイサービスが対象になるかもしれません。しかしよく考えれば、この女性が通っているそれぞれの場所が、本人にとってのデイサービスと見ることもできます。自分だけの、しかも日替わりのデイサービスというのですから、かなり贅沢なデイです。そろそろ本人の生活実態を丁寧に調べた上で、それでも「デイサービス」「老人ホーム」が必要なのかを、きちんと考えるべきでしょう。

下のマップを見てください。デイを利用している人はみんな、自宅に戻ってから畑に行っていました。本人にとってはおそらく、畑の方が介護予防やお楽しみの中心なのでしょう。

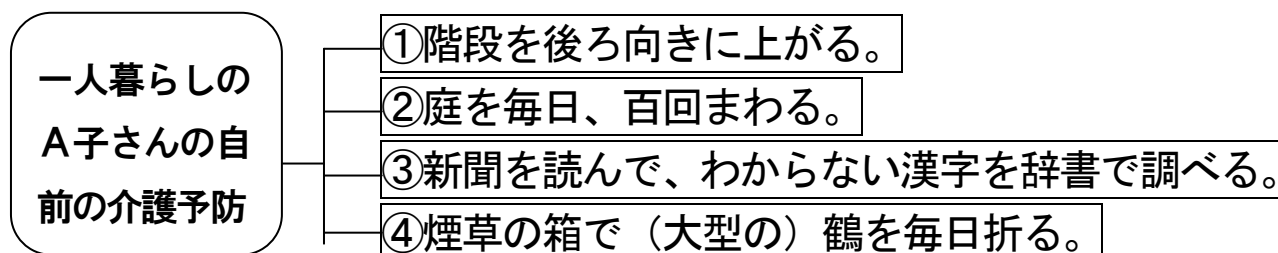
このように、自分の生活の中で自己流のデイサービスらしき活動をしている人がたくさんいます。ならばデイの関係者はこれにどう対応すべきか。



例えば、デイサービスセンターに新しい役職を設ける。その人は、本人の生活全体を丁寧に把握し、その人らしいデイサービス的な機能を果たしている活動は何かを探し、それならこういうふうになれば、もっとデイサービスらしくなりますよ（デイサービスの主旨（介護予防など）に合致しますよ）と提案するのです。

(5)自分なりに介護予防努力をしていた！

介護予防と言えば、包括支援センターのスタッフは、公的機関が作った定式のメニューを対象者に当てはめようとするのですが、じつは本人がすでに、本人のセンスで自分に合った介護予防努力をしているはず。例えばある一人暮らしの女性宅に伺った時、どんな介護予防をしていますか聞いたら、以下のことを並べました。



介護予防の専門家は、これらを一つひとつ点検して、こういうやり方の場合、どういう点に留意する必要があるか、またどうすればもっと効果が高くなるのかをアドバイスをすればいいのです。

(6)「福祉」という土俵に無理やり引き込むな

ここまで述べて来たことを一言で言えば、「福祉」を社会に返すという営みです。元々は社会の中にあったものを、その部分だけを抜き出して「福祉」の名を冠し、福祉事業としてその専門の人が関わるというのが今のやり方ですが、これは担い手が効率的に実施するためのやり方であって、当事者はそれを望んでいません。福祉は、社会の中に、日常の中に紛れていてほしいのです。いちいちお楽しみや元気づくりをするのに、なぜ「福祉」という看板が掲げられた場所に行かねばならないのか。福祉関係者のお世話にならねばならないのか、と思っています。

そんな中、再び福祉を社会に返す仕組みとして、国が画期的な事業を始めています。例えば、糖尿病と診断された患者は、設備が充実したスポーツクラブなどで運動し、病気の進行を防ぐことが望ましいのですが、その患者の診療情報が入手できないため、クラブ側としてはどんなメニューを作ったらいいかわからないのがネックになっていました。

