要援護者のための人助けのチャンス探し－１２のヒント

住民流福祉総合研究所

木原孝久

効率を求める文明が生んだ「助ける専門の人」と「助けられる専門の人」

★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。福祉の担い手になる人は助ける一方で、受け手である当事者は助けられる一方になっていればいい？

★私たちは本来、助けと助けられをバランスよく実践することで、安定した精神生活ができる。その意味で「分別」行為は、人間に一挙に２種類の「不幸」を生み出した。

助けられる側の人には人助けの機会を優先的に

★特に問題なのは、助けられる一方の立場に置かれる人で、この人の救済が先決だ。

★他の人から日々、支援を受けざるを得ない立場の人々には、優先的に人助けの機会が与えられなければならない。これが現代の福祉の最重要課題というべきだ。

「人助け」のチャンス探し
12のヒント

以下が本書の目次になるが、これがそのまま、「人助け」の機会を広げる１２の発想でもある。

＜１＞心の貸借対照表で助け・助けられの均衡状況を測る／５

＜２＞人助けが当人を治療する／２０

＜３＞担い手と受け手の両刀持ちであること／２６

＜４＞問題を抱えたら、地域活動をしよう。自分の問題は地域が考えてくれる／３１

＜５＞「助けられ」は活動推進。活動推進も福祉活動だ／３６

＜６＞受け手の腕次第で担い手との関係が逆転する／４６

＜７＞活動に新分野・「られる」。これで当事者も活動家／５０

＜８＞地域福祉活動で当事者と住民はハッピーに合流／５６

＜９＞現役療法ー要援護でも現役続行を支援／６６

<10>福祉サービスを業者と利用者の共同事業に／７６

<11>市民活動レベルで担い手と対象者は合体／８２

＜１2＞要援護者の人助けを妨げる「ボランティア」／８６

＜第1章＞

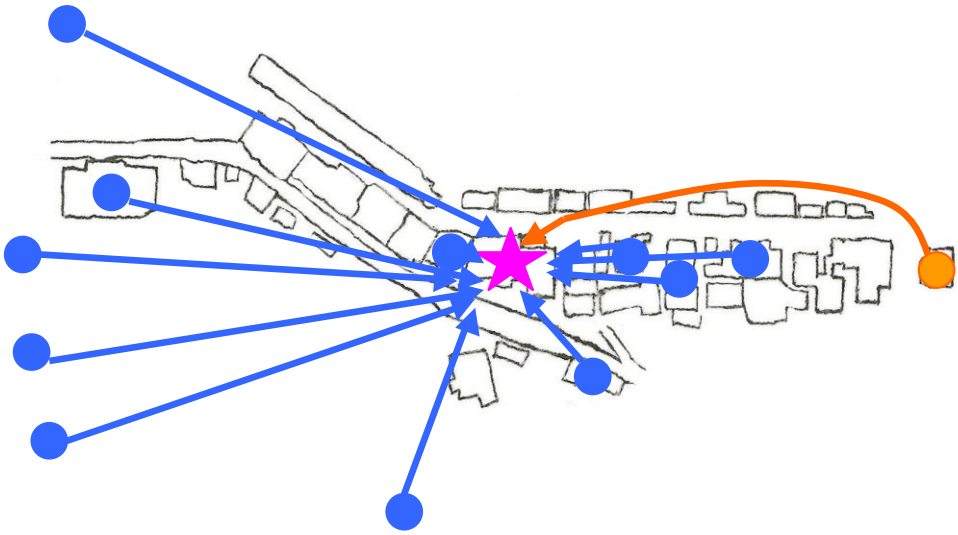
心の貸借対照表で助け・助けられの均衡状況を測る

1.彼女はなぜ、やさしくしてくれる人たちの悪口を言うのか？

認知症で一人暮らしの女性（マップの★印）がご近所さんとどのようにふれあっているかを調べてみたら、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人の悪口を言っているという。

⑴自分を利用している女性を、逆にかばっていた

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（●印）。その人は何をしに来ているのか。認知症である彼女をレストランや洋服店に連れ出して高価な買い物をし、支払いを彼女にさせているという。１１名が彼女のために持ってきた物も自宅へ持ち帰っていた。要するに、彼女を利用しているのだ。

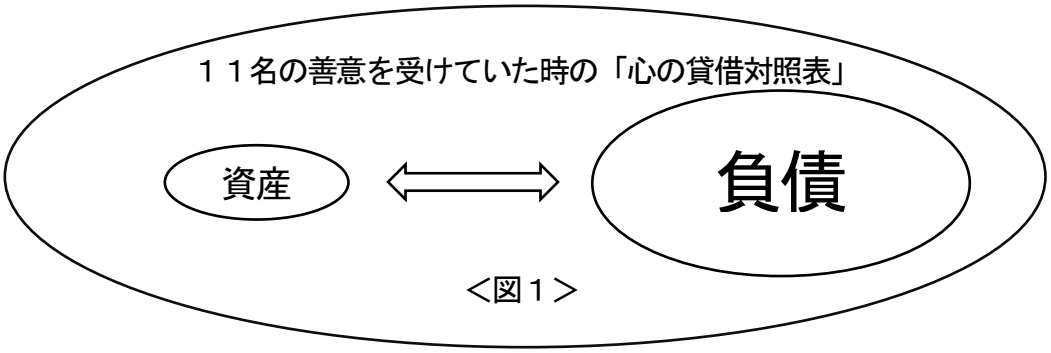


⑵心の貸借対照表のバランスが崩れたら困る

ところが彼女は、この女性を責めず、逆にかばっていた。「あの人は可哀想な人でね。私が面倒見てあげているの」とみんなに言っているらしい。これはどういうことなのか。

人間はだれでも、心の中に「貸借対照表」を持っていて、貸し借りのバランスが崩

れるとプライドの危機に陥る。１１名もの人に助けられていれば、彼女の「負債」は膨大で、バランスが大きく崩れ、それが悪口という行動になった。ところが、彼女を利用する女性のおかげで少しバランスを取り戻すことができるのだ。



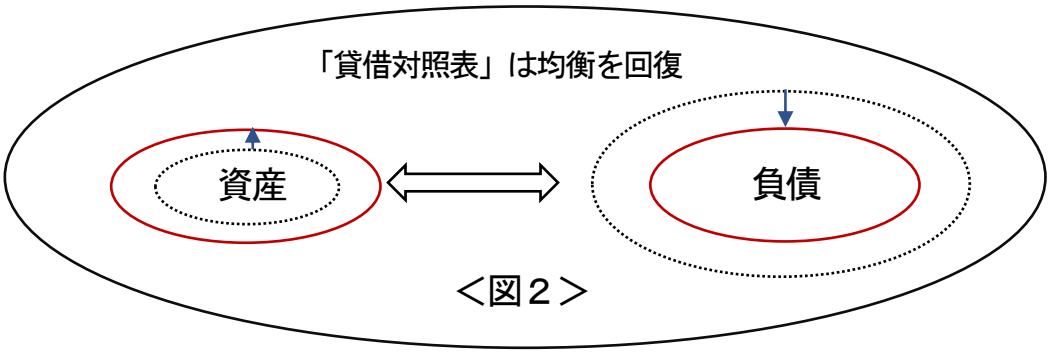
＜図１＞

⑶「この子の面倒をお願い」と利用者に手渡したら…

しかし、こういうのを「めでたし」とは言い難い。不自然である。では、こういう解決法はどうか。新聞の投書にあったものだが、デイサービスで働いている女性が、ある時、利用者の愚痴が聞こえてしまった。「毎日毎日、『すまんな』と言うのに、疲れた」と。

これはまずいと感じた女性が、翌日、自分の子ども（赤ちゃん）を職場に連れてきて、「この子の面倒をお願いします」と利用者に手渡したら、喜んで世話をしてくれた。職場の許可を得て、翌日以降も連れてくることにした。これで、めでたしめでたしである。

黒い点線が「もうくたびれた」と嘆いたときの対照表で、赤い実線が均衡を回復した時のものだ。



＜図２＞

⑷すべての福祉現場で「あなたの貸借対照表は？」と

この事例でわかる通り、要援護者は、ちょっと油断をするとすぐに「負債」が膨らんでしまう。それに比べて「資産」はなかなか増えない。しょうがないと言えばそうなのだが、何とかならないか。戦術はとにかく、機会があれば、できるだけこの資産を増やす努力をすることだ。

だから福祉関係者は、先ほどのデイサービスの職員の取った行動に倣って、全ての利用者について貸借対照表がどうなっているか考え、資産があまりに痩せている時には、資産を増やせる機会を作り出すことを、業務の一環とすべきである。

事業所としても、利用者の資産を増やすための具体的な方策について、本格的に検討する必要がある。専任の職員を確保するぐらいの姿勢でいい。本人にとってはそれだけ重要なことなのだ。

2.重度の人ほど人に尽くそう

⑴認知症の人がサロン。その心意気に住民は応える

一般常識を超えて、要援護の人が勇気を奮って人のために何か活動をしようとすれば、住民はこれに応えるものだ。要介護の人ほど、それが重い人ほど、まずもって人のため社会のために尽くせば、周りはそれに応える。

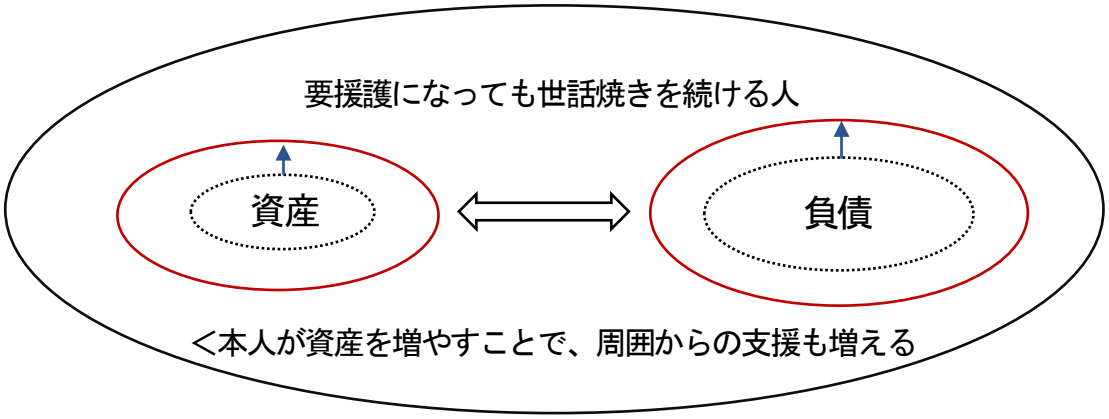
認知症の一人暮らしの女性が、自宅でサロンを開いた。そこに集まってきた人に、その理由を尋ねたら「彼女を見守りがてら」と言っていた。そんなことは当たり前だと言わんばかりの表現だった。一人暮らし高齢者が自宅でサロンを開いているケースをいくつも見てきたが、参加者に参加の理由を尋ねると、いつも同じ答えが返ってくるのだ。

⑵彼女を助けに来ている人たちの世話も焼いていた

福井市で見つけた事例では、認知症で一人暮らしの高齢女性に対し、周りの多くの人が支援に来ていて、それは尋常な数ではなかった。一体この人はどういう人なのか。聞くと、昔からの世話焼きで、これまでお世話になった人が彼女を助けに来ているという。