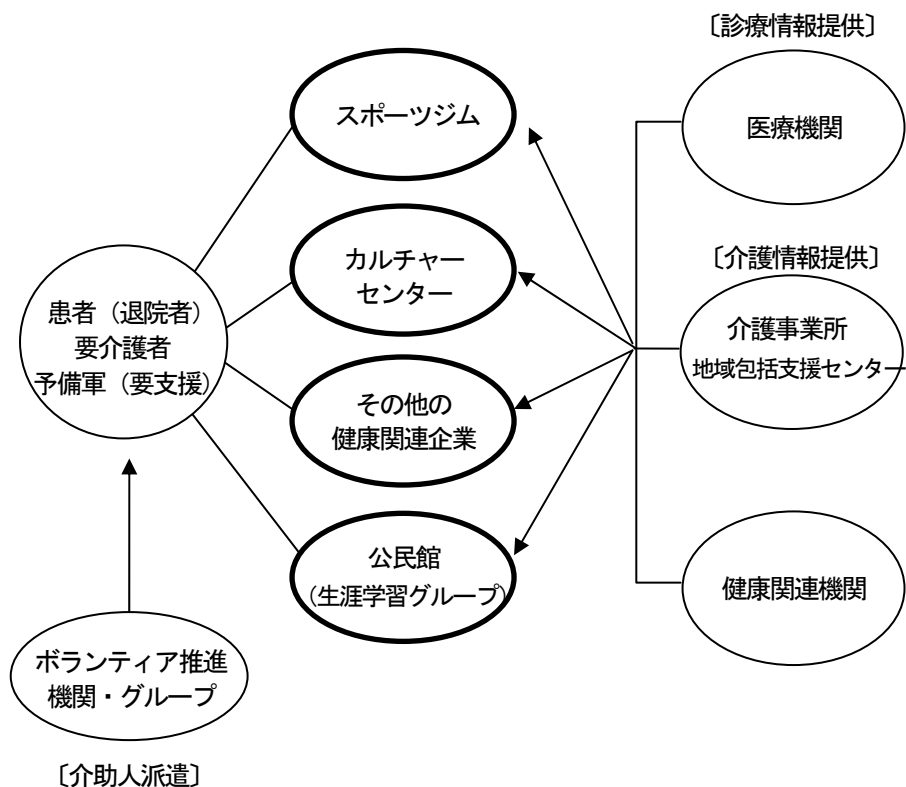
そこで、医療機関とスポーツクラブや給食会社などが連携する際の診療情報の共有や運動指導、食事管理の仕方などの指針をつくらうというのです。

具体的には、患者の医療情報を提供する際の細かなルールや、医師が運動や食事の指針を出す時に使う書式などを新たに作成する。これで医師がスポーツクラブでの運動や給食会社の提供する食

事内容などに直接指示を出せます。政府は国会に提出する産業競争力強化法案にこうした内容を盛り込むといいます（読売新聞）。

介護関連の分野が新たに生まれ、それで利益を得る事業所が生まれると、本来はカルチャーセンターで受け入れればよいものを、わざわざ「介護予防」の名目で福祉事業所が要介護者を囲い込んでしまう。そのための経費もかかります。

もし私自身が、デイサービスセンターを選ぶか、カルチャーセンターを選ぶかと問われれば、カルチャーセンターの方がいいと言うでしょう。わざわざ「福祉」のお世話になりたくない私たち

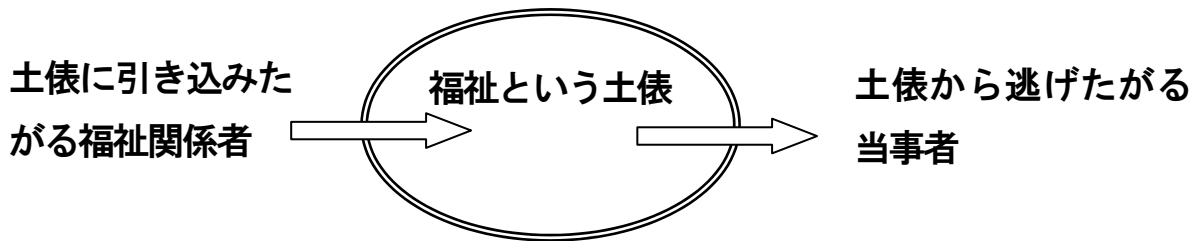


は思っています。カルチャーセンターへ行って、一般の人に交じって楽しみたいのです。

問題は、受け入れる事業者にとっては、その人の要介護度がいくつで、その場合どのような点に配慮しなければならないかが分からないということでしょう。今回の政府の発想は、そのハードルをクリアしようという試みです。

医療機関がその患者の診療情報とともに運動（作業）内容についても指示を下してくれれば、事業者も助かります。もう少し要介護度が高くなると、または退院したばかりの患者などの場合は、介助人がついてあげなければなりません。その場合は、市民ボランティアの出番となります。介護経験のある主婦たちで、こうした患者や要介護者の運動や作業を支える介助ボランティアグループをつくれればよいのです。

咽喉がんの手術を受けて退院した人が、リハビリのために公民館で生まれた合唱グループに加入したといいます。その人に聞くと、病気の種類によって、それに合った趣味グループに加入するのが館内で流行しているとも言っていました。それぞれの人がリハビリや介護予防のために、社会の関連する機関やグループに参加しているのです。



当事者がそう望んでいる以上、当事者を福祉という特殊な世界に引き込むのではなく、一般社会という大きな土俵で当事者と関わり合うべきでしょう。

となると、当事者に関わるのは福祉関係者というよりも、一般社会の各種機関・団体が多くなるはずですが。福祉関係者は、その人たちと当事者の関係がうまくいくように側面から支援する役割を担えばいいのです。

(7) 「サービス」という考え方自体に抵抗感が

デイサービスセンターのスタッフが新聞に投書していました。「ある時、89歳のおばあちゃんがつぶやきました。『ありがとう、すまん』ばかり言うことに疲れたと」。そこで彼女はわが子(乳児)を連れて来て、おばあちゃんに託したのです。「おかげで娘が毎日楽しそうにしています」とお礼を述べると、とても嬉しそうで、「その表情には、自分への誇りと、自分も人の役に立てたという喜びがうかがえた」と記しています(朝日新聞)。

福祉関係者は「サービス」という言葉を気軽に使いますが、これにはもともと対象者の心の中の「貸借対照表」のバランスを崩すというマイナス面を含んでいることを頭に入れておくべきです。

NPOが経営するあるデイサービスセンターを訪ねたら、ちょうど皆さんで空き缶つぶしをしているところで、それをじっと見つめている女性に目が留まりました。

ベレー帽に水玉のワンピースというおしゃれな服装で、口紅もつけている。あの人は誰かと所長に聞いたら、利用者の1人だといいます。じつは彼女、永年、学校の先生をしてきて、最近認知症の症状が出てきた。そこで特別養護老人ホームが経営するデイサービスに連れて行かれて、「利用者」扱いをされて怒ってしまい、「私は利用者じゃありません!」と家に引きこもってしまった。困った地域包括支援センターのスタッフが、あちこちのデイサービスセンターにお願いしたのです

が、いずれも「ボランティア扱いをしてほしい」という条件付きなので、すべて断られてしまいました。利用料はちゃんと払うというのに、です。そして、ようやくこのNPOに引き受けてもらえたということでした。

それほどまでに、福祉機関は「サービス」にこだわりたいのか。「形だけでもいい」というのに、「ボランティア」のつもりで利用者が来ることは認めないのです。

住民はおそらく、「デイサービスセンター」などと、「サービス」という言葉を堂々と冠した「センター」が街中にあることにどこか違和感を抱いているはずなのです。「一方的サービス」で組み立てられている今の福祉サービスは、いずれ双方向型に体質改善を余儀なくされるはずで、そうでないと住民はできる限り受けたくないと思っているのですから。

(8)担い手と受け手の区別を流動的に

朝日新聞にこんな記事が紹介されました。若年性認知症の足立昭一さん(61)は、元公務員で、働く意欲は人一倍持っていた。しかし職業能力検査をされると、「仕事はムリ」と言われる。仕方なくデイサービスセンターに利用者として通い始めた。幸いなことに、そのデイサービスセンター(大分県の「なでしこ横丁」)の施設長・吉川浩之さんが、「働きたい」という足立さんの願いをくみ取り、利用者として利用料は払いながら、他の利用者の入浴介助や送迎、ゴミ捨てなどを任せられるようになった。もっとも他の職員が常に見守る必要があるが、実質は「見習い社員」扱いです。

「職員はその人のできない面ばかり見てしまう」と言う施設長は、足立さんの面倒見のよさ、対話能力の高さに目をつけ、「実質はスタッフである利用者」という扱いにしました。ただ、症状の進行はあるため、彼の仕事を定期的に評価して、作業が難しいとなれば再び利用者に戻すという。

「お年寄りの気持ちは、自分も認知症だからよくわかる」と足立さんは言い、「利用者本位のケアを考える力が職員についた」とも施設長は言っています。両者を往きつ戻りつする足立さんのような人が、利用者の立場や気持ちが最もよくわかるのです。デイサービス利用者の立場や、考えることがわかるのは利用者です。その利用者本位のサービスをしようと思ったら、それを担うに最もふさわしいのは利用者だということになります。足立さんの利用者からの「転身」は自然な成り行きだったのです。