彼女は今も、自分を助けに来ている人たちの世話も焼いていた。たくさんのシニア男性が来ているが、彼女に世話を焼かれに来ているとも言える状況であった。

認知症になっても、そのためにたくさんの人が支援に来ていても、それに負けないぐらい、世話焼き活動を続けているのだ。考えてみれば当たり前のことだが、世話焼きさんは要援護になっても世話焼きを続けている。そういう事例はたくさんある。



⑶資産も増えるが負債も増える。いい意味での均衡状態だ

ではこの場合、貸借対照表はどうなっているか。本人が世話を焼いて資産を増やすが、世話を焼いてもらった周りの人がこの人を支援するから、負債も増える。双方が増えながら均衡を守っている。いい意味での均衡だ。

本人が要介護では大したことはできないのではないかと思われるだろうが、とにかく本人は自分の状態も顧みず、人の世話を焼こうとしている。元気な頃と同じではなくても、やればそれなりにできるものであり、助けられる一方でいるよりも、人のために何かをやろうとすることで、人は元気が出る。だから、要介護の人ほど人に尽くしましょうというのは、理屈にかなっているのだ。

要援護だから、思いきって助けられ上手になりましょうという作戦もあるのだが、その反対の、必死に人に尽くそうとしている要介護者を見ていると、こちらの作戦の方が説得力があるような気もしてくるのである。

⑷百歳の寝たきり高齢者の笑顔を見たくてボランティア訪問

私の知人である７０歳代のシニア男性が、ウキウキした様子で私に近づいてきた。どうしたのかと聞いたら、「これから私の恋人に会いに行くのだ」と言う。といっても彼の訪問先は老人ホームで、そこに入所している寝たきりの女性、しかも百歳の彼女に会いに行くというのである。それがなぜ「恋人」なのか。彼女の笑顔が素晴らしく、その顔を見たくて毎月通っている。しかも恋敵が何人かいるのだと。

「活動」は、なにも体を動かしてすることだとは限らない。この「笑顔で人を元気に

する」ことだって、立派な活動だ。しかもこれなら、寝たきりであってもできる。このように、寝たきりであろうと何であろうと、自分の持っている「武器」（得意なことなど）を最大限に生かして、人に尽くそうと頑張る人を、ときどき見かける。

⑸職場ぐるみで、「要介護者によるボランティア」探しを

この発想を広げるためにも、要介護者のいる福祉現場では、今紹介したような要介護者によるボランティア活動の発掘に努め、その事例を集めていったらどうか。それには、特別な視点が必要だ。常識的な発想ではみつからないし、本人の視点で、一見すると些細な行為も活動として評価できる目が必要だ。

見つけ方のコツの１つは、まずはもともと世話焼きさんだった人を探してみることだ。今でも、何らかの活動をしているはずである。また、日頃、サービスを受けていることに恐縮している人も、何らかの活動をしようとしている。

また、本人の所に他の人が寄り集まっている場合。石川県七尾市では、一人暮らしで、ほぼ一日ベッド生活をしている女性の所に、毎日数名の人が寄り集まっていた（右の写真。主役は右端のベッドに座っている人）。

⑹要介護の人にふれあいサロンの開催を働きかけ

川崎市で活躍する『すずの会」の鈴木恵子さんは、このテーマをそのまま実践した。老老世帯だが、ご主人は８０歳で、がんが見つかった。奥さんのＡ子さんは要介護３。ご主人の体調変化でケアマネジャーは、奥さんだけでも施設に入れましょうと進言したのだが、夫婦はこれを

拒否。そこでお鉢が鈴木さんに回ってきた（写真右下こちら向き）。

そこで鈴木さんは、どうしたか。A子さん（写真左から３番目）に、自宅を開いてサロンを開くことを提案したのである。主催は奥さんで、ご近所に住むすずの会のメンバーが参加するが、さらに鈴木さんは、近所で一人暮らしのＴ子さんもサロンに誘うよう進言した。鬱に悩むＴ子さんには「A子さんのサロンを手伝ってね」とお願いし、A子さんには、「Ｔ子さんの面倒を見てね」とお願いした。

それから数か月後、A子さんの主治医がA子さんがとても元気になっていることに驚き、「いったい、彼女に何をしたんだ？」と尋ねてきた。鈴木さんは何と答えたか。「なに、ちょっとした処方をね」。

ちなみにＴ子さんもまた、A子さん宅の家事まで手伝うほど元気になったということである。

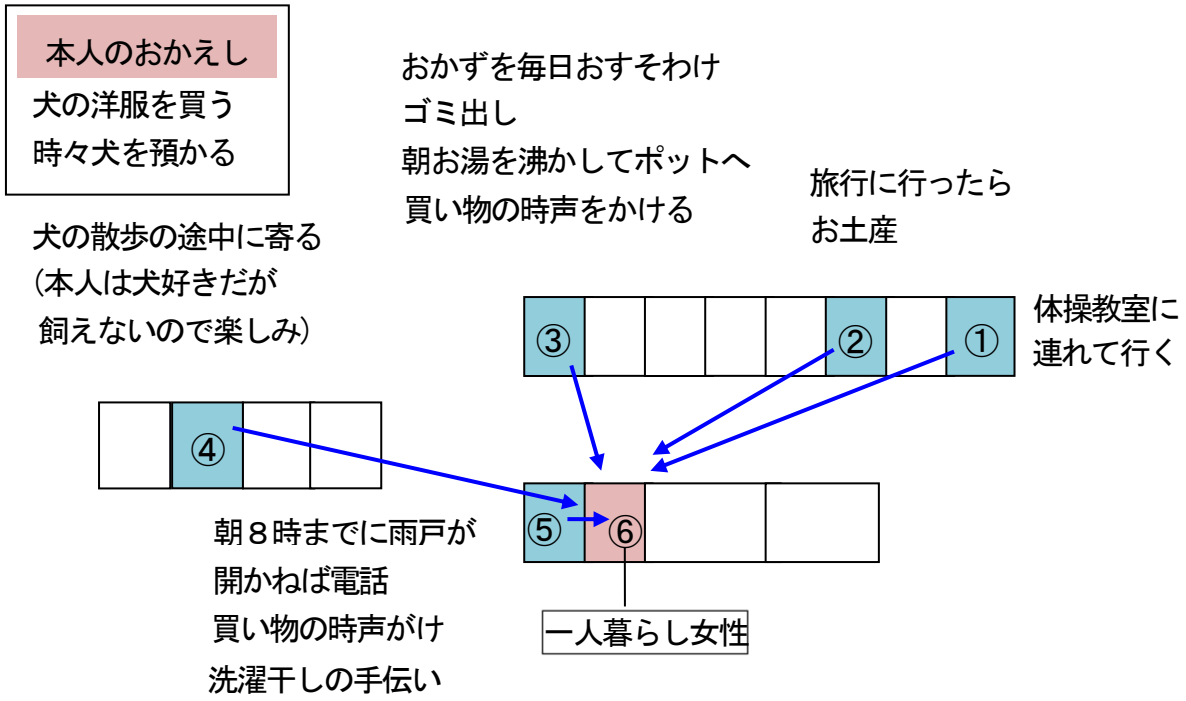
3.人に尽くす当事者を、周りは放っておかない

⑴地域に尽くした人に、「これからは私たちがやってあげる番」

ある地区で住民の集会が開かれた。居合わせた私に、リーダーの女性がこう言った。「あそこに超高齢の男性がいるでしょ。あの人が要介護になったら、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。

⑵亡き夫が地域に尽くしたから、その恩返し

下のマップを見ていただきたい。一人暮らしの高齢女性に対し、ご近所の人たちが、細々と日常生活の面倒を見ている。福祉関係者が本人にわけを尋ねたら、亡くなった夫が地域に貢献したので、その恩返しをご近所さんがしてくれているというのだ。（本人も「ときどき犬を預かる」などのお返しをしている）



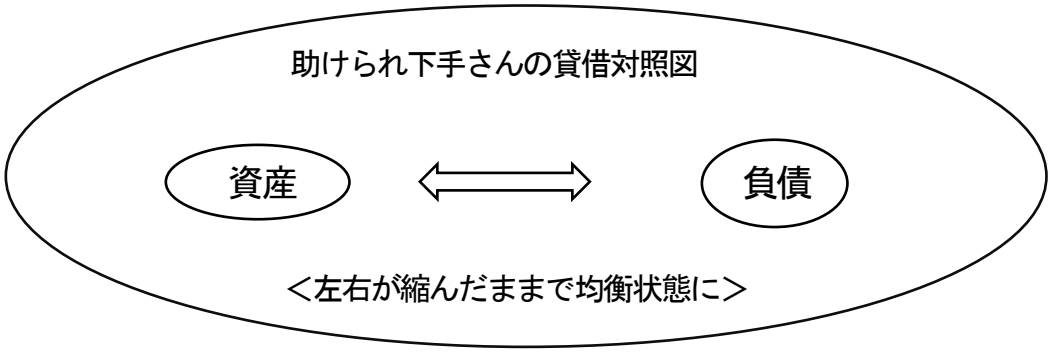
こういうケースを見ていて、１つ思い当たるのは、これはやっぱり恩返しと同じパターンなのではないかということだ。借金をしたら、返すまでは落ち着かない。同様に善意を受けたら、それも善意で返さねば落ち着かない。この心情は日本文化に深く根付いているのではないか。

要介護なのに人の世話を焼こうしたりする場合、周りの人はこの頑張る高齢者に、「アンタね、要介護なんだから、そんなことする必要はないんだよ」と言ってやめさせようとはしていない。福井の事例などは、シニア男性たちは、世話を焼かれに彼女の家を訪れていた。要介護でも、いやそれだからこそ、人のために尽くすんだという心意気に共感しているのだ。

4.助けられ下手さんは、予期せぬ恩義がきっかけで脱出へ

⑴初めは双方とも縮んだまま

ところで助けられ下手さんの場合、貸借対照表はどうなっているのか。



ご覧のように、負債はもちろん縮んでいるが、おそらく資産も縮んだままなのではないか。つまり両者が縮んだ状態で均衡を保っているのだ。本人はもちろん負債を増やすことは嫌だろうし、自分が人助けをしようという気もない。これではどうしようもない。

⑵たまたま誰かに助けられたとき

このような場合、こんな作戦が考えられる。本人はそうと意図しないのに、偶然、人に助けてもらってしまった。そうしたら、どうするか。

こんな記事があった。電車で、１人の女性が気分が悪くなり、戻して床を汚してしまった。すると、乗り合わせた男子高校生が自分のシャツを脱いで、それで床をきれいにし始めたのである。そして別の乗客が差し出したハンカチを女性に手渡した。