最終的には、スタッフと利用者を区別すること自体が不自然になっていく状態が生まれるはずで、それぞれが利用者になったりスタッフになったりと、2つの役割を行ったり来たりできるような福祉のあり方、これが当事者が求めていることなのです。一方的な「サービス」というものが、この社会から消えていった時、「協働福祉」はかなりいい所まで進んだと見ていいでしょう。

<第3章>

当事者参加型 への実践課題

本書が述べていることー当事者参加型福祉の実現には、具体的にはどのような実践課題があるのか。福祉の推進体制づくりから事業の実施のあり方、組織作りのあり方、研修・セミナー開催の課題等、幅広いテーマが待ち構えています。

(1)混成型の福祉推進体制づくり

当事者参加型福祉を進めるには何よりもまず、福祉の推進体制自体を担い手だけでつくるのではなく、当事者との混成型に切り替えなければなりません。例えば、住民の生活支援のための協議会を作ったり、関係機関によるケア会議を編成したり、福祉サービス事業を進めるための組織体制づくり、福祉施設の運営委員会や社会福祉協議会の理事会、評議員会の編成に至るまで、その事業となる対象者もそれに加えることが、それぞれの規定に組み込まれる必要があります。

(2)福祉関連の講座やセミナーも混成型の企画

すでに述べたように、住民向けの見守り講座は開かれているけれど、見守られ講座はどこも開いていません。これからは、両者を対象とした講座やセミナーにすべきです。つまり見守り講座では、見守る側と見守られる側が一堂に会して、それぞれのあり方を共に考え、学んでもらうのです。

ヘルパー研修があるなら、ヘルパーの介護を受ける当事者や家族のための研修もあるはずです。施設に入所した人向けのセミナーとか、デイサービス利用者向けのセミナーも必要です。ただし、こういうセミナーを開く以上、その内容も「当事者参加型」の内容でなければならないのは言うまでもありません。

(3)ライフステージごとに当事者参加型福祉の教育

本書に盛り込まれてあるような新しい当事者参加型の福祉―担い手と受け手が協力し合って最適の福祉を作っていくという（特に当事者のあり方が重要）―を学校教育、社会教育の中で住民に指導していく必要があります。

児童生徒は学校教育の中で、勤労者は職場で、主婦や高齢者は社会教育の場で、あるいは住民組織の中で。老人クラブや婦人会、生協、JA、趣味グループ、健康づくりグループと、地域のさまざまな場で、それぞれ固有のテーマがあるでしょうから、そのテーマに特化した教育を組み立てるのです。例えば老人クラブなら、事実上当事者グループのようになっているので、福祉資源をふんだんに取り込むような組織作りを考える必要があります。

地域には「助けられ下手さん」もいますが、じつはその原因は本人というよりは家族にある場合が少なくないのです。本人の息子や娘が、助け手が入るのを拒むケースが多いということです。老々介護の場合は、夫が要介護の妻を困らせた場合が多くあります。当事者の家族をどのように教育の場に引き出すかが課題になります。

(4)当事者参加型福祉の推進員を圏域、組織ごとに配置

福祉課題の解決方法を、当事者である自分が考えるという、セルフケアマネジメント。これには支援者の存在が不可欠です。本人のライフプランの立案から、その具現策へのアドバイス、そして足りない部分を地域資源を使ってどのように補っていくか―本人のケアマネジャーと連携しながらこれを進めていく人材が新たに必要になるのです。

あるいは、地域の福祉関連組織や団体等がその組織作りや事業実施に際して、当事者も参加させているかをチェックし、アドバイスをしていく人材も必要です。その推進員を、ご近所や町内会、校区、市町村のいずれの圏域にも複数配置します。そしてご近所内や町内会、各種福祉ボランティアグループ、老人クラブやJAなどの各組織ごとに1人は配置しましょう。

「私も担い手になれる」と当事者が自覚できた時、もっと積極的に助けを求められるようになるでしょう。そこで必要なのは、当事者に担い手になれる機会を提供することです。ボランティアセンターは当然のことながら、老人ホームなどでも、入所者が担い手になれる機会をつくっていくべきです。

ご近所では、助け合い、つまり双方向が基本になっています。だから小地域福祉を推進する人たちは、要援護者も担い手になれる機会を提供して、双方向の構図になれるように努める必要があります。