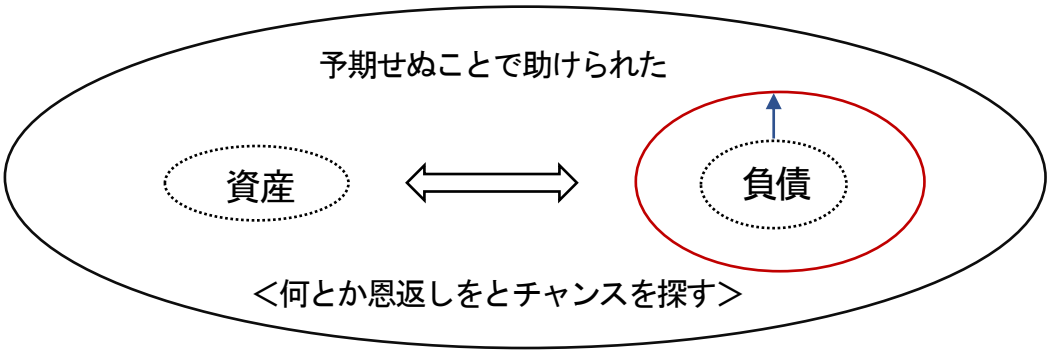
⑶恩返しの意欲はなかなか衰えない

高校生の見事な機転で、電車はわずかな遅延で目的の駅に到着した。あとで記者から、こうした行動を取った理由を尋ねられた彼は、こう答えたのである。

小さい頃、道で転んでケガをした。その時、通りかかった見知らぬおじさんが、「これで拭きなさい」とハンカチを差し出してくれた。このことが忘れられず、今後そのような機会が訪れたら、自分も絶対に見て見ぬ振りをせずに行動しようと心に決めていたのだと。

感心させられるのは、そういう体験があって、かなり長い時間が経過したのに、「恩返し」の意欲は全く衰えていなかったということである。

私は全国で「助けられ上手講座」を開き、そこで参加者に自分の助けられ体験を書いてもらうが、今の事例と同じパターンがよく出てくる。例えば、突然の積雪で車が側溝にはまってしまったとき、数人がかりで引き揚げてもらえたとか。最後に、本人は必ずこう書いている。「困っている人を見かけたら、自分も必ず助けたい」と。



ところでこのような体験をしたとき、助けられ下手さんの貸借対照表はどうなるのか。ご覧のように、突然、負債が膨らんだことに戸惑うことになる。すぐに借りを返したいが、簡単にはその機会はやってこない。というわけで、この人は資産を増やすべく、恩返しの機会を待ち続ける。

⑷日本人の善意は借金返済型

日本人の善意というのは、いわゆるボランティアとは異なるようだ。積極的に誰かを助けようとするとお節介と言われるので、とにかく貸借対照表が均衡を保つのが第一の課題である。そして突然、負債が膨大に膨れ上がるような出来事が起こると、恩返しという動機付けで、返済の機会を探す。借金の返済こそが、一般的に、日本人の善意の最も正統的な動機なのではないか。

すでにふれたように、自分が借金をした時だけでなく、身近な人が善意を受けた時にも、恩返しをしようと行動するのだから。

恩返しとして何かできた時、左の資産が若干膨らんでくる。するとそれに誘われるように、若干の負債は受け入れようという寛容の精神が生まれる。こうなると、助けられ下手さんから脱出できる可能性が出てくるのではないか。

5.助け下手さんも助けられ上手さんに出会って変身することも

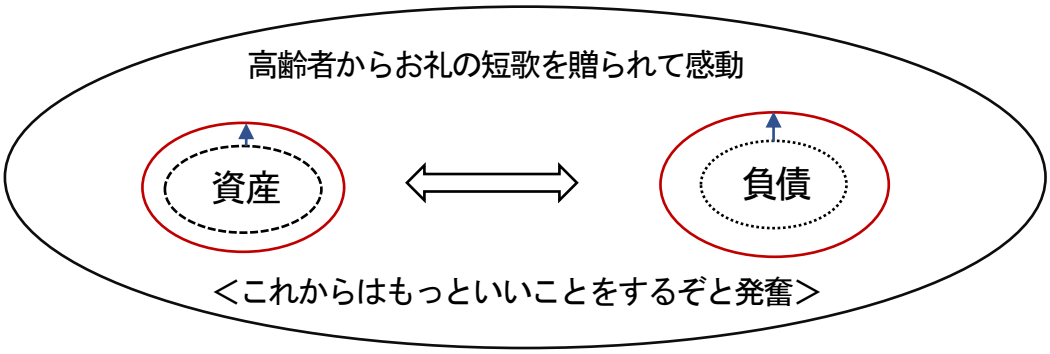
⑴席を譲られた高齢者がお礼にと短歌をプレゼント

助けられ下手といっても、助けを求めるのが苦手な日本人としては普通程度の下手さんが、どうやったら普通以上の上手さんになれるのか。ヒントがある。

第６章でも紹介する事例で、新聞の投書にあった話だが、ある女子高校生が電車に乗っていて、高齢者に席を譲ったら、降りる時にその男性から短歌を手渡された。

「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」

彼は、席を譲られてから電車を降りるまでのわずかな時間、頭の中で苦吟していたのだろう。そのおかげで、高校生も母親も一日中、心がホカホカしていたと感謝していた。



⑵まず資産が膨らみ、すぐに負債も膨らんだ。その後…

高校生の貸借対照表はどう変わったか。初めはご覧のように左右どちらも、ごく普通の日本人らしく、縮まっていたが、電車で席を譲ってあげたので、資産は少し膨らんだ。

しかしその後、予期せぬことが起きた。自分のちょっとした行為を、相手が短歌に詠んで贈ってくれたのだ。ちょっと席を譲っただけなのに、丹精した短歌を贈られ

た。

こうなると、どちらかといえば対照表の負債の方が、資産以上に膨らんだ。高校生の気分としてはそういうことではないか。

よし、これからはもっといいことをたくさんするぞと、発奮したに違いない。助けられ上手さんのおかげで、高校生は助け上手さんになっていくかもしれない。

＜第2章＞

人助けが
当人を治療する

ヘルパーセラピーの発想

1.認知症の人が「正常」に戻っているじゃないか！

⑴老人ホームの認知症利用者が在宅の認知症の人を訪問

ずいぶん前の話だが、大分県にある老人ホームが、施設の社会活動の一環として、施設スタッフによる在宅高齢者の訪問活動を行うことになった。対象は認知症の人なので、どうせなら施設に入所している認知症の人も連れて行ってみようと考えた。そうして選ばれたのが、施設でも最重度の女性だった。彼女は自分が施設にいることもわからなくなっていて、息子が来ても誰だかわからない状態だった。

いざ訪問してみると、認知症の人同士で気持ちが通じるし、同じ話の繰り返しになっても、会話はスムーズに続く。「いつも押し入れに入れられているけど、今日はあんたが来るから出してくれた」と在宅の人が言えば、「だけど、あんたはまだいい方だよ。私なんか施設に入れられちゃった」と施設の女性。これには職員がびっくり。「正常」に戻っているじゃないか！慰められた方の人は、「今日は気分がいい。また来ておくれよ」。

本人にこれほど劇的な治療効果があるのだから、これからも認知症の人を連れて行こうということになった。しかもその日、特に症状の重い人を選りすぐって、である。この活動は１０年ほど続いたが、訪問の対象者がこの施設のデイサービスに来るようになって中止となった。入所者への治療効果を狙いたければ、本人を担い手の側に据えることが最善だということがよくわかる事例である。

⑵池田小事件の遺族が仲間の訪問

特定の問題を抱えてきた人が、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－心構えとか技術を伝えたり、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いる。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。

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」をつくった。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。

⑶活動が相手を癒し、本人も癒していく

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いた。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た。「誰かの痛みを和らげることができる」とその時思ったことが、ＮＰＯ設立につながった。

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だ。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。「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。

⑷治療効果が出るというのがうさん臭い？

人に尽くすという行為が、その行為の主体に癒し効果をもたらす、というのは、アメリカではヘルパーセラピーと言って、広く使われているのだが、日本ではなぜか、そういう事例は少ない。

問題を抱えた人が他人のために尽くした結果、治療効果が出るというのは、どこかうさん臭いと思っているのではないか。しかし住民の間では、ごく普通に活用されている。本人たちは気がつかない間に実践され、成果が出ているということもある。

2.「私はボランティアだ」と言い張る認知症の利用者

⑴「ボランティア手帳」を持参する認知症の女性

空き家を利用して、ＮＰＯがデイサービスを開いているのを見学に行ったことがある。利用者はおそろいのトレーナーを着て、空き缶つぶしに興じていた。

それを１人の女性が見学している。ベレー帽に水色のワンピース。しっかり口紅もつけている。「この人は誰？」と所長に聞いたら「利用者の１人」と（本人は認知症）。随分扱いが違うじゃないかと言ったら、彼女はここに来る前は、特別養護老人ホームが経営するデイサービスに通っていたが、「私を利用者扱いする」と怒ってしまい、「もう私は行きません！」。

仕方なく地域包括支援センターで彼女を受け入れてくれる事業所を探したが、どこからも断られてしまった。「利用料は払うけど、彼女をボランティアとして扱ってほしい」という要求が気に入らなかったのだ。「そんなことならお安い御用」とこのＮＰＯが引き受けたという訳だ。

見ると彼女は「ボランティア活動手帳」を握りしめている。とにかく私はボランティアの立場なのだと自覚したがっているのだ。ところが今の事業所はそんな簡単なことさえ受け入れない。何が何でも利用者を「サービスを受ける」立場に据えておきたいのだ。

⑵「昔、理科の教師をしていたから、この子に理科を教える」

名古屋市内でデイサービスを経営しているＮＰＯのリーダーたちと懇談したことがある（全員が女性）。その中で彼女らが偶然、同じことをやっていることが判明した。スタッフの 1 人に知的障害の青年を雇用してみたら、利用者の間で取り合いになったと言う。「この子は私が育てる」「昔、理科の教師をしていたから、この子に理

科を教える」と。「いつもサービスを受けることに甘んじていた自分に、役割を果たせる対象がやって来た」というわけだ。１人がこの話を披露したら、「私の所でもそうだった」「うちでも…」と。「福祉は与えること」といったワンパターンの発想からは抜け出さないと、本当に対象者を救うことはできない。

⑶人の世話をした方が治療効果があると利用者は気づいている

「私はボランティアだ」と主張する認知症の女性。彼女は、人の世話になるよりも、世話をする方が治療効果があるということを、無意識ながら知っているのだろう。ならばそれをさせてあげればいいのに。

今の福祉現場は、とにかくサービスをしてあげれば相手は満足するだろうというこの一点にこだわっている。困ったものである。

⑷アルコール依存症の人が他の依存症の人に「酒をやめろ」

「治療」効果はどんなふうに現れるか。アメリカではこんな実験があった。アルコール依存症の人に、「他のアルコール依存症の人に酒をやめさせる」役割を与えた。「あんたね、酒はやめなくちゃだめよ」なんて言うわけだ。その結果はどうか。酒をやめる効果は、諭した側に現れた。

同様に、タバコがやめられない人に、他の人のタバコをやめさせる役割を与えたら、同じ効果が表れた。「自分の頭のハエも追えないくせに」という言い方があるが、これは間違いで、そういう人にこそ、人の頭のハエを負う役割を与えると、自分の頭のハエがいなくなるのだ。

人に尽くす、あるいは人を諭す、教育するという行為は、本人にとって極めて大きな「治療」効果をもたらすのである。特にこの効果が大きいのは、前述のように、常に他人の善意に身を委ねなければならない人たちではなかろうか。言い換えると、そういう一方的なサービスの対象に据えられている人は、そのことで心に大きな負担を感じており、それを何とかしたいと思っているから、何らかのボランティアの機会が与えられることによる「治療」効果が見込めるのだ。

⑸「（認知症でも）まだ役立つ存在だと感じさせてほしい」

オーストラリアの首相・内閣省の第一次官補を務め、とてつもなくＩＱの高いことで評判だったクリスティーン・ブライデンさんがその後認知症になり、洋服を着替えるのにも苦闘するようになった。彼女は自身のアルツハイマー体験を本にまとめたが、そこで興味深いことを書いている。

毎日、今日はどの機能がダメになるのかと不安に駆られ、そしてひとつ、またひとつと機能を失うたびに、彼女はその喪失を悲しむことになる。だからこそ、「人のために役立つ機会を切望している」のだと言う。「今の私たちと、その私たちがまだできることを認めて尊重し、社会的なつながりを保たせてほしい。…私たちを励まし、生きがいを感じさせ、私たちがまだ役に立つ、価値ある存在であることを感じさせてほしい」と（「私は私になっていく－痴呆とダンスを」）。

「福祉はサービス」と言われるように、とにかく私たちは要援護者にこちらから「与える」ことばかりを考える。そうすれば相手も満足するはずだと。ところが今述べたように、要援護者の求めているのは、ただ与えられることばかりではない。自分の方も誰かに与えることができる機会がほしいと強く願っているのだ。そのことで自分を価値ある存在と自覚することができ、それが当人を救う。

＜第3章＞

担い手と受け手の両刀持ちだということ

1.「見守られているけど、私も見守っている」と一人暮らしの女性は言った。

⑴見守られる立場に置かれると、自分は要援護者と決めてしまい、「自分だって見守りぐらいできる」とは考えない。

山崎睦男さん（写真左）が宮崎県社会福祉協議会の事務局長だったときに、彼のお母さん（写真右）についてまとめてもらったことがある。彼女のやっていることで注目すべきものがあった。

①困った時には、ご近所に助けを求める
②頂き物は、お返しを忘れない。
③不在の時には、自分の居場所を明らかにしている。
④見守られているが、私も見守りに参加する。
⑤自治会の役割を果たす。
⑥民生委員さん等との連絡を保つ。
⑦ご近所さんとのおつきあいは欠かさない。

「見守られているけど、私も見守りに参加する」というくだりがあるが、人間というものは面白いもので、自分が福祉の対象者と位置付けられると、素直にそれに従ってしまう。私は見守られる側なのだと決めてしまったら、「私だって見守りぐらいできるわよ」とはなかなか思い浮かばないものなのだ。

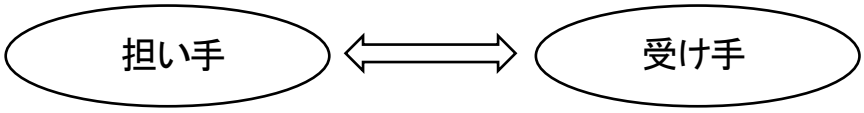
⑵担い手の役割も受け手の役割も共にしっかりと果たしている

彼女は日常生活のすべてで、両刀遣いを実践している。助けられる側として、困ったら助けを求めるし、数日家を空けるときはその旨、ご近所さんに言い置く。担い手としても、町内会活動にも参加するし、見守り活動にも参加する。その中間の、ご近所とのおつき合いもきちんとする。戴いただき物にはお返しを忘れない。

⑶普通なら担い手の立場と受け手の立場が分離し、対決している

下の図では、両者は完全に分離し、対決している。だから、自分もこのいずれかに決めないといけないと思ってしまう。

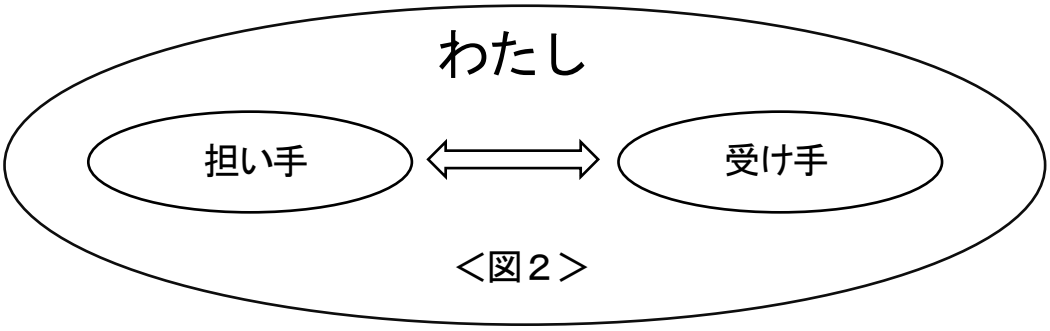
この２つの立場のどちらかに位置付けられると、自分はその立場なのだと、決め込んでしまう。見守りの対象にされたとなると、自分は受け手の立場なのだと決めてしまうのだ。そうなると、される一方の立場になったと感じて、プライドの危機に陥る。



＜図１＞

⑷両者を包み込んだ円ー「わたし」を描けばいい

この問題を解決するのは簡単だ。次の図のように、この２つを包み込んだ大きな円を描けばいい。これが両刀遣いである。



＜図２＞

⑸円が「わたし」。担い手も受け手も「わたし」の中の一部

円を描くと何が変わるのか。担い手と受け手の双方とも「わたし」の一部に過ぎない。そこに「対決」はない。「コップの中の嵐」と言うが、それと同じだ。

だから、助けてもらってプライドが傷ついたと思うのも、「わたし」の一部に過ぎない。プライドが傷ついたと思ったら、もう１つの担い手の立場で、誰かのために尽くせば、それで屈辱は消えてしまう。

彼女が「見守られているけど、私も見守っている」と言うのは、そのことを言っている。人から助けられたことに少しばかり引っかかるのなら、自分もまた担い手の行動を取ればいいことだ。「私も見守りに参加する」である。

⑹頭の中が＜図２＞になれたから「私も見守る」行動がとれた

彼女と他の人との違いは、その「私もほかの人を見守る」という行動がとれることである。どうして行動がとれるかと言えば、彼女の頭の中が、図１でなく、図２になっているからなのだ。つまり図１の担い手と受け手の対決の構図がなくなって、「わたし」の中で一体となってしまったからこそ、「私も見守っている」という行動がとれたのだ。

順序としては、まず頭の中を＜図２＞にした上で、実際に自分もだれかを見守るという行動がとれるか、ということになる。

⑺これが担い手と受け手の一体の法則

これが本書が提案する自他の一体の法則の１つ、担い手と受け手の一体の法則である。なんだそんなことかと、がっかりするかもしれないが、今の人たちはこの「一体」という発想がなかなか体得できない。なぜか。

今は文明社会。だから文明の法則が、この社会の隅々にまで行き渡っている。その文明が求めるのが、効率化だ。そのため物事を徹底的に分別し、そして収集する。分業こそ、文明が喜ぶ、最も基本的なあり方なのだ。

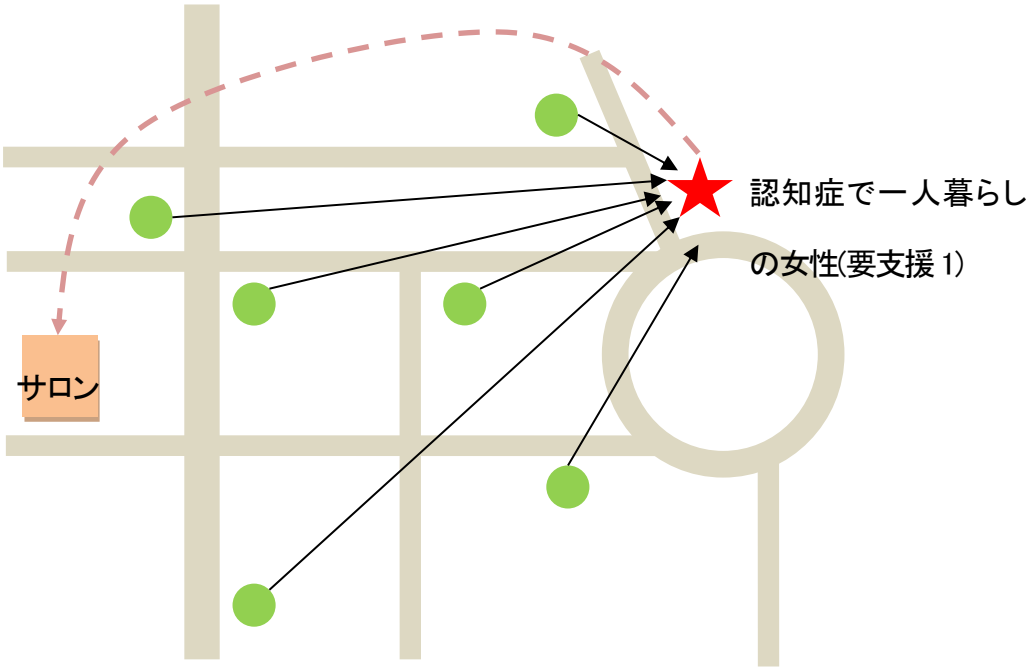
⑻自他一体の法則とは反分業、統合の法則だった

自他一体の法則とは、反文明の法則、統合の法則なのだ。さきほどの「見守られているけど、私も見守っている」と言う彼女は、現代の文明社会の最も基本的な法則から自由になっている、珍しい存在なのだ。

＜第4章＞

問題を抱えたら地域活動をしよう。自分の問題は、地域が考えてくれる。

1.一人暮らしの認知症の女性が自宅でサロン。メンバーの参加理由は「見守りがてら」。



(1)「みんな、うちにも来ないかい？」

マップを見ていただきたい。左端にある公会堂で町内会主催のふれあいサロンが開かれているが、ここに認知症で一人暮らしの女性が来ていて、「うちにも来ないかい？」と参加者を誘っていた。彼女は自宅でサロンを開いているのだ。

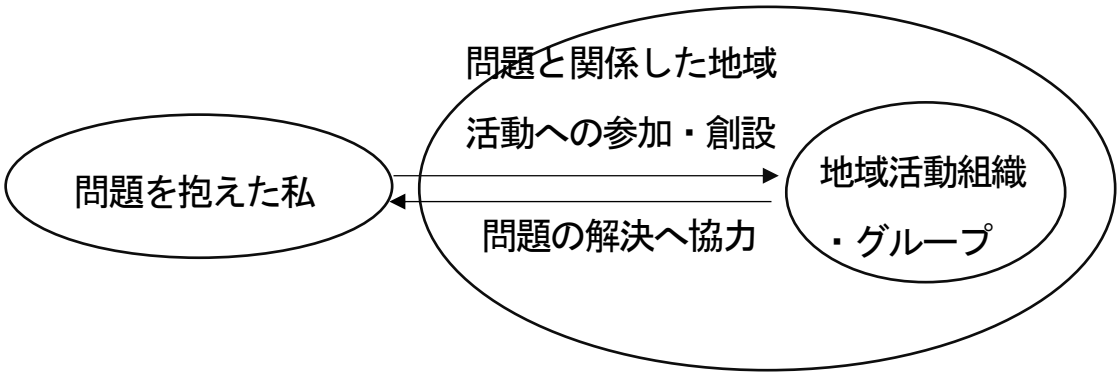
彼女のサロンにも参加しているという人にその理由を尋ねたら、「見守りがてら」と言った。