ます。

(5)当事者グループづくりを支援

当事者グループ作りの支援も必要です。県段階だけでなく、各市町村でも当事者グループを作りたいという人に、その関連の情報を提供するセンターを設置すべきです。今はいくつかのNPOが専門に、セルフヘルプ情報センターを設けていますが、互いに情報を交換し合って、どこでも平等にこの種の情報が得られるようにしなければなりません。

例えば学校では児童生徒やPTA関連のグループ情報、医療機関ではその関連のグループ情報が得られるようにして、それらがネットワーク化するという手もあります。

(6)小地域での当事者参加の推進策

まずご近所では、当事者同士がペアで助け合う光景がよく見られます。その次に当事者も含めた向こう三軒両隣での助け合いが行われています。ここでは世話焼きさんがリードしていきませんが、当事者が世話焼きさんの場合は、その当事者が助け合いをリードすることになります。

ご近所では当事者同士の助け合いもしやすいので、いろいろな種類の当事者グループが、ごく小規模ながら、未分化な状態で生まれているはずです。

本格的なご近所福祉推進チームが生まれた場合は、そこに当事者グループも加わることができます。そして当事者の願っていること（ニーズ）をチームに提起していくでしょう。提起だけでなく、実際に一人暮らし高齢者等への訪問活動にも、同じ当事者仲間として加わることもすべきです。

引きこもりの人や、迷惑かけ屋さん（騒音、暴言、ゴミ屋敷など）への関わりにおいても、推進チームと一緒に訪問し、同じ当事者という立場で開かせていく役割を果たせるはずです。

要介護者のいる家庭については、同じ介護家庭（または介護経験家庭）が主導しながら、特に支援が必要な家庭に絞って、関与していきます。一般には介護中の家庭にはなかなか踏み込むことができませんが、同じ介護者（または元介護者）なら可能かもしれません。これと同じ発想で、介入が難しい家庭については、同種の問題を持つ当事者が訪問していくことが求められます。

(7)自治区・校区・市町村での当事者参加推進策

自治区圏域でも同じような活動があり得ます。町内会やその福祉部門に当事者も個人として、またはグループとして参加していくことが望まれます。自治区では当事者グループは、より明確な形をとっているでしょうから、組織として福祉委員会に参画していくことになります。

町内会の圏域では、特定の個人への関わりはご近所に任せることでしょうから、ここでは一般的な問題としてテーマを設定して、啓発活動のような活動が主体になるかもしれません。

認知症を隠すとか、引きこもりのケースが多いとか、老々世帯等の男性の地域デビューが必要といった課題が出てきますから、これらに対しては、それぞれの当事者が問題の実態や原因などの情報を提供しながら、啓発活動の先頭に立っていくことができます。当事者だから解決できるとは限りませんが、当事者の方が有利ということはあるので、問題の早期解決に協力すべきです。これができれば、地域の福祉は急速に前進するでしょう。

市町村や校区圏域では、地域団体のリーダーが集まって、事業を企画運営したり、大規模なイベントを実施することになります。その場合に当事者としてできるのは、イベントのテーマを提案することでしょう。この圏域で集まる人たちは、広い範囲から集まっているため、地域にどんな問題があるかを知らないのです。それぞれの当事者がその事情を積極的に伝え、イベント企画につなげていくことが求められています。

特に啓発イベントでは、積極的に参加して、問題のありかを住民に理解してもらうようにしましょう。

(8)ヘルパー・ケアマネジャーと当事者の連携

ヘルパーを受け入れている家庭では、枠外のニーズが生じて、外部にオープンにせず、解決をあきらめてしまうことが普通ですが、そうではなく、個人的にでも、枠外のニーズを周囲にアピールして、解決法を模索していくべきです。ヘルパーを受け入れている家庭がグループを作り、共通な課題を一緒に解決していけるようにしましょう。それをご近所福祉推進チームや町内会の福祉部に相談して、一緒に解決していくのも1つ方法です。

ケアマネを受け入れている家庭では、本人と家族、それにご近所さんにも参加してもらって、本人のライフプランを作り、それをどのように充足させていくかを、支え合いマップづくりもしながら、考えていくことが望まれます。まずその気のある家庭が連帯して実行し、徐々に市全域に広がっていったらどうでしょう。