つまり認知症の当事者がサロン活動をして、これに参加する人が彼女の見守り活動をしていた。言ってみれば、ただこれだけのことなのだが、私は妙にこれに興味をそそられた。

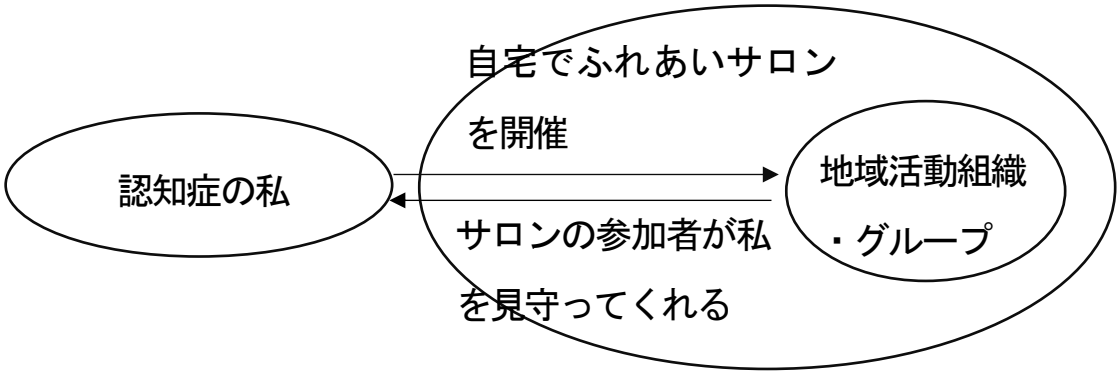
⑵認知症になって、サロンを開こうとするか？

あなたが認知症になって、しかも一人暮らしとする。その時、自宅を開放してふれあいサロンを開こうとするだろうか。このあたりの本人の心境とかその意図みたいなものは、わからない。

ただ、地域社会での当事者の動きを見ていると、こんな共通の図が描けるのである。



図を見ていただきたい。左は、その当事者が抱えている問題。その問題を解決したいのだが、そのことはちょっと脇に置いておいて、その問題と直接間接に関連がありそうな地域活動に参加するのだ。すると、当事者が抱えている問題の解決への支援が差し向けられるというわけだ。



活動の見返りは、法則のように確実に得られるものではないが、得られればいいという期待のもとにこの「法則」は成り立っている。

2.妻を介護中の夫が介護グループに参加、仲間が妻に関与

⑴そんな人を見たことがない

妻を介護中の男性が、介護グループで活動している。その代わりにグループの仲間が、奥さんに関わってくれている（次頁のマップの赤い円の中）。

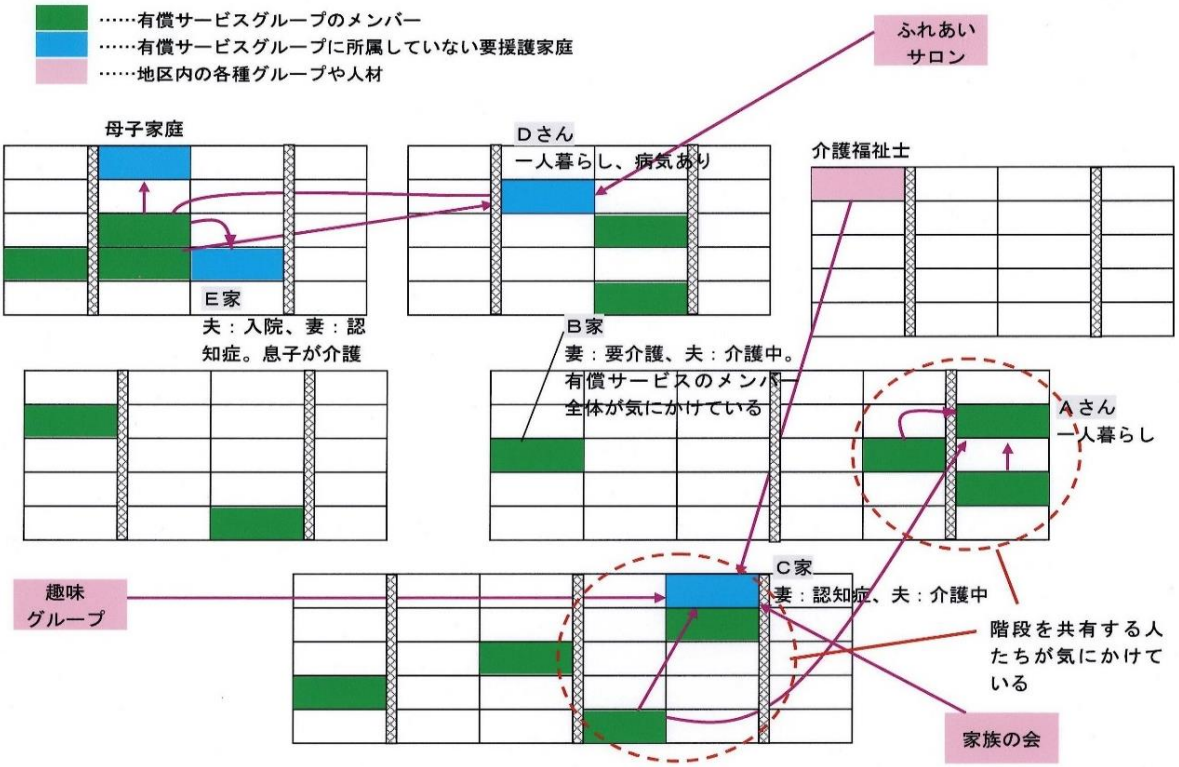
大抵は、夫はたった１人で妻の介護をしている。だから地域活動には参加できない。これで誰もが納得する。それ以外の選択肢がこの夫にあるとは、だれも思い浮かばないのではないか。

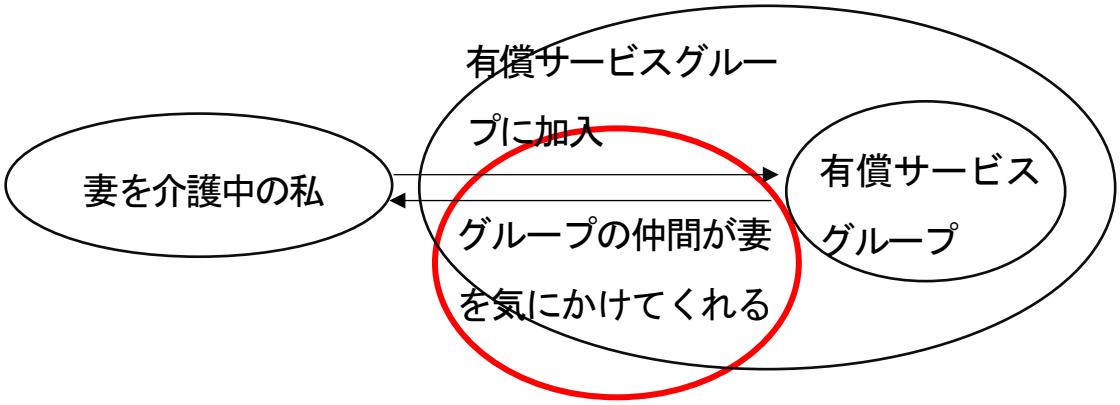
それが、あったのである。妻の介護をしているのに、加えて地域の介護グループに参加する。そんな人を私は他に知らない。普通は、夫が１人で慣れない妻の介護をする。それだけでも大変なのに、地域の介護グループにも参加して、そちらの役割も果たすというのは一体、どういう人なのか。信じられないことである。

⑵メンバーが彼の妻を気にかけていた

ところが、これにはもう１つの事実があった。グループのメンバーが皆で、彼の妻のことを気にかけて関わっていたのである。

マップを見ていただきたい。この団地には、そのグループのメンバーがこんなにたくさん住んでいた。よく見るとこの夫婦に対して、「みんなで気にかけている」とある。夫から見たら心強いことだろう。





⑶おかげで彼の行為全体に社会的な意義が付加された

本人はおそらくそこまでは気がついてはいなかったと思うが、このやり方で、夫の介護活動は社会化された。妻は私的介護だけでなく、社会的な介護の対象になった。そして彼の妻への関わりも、社会活動の色合いを持つようになった。彼が考えている以上に、極めて意義のある行為なのだ。介護の社会化とはこういうことなのだ。

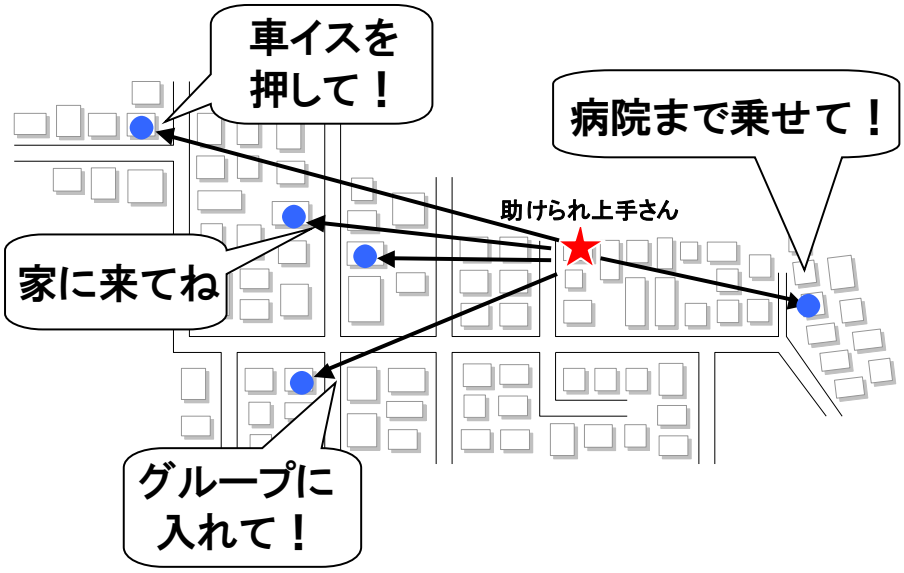
＜第5章＞

「助けられ」は活動推進。推進も福祉活動だ

1.夫を介護中の女性が、5人もの隣人にお願い。「夫を病院まで乗せて」「夫の車椅子を押して」「うちに来て」

(1)周りに「あなたはこれをして」「あなたはこれを」

支え合いマップづくりをしていて、面白い活動に出くわした。高齢で車椅子の夫を介護するA子さんが、下のマップのように、ご近所さんに個々にお願いしていた。「夫を病院まで乗せて」「夫の車椅子を押して」「うちに来て」「あなたのグループに私も入れて」。



頼まれた５人に聞いてみた。「A子さんにやらされているみたいで、不愉快ではないですか？」。「いいえ。誰に何をしてほしいかまでA子さんが言ってくれるから、私たちは楽ちんよ」。

この話をクイズ形式で研修会の受講者に聞いてみた。あなたの感想は、以下の５つ

のうちのどれか。

①「うーん、なんとも言えませんね」。
②「なかなか面白い方ですね」。
③「いいと思うけど、私にはできない」。
④「ちょっと人に頼む時の言い方とは思えませんね」。
⑤「素晴らしい、日本にもこういう人が出てきたというのは、希望が持てますね」。