(9)デイサービスセンターと当事者の協働

デイサービスを利用している家庭と本人が協議しながら、よりよきデイサービスのあり方を考えていくといいでしょう。デイサービスを利用したくないという当事者については、無理強いせずに、本人はどういうことを望んでいるのかをよく読んで、本人の納得できるあり方を皆で工夫して

いくべきです。

また、デイを利用しない日は特に何もしないという人も少なくないので、そういう日の有意義な過ごし方も、家族とご近所さんと協議していくといいでしょう。デイを利用するようになると、地域のサロンなどに参加させてもらえない場合が多いので、要援護者も受け入れてもらえるよう、みんなまでアピールしていく必要があります。

(10)入所施設と当事者の連携

施設に入所した家庭については、ご近所ごとにグループを作り、本人の要望を聴取しながら、それぞれの願いを聞き届ける方法を考えましょう。里帰りをしたいというのなら、ご近所福祉推進チームとも話し合いながら、当事者家庭のグループやご近所さんなどの協力を求めながら、実現させていきましょう。里帰りだけでなく、地元のサロンや趣味グループなどにも参加したいという要望も出てくるはずですから、これらにも前向きに対応しましょう。家族が里帰りを受け入れないという場合もあるので、他の家庭がリードして、本人の願いが叶えられる方法を考える必要があります。

今までこういうことがなかなか実現しなかったのは、本人は望んでいても、周囲が本気で検討してこなかったからでした。そこで、こういう願いに理解のある当事者や家族が、周りを引っ張っていく必要があるのです。

里帰り以前に、施設生活がどのようなものなのかを当事者グループ（施設入所者の家族の会）が施設を訪問して、よく調べ、本人が満足するような施設生活になるように、課題を出し、施設と話し合いながら、それを一つ一つ解決していくことが望めます。ご近所の人たちは、施設に入所したらそれでおしまいと考えているので、家族が本気で動かないと実現しません。

11.ふれあいサロンと当事者の連携

サロンが広がっているにもかかわらず、そこに要援護者を仲間入りさせるサロンはあまりありません。そこで要援護者の家族で、これに理解を示す人たちが先頭に立って、入会を求めていく必要があります。必要なら、福祉関係者の協力も得るといいでしょう。場合によっては、送迎の必要が出てきます。家族に理解のある者がいない場合は、逆にご近所福祉推進チームなどが家族やサロン運営者を説得していく必要も出てきます。

<第4章>

当事者が身を守る法

当事者がまず努力すべきことは、自分の命や安全の確保を他人任せにせず、自分の身を守る努力をすることでしょう。ここでは見守られ上手に絞って簡単に解説しましょう。

1.見守られ上手の7原則

最近は見守り活動が盛んですが、それでも孤独死はなくなりません。そこで、見守られる側からの「知恵」を集約してみました。以下は、高知県中央西福祉保健所が孤独死の事例と孤独死を未然に防げた事例を基にまとめたものと、愛知県安城市城南町内会で一人暮らし高齢者に集まっていたいただき、見守られ上手の知恵を出し合った成果をもとに、本研究所でまとめたものです。

(1)毎日外に出て、人と出会う機会をたくさん作ろう。

- ①家に閉じこもらずに外へ出かけよう。
- 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。

(2)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。
- ②同じ道を歩いて異変が分かりやすいようにしよう。
- ③毎日決まった人と声をかけ合おう。

(3)人を家に招こう。

- ①わが家に入る機会のある人をたくさんつくろう。
- 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。
- ④家の中や庭からでも、歌や声で、存在をアピールしよう。

(4)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。
- ③日頃の生活リズムを知ってもらおう（通院の日、夜は何時に寝るかなど）。
- ④外出してもカギがかかっていない秘密の場所を隣人に教えておこう。

(5)病気や体調の変化も周りの人に伝えよう。

- ①体調の悪い時は早めに受診し、ご近所にも伝えよう。
- ②自分の持病は周りの人に伝えておこう。

(6)常に倒れた時のことを意識して行動しよう。

- ①緊急時の連絡先は、人に分かるようにしておこう。
- ②住所、電話番号、連絡先等のメモを持ち歩こう。
- ③就寝時には電話を枕元に置こう。
- ④保険証をわかるように置いておこう。
- ⑤信頼のおける人に鍵の場所を知らせておこう。
- ⑥チェーンロックはかけない方向で検討しよう。