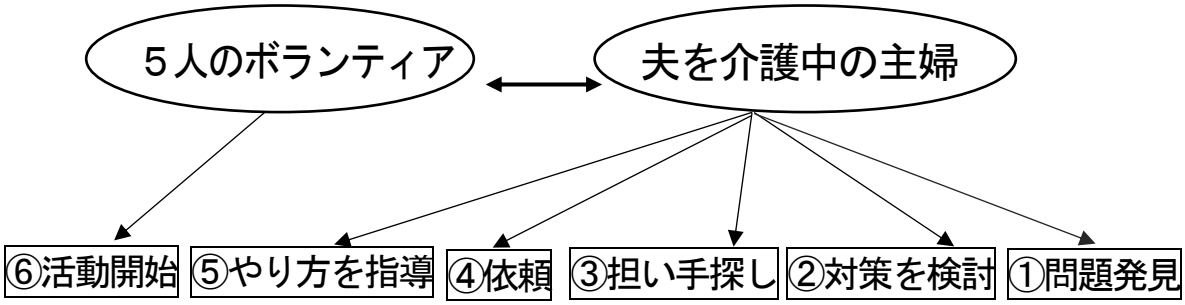
票は分かれたが、⑤に手を挙げる人は、まずいない。まだ日本ではこういう人がいたら、周りの人たちは戸惑うのではないか。ところが、当の５人は、まったく違和感を持っていなかった。この事実がまた面白かった。

⑵福祉活動の大部分を受け持っていた！

ところで、福祉の営みとは何か？ 特に福祉を推進する側からみると、こうなる。

①課題を発見し、②解決策を考え、③担い手を探し、
④活動を依頼し、⑤活動の仕方を教え、⑥活動が始まる。

この事例では、介護者である主婦のＡ子さんが、①～⑤までやっていたのだ。ただみんなにお願いしているだけの人と見られていたが、実はそうではなかった。



⑶これを「推進」と言う

私たちはよく「地域福祉の推進」という言葉を使う。この場合の「推進」とは主に、この介護者がやっている①②③④⑤を合わせた活動のことを言うのではないか。私たちは当事者が助けてもらうためにあれこれ努力することを「何でもない行為」と見ているが、じつはそれは福祉の特に重要な営みだったのだ。

活動は、たしかに目で見える。しかし「推進」の部分はほとんど見えない。見えないから価値が薄いわけではなかろう。

⑷推進も、福祉活動の１つということ

人の行動を細分化して、それぞれの行為に名前を付けていくのはいいとして、その作業をやっているうちに、分からなくなることがある。推進も福祉活動の１つなのだ。いわゆるボランティア活動のように、体を動かして相手を助けるのが活動というのはわかりやすいが、担い手を見つけてお願いしたり、どのような支援を求めているのか伝えたり、やり方をアドバイスするのも立派な福祉活動だということがわからなくなる。

こういうふうに言葉を使って人の行為を細分化していくことで不利になるのは、助けられる側である。いわゆる活動だけが福祉活動だと単純化してしまえば、受け手の活動領域は恐ろしく狭くなる。もっと目に見えない部分も丁寧に見て評価してくれなければ困るのだ。

⑸広くは「お願いする」のも地域福祉活動の一環

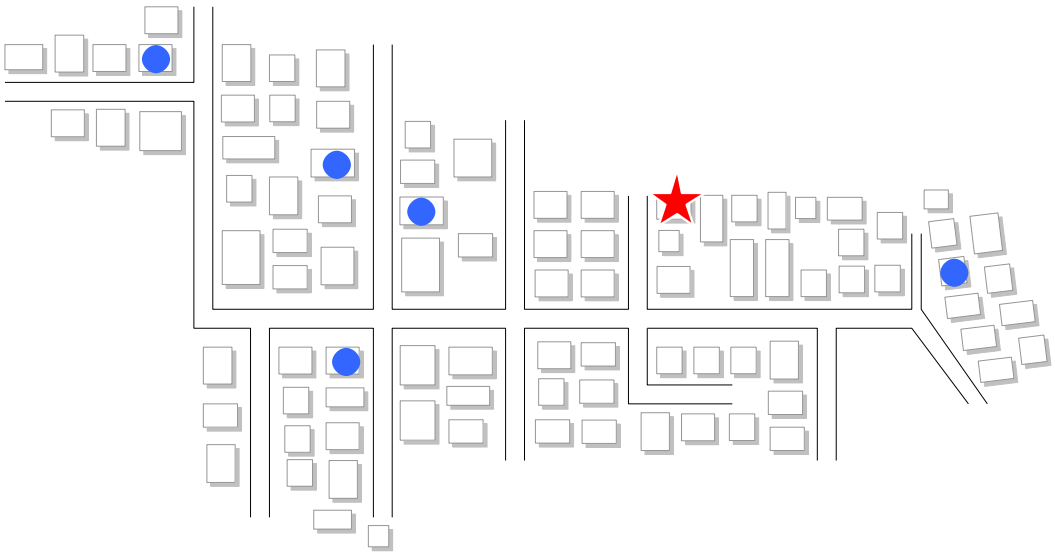
長い間、私はこういう人を「助けられ上手さん」と呼んでいた。用語としては今ひとつだが、かといって、これに代わりうる言葉が見つからない。これを数十年間続けて来たので、マスコミなどでも、この言葉が取り上げられるようになった。

ところが今述べたように、よく考えてみれば、これは福祉用語でいえば、「福祉推進」に該当するのだ。たしかに前述の①から⑤までのうち、④の依頼しかやっていない人もいる。これを果たして「推進」と言っていいものか、ちょっと迷うが、大きく

見れば、地域福祉の一部を担っていることには違いないのだ。そういう意味付けをして当事者にその自覚や取り組みを促していけば、①から②へ、さらに③④⑤へと広げていくこともできるのではないか。

⑹もしＡ子さんが何もしなかったら？

　では、もし助けられ上手さんが何も行動していなかったら、どうなっていただろうか。先程のマップから、吹き出しの部分を消してみる。これが普通の、当事者がニーズを発さずに沈黙している状況だ。わかるのは要介護の夫を妻が介護しているということぐらいで、彼らの生活状況や、どんな困り事を抱えているのかは全くわからない。だから何をしてあげたらいいかわからないので、ご近所の人は動きようがない。



⑺助けを求めることは福祉の営みの半分を担うこと

　これを見ると、困り事を抱えている当事者が受け身の姿勢で沈黙していることが、福祉の前進を阻む大きな要因になっていることがわかる。担い手と受け手の関わり合いを助け合いと言うのなら、今は受け手の側がほとんど動いていないために、助け合いになっていないということになる。

　言い換えれば、福祉とは、担い手が一方的に関わろうとするのではなく、担い手と受け手が、それぞれの役割を果たし合うことで成り立つ、ということがよくわかるの

ではないか。

だから受け手が助けを求めるという行為は、福祉の営みの半分を担うことなのだ。そしてそれだけでなく、担い手がやり易いように工夫したり、仲間と助け合いをしたり、自分もできることで福祉に参加する。それができた時、受け手と担い手の立場は同等と言っていい。

⑻福祉は担い手と受け手の共同作業

ここから発展して、要するに福祉とは、担い手と受け手の共同作業だと考えたらどうか。そうすると、これまで注目されてこなかった当事者側のさまざまな自助の努力が可視化される。それもまた福祉の営みとするならば、いま私たちの目に見えている福祉活動だけでなく、実はその数倍の量の福祉活動が行われていることになるのだ。

2.孤独死した一人暮らしの女性。助けられ上手さんだったのか、下手さんだったのか

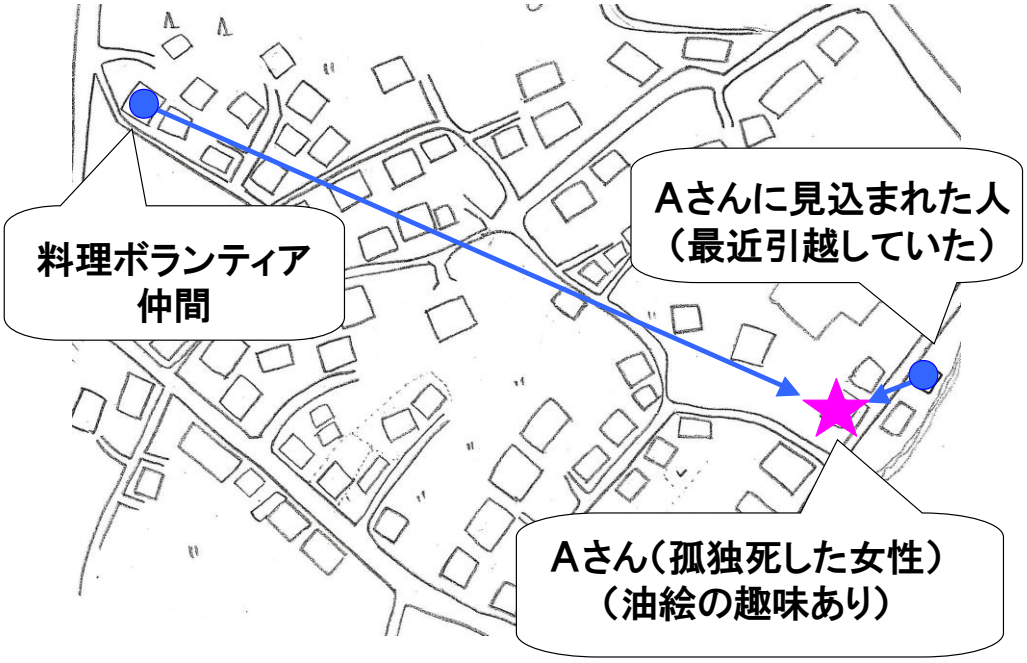
⑴見込んだ相手に「私に何かあったら頼むね」とまで言っていた

死後１週間で発見された一人暮らしのＡさん。民生委員や見守りボランティアが訪れても、ドアを開けなかった。「どんな引きこもりでも、２人や３人には門戸を開けるものだけど…」と町内会役員に確かめたら、「そういえばＢさんとＣさんは受け入れていた」。

Ａさんは、特に近くにいるＢさんに対しては、「私に何かあったら頼むね」とまで言っていた。この限りでは彼女は、比較的、助けられ上手のうちに入ると言っていいのだ。

⑵当事者が主導権を主張するのが住民の流儀

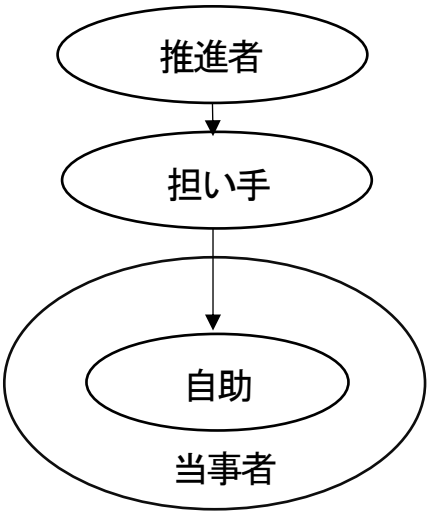
ではなぜ孤独死が起きたのか。Ｂさんが最近、引っ越していたのだ。もし民生委員が、自分が受け入れられないことは脇へ置いて、本人がだれを見込んでいるかを探せば、Ｂさんを発見できていただろうし、Ｂさんが引っ越すときに引き継げたはずである。本人の意思を大切にしておけば、孤独死も防げたかもしれないのだ。