(7)見守ってくれる人との関係を大事にしよう。

- ①元気なときから隣家とのつきあいを大事にしよう。
- ②ちょっとおかしいと思ったら、遠慮なく連絡しよう。
- ③見守ってくれる人への連絡を決めた通りにしよう。

<第5章>

当事者参加型福祉の利点

本書で提起した当事者参加型福祉—担い手と受け手が平等な立場で協力し合っ
てつくる福祉—が実現すれば、どれほど素晴らしい効果をもたらすことか！

たしかにハードルは高いですが、担い手と受け手、特に前者の意識が変われば、
不可能ではないはずです。

1. 当事者参加への根強い抵抗

(1) 形だけの「ボランティア」も許さない事業者の堅さ

先ほど、こういう事例を紹介しました。元教師の女性が認知症になり、家族がデイサービスを利用するよう促した。ところが本人はデイサービスの利用者という立場に抵抗があり、「私はボランティアです」と言い続ける。そこで地域包括支援センターが、「利用料は払いますから、とにかくボランティアをしているという形にしてほしい」と、地域中のデイサービスセンターに依頼して回ったのだが、どこもこれを拒否したという話です。「利用料は払う」というのですから、いいじゃないかと言いたいところですが、事業者の頭の固さは相当なものです。結局、NPOがこれを引き受けることになりました。女性に「ボランティア活動手帖」も渡し、ボランティア扱いをしたのです。

(2) 「入所者を担い手に」でなく「役割を与える」という言い方

私がいつも「面白いな」と思うのは、関係者の表現の仕方です。私が例えば、「施設入所者にも担い手になれる機会を」と言うと、一応は肯定したように見えますが、そのとき関係者はこういう言い方をします。「要するに、『役割を与える』ということですね」。

担い手と受け手という構図は崩せない。だからこの構図のままで、「相手に役割を与える」という言い方をするということです。あくまで、対象者は対象者の位置に置かれるのです。

(3) 「当事者主体」ではなく「参加」にした訳

本書は、主として当事者に呼びかける内容になっています。ただ受け身に回るのではなく、積極的に福祉づくりに参加すべきだと。そこで「当事者参加型」という表現を使いました。

しかし、一見「参加」を呼び掛けていても、実質的には当事者が主役になると考えてもいいのです。福祉というのは、そもそも当事者のために存在するものでしょう。その当事者が本気で福祉の営みに参加してくれば、自然、「当事者主役」の色合いは強くならざるを得ないのです。

当事者が、特に主役としての意識を持ちにくいのは、公的サービスの現場です。ここでは「サービス」という形態が厳然と存在していて、そこに「当事者参加」が入る余地がないのです。そこで本書ではどう提案したか。「福祉は当事者のものなのだから、やはり当事者自らが、自分の人生を考えながら、自分に合った福祉を作っていくべきである」と述べているのです。

ところがこの「当事者主体」という考え方に対しては、実は、関係者の根強い反発があるのです。ある公的な福祉関係の会合に参加していた時、休憩時間に突然、国の高官がみんなに聞こえるように言いました。「俺は当事者主体って、嫌いだ」。すかさず、そこに居合わせた高名な福祉系大学の教授が「私もキライ！」と続きました。残念ながら、こういう現実も存在するのです。

そこで、関係者も含めてより推進がしやすいよう、本書はできる限り「当事者主体」ではなく、「当事者参加」という表現を使っています。むろん「参加」であることは間違いなく、当事者の「参加」が実現すれば、結局は「主役」になっていくはずだからです。

2.当事者参加型福祉の利点

以下に、当事者参加型福祉の利点を並べてみましょう。

(1)ニーズが見える！

福祉関係者が抱える問題の一つが、「ニーズが見えない」ということでしょう。圏域で言えば、市町村域や校区の人だけでなく、町内会の人でさえ、活動の悩みを聞かれると「ニーズが分からない」と言います。ところが当事者参加型になると、当事者たちがまず自分の悩みを出すことから始まるのですから、関係者の最大の悩みが消えることになります。

(2)ミスマッチが起きない

関係者が悩むもう一つのポイントは、ミスマッチでしょう。相手が何を求めているのかが分からない。だからどういう人材を差し向けたらいいのかもわからない。そこで生じるのがミスマッチです。相手が求めていることにピッタリとマッチするのは誰なのか。本書の4ページで紹介したように、車椅子の夫を介護中の女性が、周りの人をお願いしています。「あなたは夫を病院まで運んでください」「あなたは車いすを押して」などと。頼まれた相手に聞いたら、「これならやりやすい」と言っていました。自分たちはその夫婦が何に困っているのかが分からない。だから、当事者から具体的に「これをしてほしい」と言われれば、こんなにやりやすい話はないというのです。