⑶地域で当事者主導と担い手主導が対決している

今の福祉は、担い手主導方式になっている。見守りは、見守る側が対象ややり方を決める。対象者はそれに従うよう求められる。

ところがご近所の住民の間では、その反対のルールが支配している。私を見守る人は私が決める。当事者主導方式である。両者が地域で対決しているのだ。もし当事者の意向を本気で尊重していけば、引きこもりや孤独死はもっと少なくなるのではないか。私が数十年マップづくりをしてきた中で、１人も見込んでいないという引きこもりの人は見つからなかったのだから。



この図を見ていただきたい。これが一般的な「推進」の説明である。一番上に社会福祉協議会などの推進者がいる。そして推進者が考えた活動を担い手に伝える。担い手は特定の当事者に対して活動する。

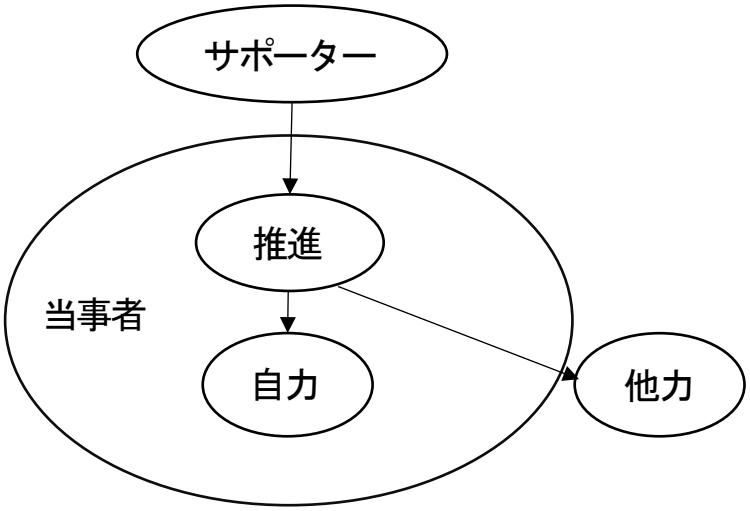
⑷推進者は当事者の内にいた

このことを頭に入れておいて、次の図を見ていただきたい。一番上に来るのは「推進者」ではなく「サポーター」である。では推進者はどこにいるのか。当事者の内側にいるのだ。当事者が自身の福祉については、自分が推進する。

当事者の内側はどうなっているのか。「自力」がいて、外に「他力」があり、いつもは自力だけで頑張るが、必要に応じて「他力」の手を借りる。

「自助」というのは、正しくはこういう仕組みになっている人の行為をいうのだ。大事なことは、その人の内に「推進者」がいて、自分の福祉に関することは自分で判断し、指図する。そういうことができる人のことを自助というのである。

では、今まで取り上げた事例を、この図に即して考えてみよう。



⑷従来の推進者はサポーター役に下がろう

先程の孤独死のケースでは、女性は自分が自分の福祉の推進者であるという意識で、自分自身が望む見守り相手をすぐそばで探し、見守りをお願いした。この図で言

えば、他力も見つけてお願いしたのだ。ただ、彼女はサポーターの直接的な関わりを拒否し、サポーターの側もまた、サポーター役ではなく推進者としての立場に固執したため、サポーター役を果たすことができず、見込まれた人が引越したことを把握できなかった。

このような場合には、関係者は、推進者からサポーターに下がり、あくまで本人の意向を把握してそれに沿うようにする必要がある。

＜第6章＞

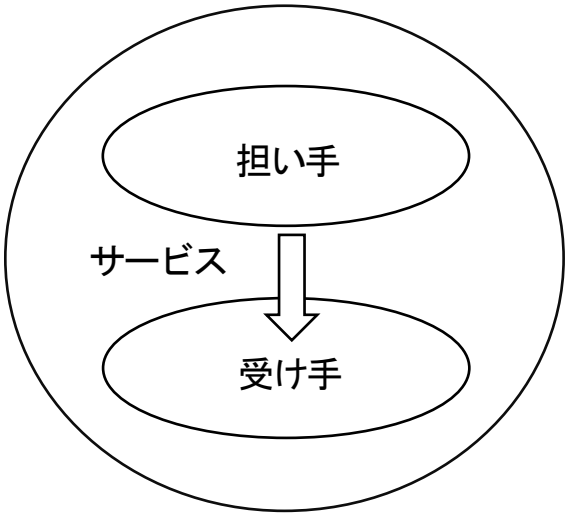
受け手の腕次第で担い手との関係が逆転する

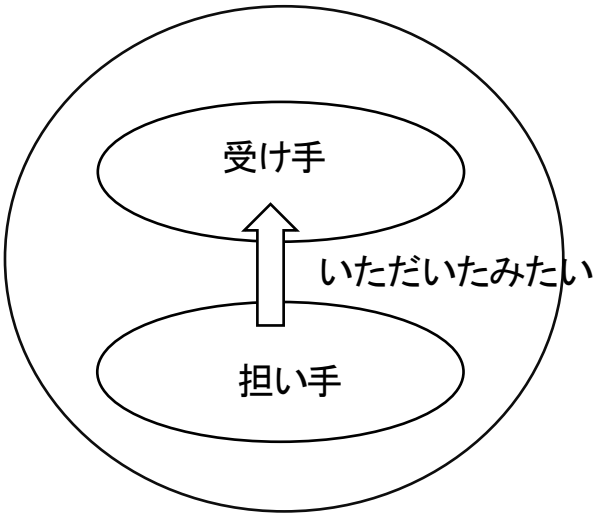
1.「混み合ひし車中にあれど　スクッと立ち　年寄る我に席を譲りぬ」

⑴お礼の言い方次第で、担い手に感謝されることも

第１章でも取り上げた話だが、高校生が、電車の中で高齢者に席を譲ったら、その男性からお礼の短歌を手渡されたという。

新聞の投書にあったものだが、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。これでは担い手と受け手の立場が逆転したようにも見える。お礼を言った方が担い手で、席を譲った方が受け手のように。





⑵受け手の沈黙がもたらすマイナス効果

これまでの担い手主導の福祉では、受け手側からのニーズ発信や働きかけがなく、福祉は担い手だけで頑張る、難しい活動になっている。受け手が助けられ上手になって、担い手をリードするぐらいでないと福祉は前へ進まない。

活動者にとっては、自分たちの営みの対象が沈黙している、不在であるということは、大変な問題だ。当事者はもっと違うやり方を求めているかもしれない。別の人に

やってほしいと思っているかもしれない。そもそも自分の活動を相手が本当に必要としているのかわからない。こういうことが実感できないまま活動を続けるのでは、やりがいを感じにくい。

⑶対象が不在だから担い手主導が強まる

また、当事者からの働きかけや提案がなければ、担い手が一方的に活動することになるので、福祉は担い手がやりやすい方法、効率的な方法で実施されるようになる。これでは、当事者が本当に望む福祉は実現しない。

そこで、これからは自助の定義を、受動的でなく能動的なものにしていく必要がある。すなわち自助とは、主体的に自分の福祉問題に取り組み、助け合いの一方を担おうという意思と行動力を持ち、積極的に担い手に対して働きかけていくことだと。

⑷受け手の行動１つで担い手と受け手の関係が光り輝く

先程の事例では、使っているエネルギーは、席を譲った高校生よりも、短歌を贈った高齢者の方が上ではないか。その苦吟の結果が、母子の感動と感謝である。

このお礼行為によって、両者の関係は劇的に光り輝いた。短歌を贈られて感動した高校生は、このことがあってから、ますます席譲るようになるだろうし、高齢者の方も、ますます短歌でお礼をするようになるだろう。両者の関係が活性化されたとは、こういうことを言うのだ。

このように、特に受け手が積極的に仕掛けていくことで、担い手と受け手の固定された関係が、いい意味で崩れていくことも分かった。考え方によれば、立場が逆転したとも受け取れる。

2.どちらが担い手なのかが、わからなくなった

⑴助けられ上手は担い手をどう変える？

受け手の人が助けられ上手だと、助けた側の人はどんな気持ちになるのか、そしてその結果、受け手の人はどんな活動をしたと考えられるのかを並べてみた。

❶私も（何かを）いただいた感じだ→**利益**を与えた
❷やってあげたら、いい勉強になった→これも**利益**を与えた
❸やり方（助け方）をうまく教えてもらった→**活動しやすく**してあげた
❹あの人ならまたやってあげたいと思う→**また活動したい**と思わせた
❺あの人ならなぜかやる気になる→**やる気**にさせた
❻あの人なら関わりやすい→**関わりやすく**してあげた
❼やってあげてよかった→**充足感**を与えた
❽また困っている人がいれば助けたいと思った
　→他の人の支援も**したい**と思わせた
❾上手に頼まれちゃった、気分よく助けられた
　→気持ちよく**活動できるようにした**
❿お返しももらえた→**利益**につながる
⓫あの人とは持ちつ持たれつだ→これも**利益**
⓬私も必要な時は助けてもらおう→担い手を助けられ上手に

⑵担い手と受け手の境目がファジー化したとき

ここで紹介したのは、担い手と受け手の境目が曖昧になり、両者の区分けがなくな

っていく事例である。受け手が助けられの定位置を乗り越えて、担い手の領域へ浸潤し、両者の境目を曖昧にさせようとするとき、助けと助けられの関わり合いは活性化するのだろう。

＜第７章＞

活動に新分野「られる」。これで当事者も活動家に

1.孤独死の防止には「見守り」より「見守られ」活動を

⑴「られる」行為も福祉活動として新たに加えられる

これまで「福祉活動」と言えば、担い手による要援護者への関わり一本でやってきたといっても間違いではない。しかしこれからは、彼らの活動の対象である「られる」側の、「られる」行為も福祉活動として新たに加えられるべきだ。これで単純な見方をするならば、活動の種類は突然、倍になる。倍と言ったのは、ごく単純な考え方で、実際にこれから本格的に「られる」活動が始まれば、日々新しい活動が生まれてくるはずである。

⑵「ボランティアセンター」はもう使えない

活動の推進体制も変わっていかなければならない。「ボランティアセンター」は時代遅れだし、こういう一方的な表現に代わる新しい言葉が生まれてくる。活動グループも、今までの活動グループが、担い手と受け手に区分けされるのも不自然になる、その一方で、受け手専門の活動グループも生まれてくるのではないか。両者を繋げたり、「られる」の活動のあり方の研究も本格化するだろう。

⑶「られる」という考え方や行為も自立した行為と

今は「られ」という行為は、「る」の対語で、これ自体が自立した活動のあり方とは見られていないが、「られる」という考え方や行為そのものも自立した行為として認知されるようになるかもしれない。

私が提起した「見守られ」という行為。今までは「見守る」が活動としては主要な営みと見られていたが、それよりも、見守られる側がそれぞれ自分なりの「見守られ行為」をすることで、むしろ従来の見守りよりもその効果が出やすいということがわ

かってきた。

⑷ある意味では能動的な行為でもある

毎日同じ道を歩く、同じ人に出会う、たくさんの人がいる場所に顔を出して、自分の存在をアピールするといった行為をすることで、安否確認の効果はもっと上がるという研究結果も出ている。孤独死の事例研究からも、当人のそうした行為が孤独死の防止に結び付きやすいと見られるようになったのだ。