当事者参加が本格的に広がっていけば、当事者が「このようにしてほしい」ときちんと要求するでしょうし、それができなくても、他の当事者たちが上手な関わり方を教えてくれるでしょうから、そういう意味でも、ミスマッチは起きにくくなるはずです。

(3)「プライバシー」の心配がなくなる

個人情報保護法制定以来、関係者も住民も、要援護者への関わりを遠慮しがちになりました。積極的に関わって、その結果プライバシーの侵害などと言われれば困るからです。それならあまり関わらない方が安心だと考えられるようになりました。

しかし、当事者の側から積極的に助けを得ていくようになれば、当事者本人が必要な情報をオープンにするようになります。これで、関わりの最大の障害物がなくなります。マップ作りをしていますが、本気で助けてもらいたいと思っている人は、自宅のドアを一日中開け放しにしたり、「どこどこへ行ってきます」などと玄関にメモをして出かけたりしている人がいます。町内会の役員など

からは「不用心だ」と言われるようですが、それだけオープンで人の目がある家は、それが逆に防犯にもなり得るのです。

(4)引きこもりの人が少なくなる

民生委員や見守りボランティアにとっての大きな悩みと言えば、引きこもりの人ですが、彼等がそのような訪問を拒否する理由の一つとして、自分の意思に関係なく、一方的に「福祉の対象者」として訪問されたりすることへの抵抗感があります。しかし自分の福祉を自分で考え、決めることができるようになれば、主体者としての自覚も芽生え、引きこもる人も今より少なくなるはずです。

また、当事者が福祉に参加し、自分で選択するようになるということは、同時に、責任も生じます。たとえば孤独死が起きた場合、今は「民生委員は何をしていたか」などと、福祉の担い手である関係者が非難されますが、今後、当事者が福祉の主体者になるほど、責任もまた当事者にあることが認識されるようになります。孤独死だけでなく、サービス中の事故などが起きた場合も、当事者の意思によってそのサービスが行われていることが明確になるため、当事者責任が原則になっていくでしょうから、移送ボランティア等に協力する担い手の負担感を減らすことができます。

(5)セルフヘルプによって問題が解決されていく

当事者が積極的になればなるほど、ただ担い手に要求するのではなく、まずは自分たちで問題を解決しようとするはずで、今でも当事者グループの広がりはずさまじく、それを支援することでこの流れを加速させることができれば、かなりの問題が当事者によって解決されていくでしょう。それだけ社会は手間が省け、またその方がいいとも言えます。同じ当事者目線で関わり合うので、ミスマッチは起きないし、当事者にとって「かゆいところに手の届くような」サービスができるはずですから。

(6)安否確認だけでなく豊かな生活支援も実現

今は見守り活動が盛んです。むろん見守りもいいのですが、当事者はもっとレベルの高い要求を持っています。厚労省もこう言っています。福祉の本来の目的は、どんなに重い要援護状態になっても、住み慣れた地域で自分らしく生きられるように支援することだと。その人の自己実現を応援しなさいと言うのです。「これが私の人生なのだ」という、その人の生きがいの元になっているものを完成させてあげましょう、と。長い間農業をやっていた人が寝たきりになった。それでも本人が「私を畑へ連れて行ってくれ」と言えば、それを実現しようというのです。

死後2週間で発見されたある女性の家を見たら、壁と云う壁に自分で描いた油絵がかかっています。その人は油絵を生きがいにしていたのでしょう。ならば生前、サロンなどに誘い出すよりも、作品の展示会を開いてあげたら喜んだでしょう。

当事者が福祉に参加してくれば、そういうハイレベルの要求も出てくるし、その実現を当事者同士で目指していくはずなので、関係者はそれを支援する役割を担えばいいのです。絵画の展示会なら、地元の芸術関係の専門家の協力も得る。それによって、今までにない高いレベルの福祉が実現する可能性が高くなります。

要するに、当事者が本当に望んでいる福祉が実現するということです。今までは当事者の声はあまり聞こえてこなかったのですが、担い手が考える福祉が行われてきましたが、当事者が本気で参加をしていけば、自分たちが望む福祉が実現できるのだということです。