そこで「見守られ」に福祉関係者の関心が向くようになった。「られ」は必ずしも受動的な行為ではなく、むしろある意味では能動的な行為と見なされるようになったのだ。

2.受け手の「助けられ」のイロハ

⑴助けられる側ができる最も初歩的な活動

以下が一般的に受け手ができそうな「助けられ」の代表だ。

	助けられ活動	私の場合
１	自分の問題をオープンに	
２	助け手を確保する	
３	助けを求める。ＳＯＳを発信	
４	支援のお礼をする	
５	支援のお返しをする	
６	当事者同士で助け合う	
７	担い手が活動し易いように工夫する	
８	担い手に支援の仕方を教える	
９	担い手の支援活動に自分も参加する	
１０	自分の支援用の会議を開く	
１１	自分の支援ネットをつくる	
１２	担い手と一緒に学習する	

⑵「オープンにする」事例

人に会えば「肩が痛い」「背中が痛い」

一人暮らしのＡ子さんは、人に会うと「肩が痛い」「背中が痛い」と訴えていた。その後、大きな地震が起きたとき、支援者たちが真っ先にＡ子さん宅に駆けつけた。あの人はいつも、どこかが痛そうなので心配だからと、みんなが彼女の家に駆け付けたとのことであった。

⑶「助け手を確保する」

介護を手伝ってくれる人を探す

元民生委員の辰和子さん（写真・左端）は、末期癌の夫を自宅で看取るため、ご近所の友だち２人（写真・中央と右端）に助けを求めた。普通はご近所の人には我が家の問題を知られたくないと思いがちだが、近いからこそ夜中の緊急事態にも駆けつけてもらえたし、元々「夫婦で友だちづきあい」を心掛けてきたので、２人と夫も気心が知れており、オムツ替えまで手伝ってくれたという。

⑷「支援のお礼をする」事例

一人暮らしの母の隣人にお礼参り

Ｈ子さんは、隣町に一人暮らしをしている母を、妹と交代で訪問している。そのとき必ず、ご近所まわりをすることにしている。「いつも母のことを見守っていただいて、ありがとうございます」と言ったら、隣人はこう答えた。「あなたがそう言ってくれるので、私も気兼ねせずにお母さんの家に上がれるのよ」。子どもと親と隣人が協力し合えば、見守りも万全。いざというときの備えもできる。

⑸「担い手が活動し易いように工夫する」事例

元気な時はハンカチを窓に吊るしておくとか…

高知市内のある通りは、一人暮らしの人がたくさん住んでいる。彼らが、見守る人の便宜を図るために、あることを考えた。それぞれが、元気な時は戸を少し開けておくとか、ハンカチを窓に吊るしておく、といった工夫をし、そのことを見守る人に伝えた。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で相手の情況を把握できるのだ。

⑹「担い手が活動し易いように工夫する」事例

裏口から入れば、すぐに寝室がありますから

住民との懇談で、「災害時に助けてもらい易くする工夫」として、出てきた事例。

①寝ている場所や非常時の出入り口を、ご近所に知らせておく。

②要介護の夫を、何かあった時にすぐに助け出してもらえるよう、1階の出入り口に近いところに寝かせている。

③昼間独居の世帯から、「災害が起きた時は裏口から入ってもらえば、すぐ寝室があるから、そこから助け出してほしい」と申し出があった。

⑺「担い手に支援の仕方を教える」事例

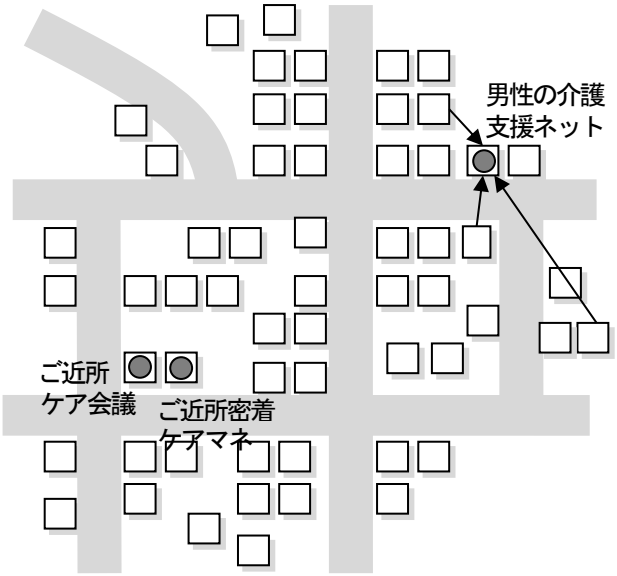
認知症である私の支援の仕方をパンフレットで

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）は、認知症と診断された後、これから自分をどのように支援してほしいのかを具体的にまとめた「認知症である私について」というパンフレットを作り、家族や友人に配った。

⑻「自分の支援用の会議を開く」事例

認知症の母のケア会議をご近所さんと

認知症の家族を介護する主婦が、ご近所のケアマネジャーの働きかけで、自分たちのためのケア会議を開いていた。参加するメンバーは、その主婦自身が選んだ人たち。マップの「ご近所ケア会議」が当事者宅で、その隣がケアマネ宅。



⑼「担い手と一緒に学習する」事例

見守る側と見守られる側が集まり見守りの研究

一人暮らし高齢者などが、見守りセミナーにボランティアと一緒に参加して、見守

られる側からのアイデアや要望を出すなど。写真では、愛知県安城市の城南町内会で、一人暮らし高齢者と関係者が一堂に会して、見守りのあり方と見守られのあり方を一体的に議論した。

＜第8章＞

地域福祉活動で当事者と住民はハッピーに合流

1.当事者は、自助しかやっていない？

⑴「これ、面白いですね」と言って、写真をパチリ

次頁にマップを紹介してあるが、興味深いことに、研修会などでこのマップを紹介すると、福祉関係者は「これ、面白いですね」と言ってスマホを取り出し、バシャバシャと写真を撮るのだ。

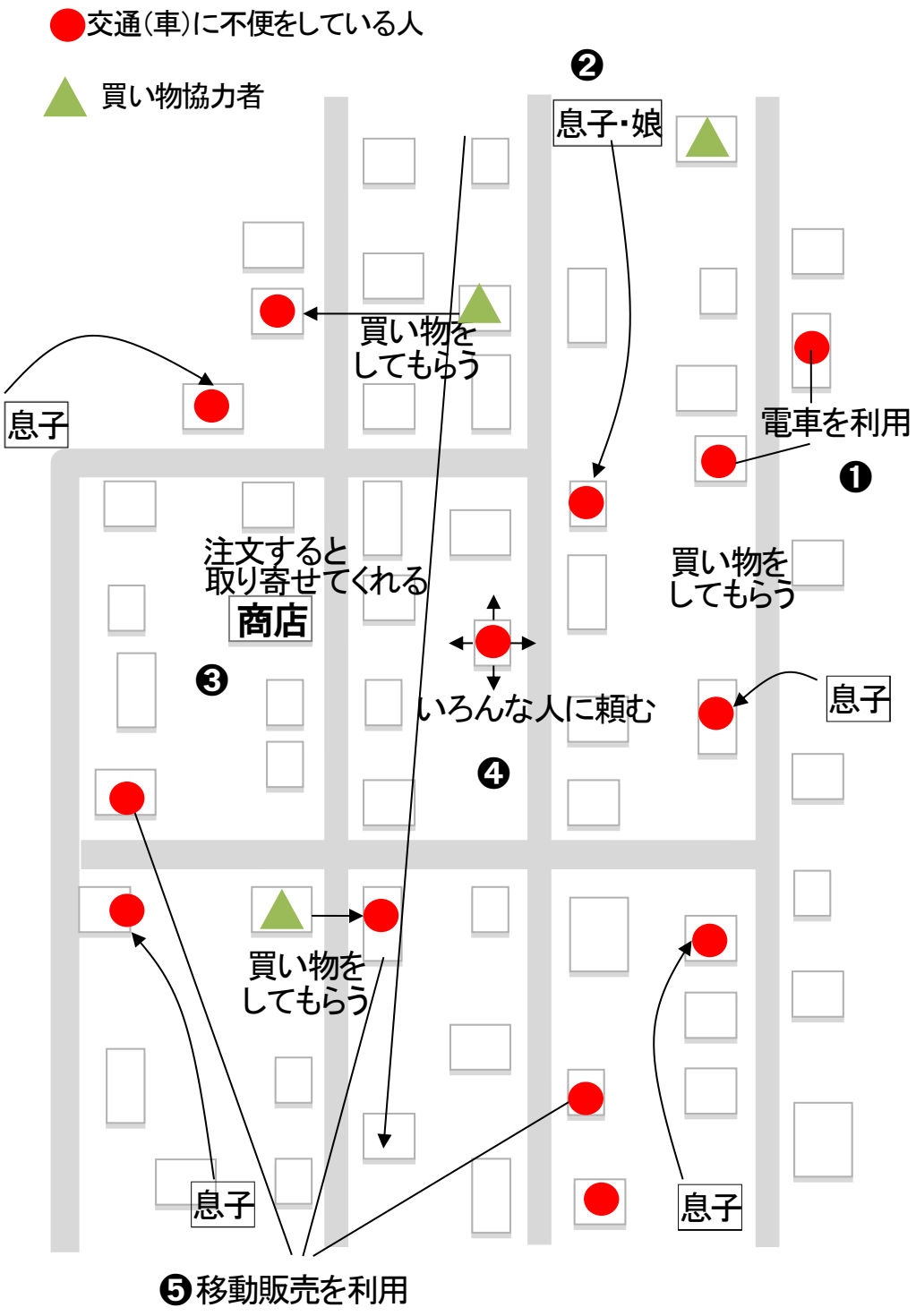
このマップの何が面白いのか。私たちは、要援護者は何もしていないと思い込んでいる。せいぜい自力で問題を解決するか、身内で助け合っていると思っている。

実際に住宅地図を広げ、地域の課題を抽出しようとする時も、まず一人暮らしの高齢者を探し出す。ここまでは簡単だ。次いで、彼らの困り事は何か。買い物に苦労しているのではないかと想像する。しかし、彼等がそれに対してどのように行動しているのか知らないし、聞いてみることもしないので、まあ大したことはしていないだろうと勝手に思い込んでしまうのだ。

⑵自助でダメなら、当事者同士、ご近所同士で助け合っていた

ところが当事者が実際にどうしているのか確認してみると、１人ひとり、つまり全員がその人なりの解決策を導き出し、そして解決しているではないか。それに対する少なからずの驚きが「これ、面白いですね」に込められているのではないか。

当事者の自助活動といえば、自分と身内だけで問題を解決することだと思われている。しかし、実際はそれだけにとどまらない。自力や身内力でダメなら、当事者同士で助け合ったり、ご近所で助け合ったり、広く地域に助けを求めていく当事者たちもいる。何のことはない、当事者もまた地域福祉活動をしていたのだ。私たちの活動と違うのは、自助型の地域福祉活動だという点である。


交通(車)に不便をしている人
買い物協力者
❷
息子・娘
買い物を
してもらう
息子
電車を利用
❶
注文すると
取り寄せてくれる
商店
買い物を
してもらう
❸
いろんな人に頼む
息子
❹
買い物を
してもらう
息子
息子
❺移動販売を利用

しかし考えてみれば、誰でも当事者になりうる。つまりまず自助から始めて、その問題解決のために当事者同士で助け合ったり、ご近所で助け合ったりする。自助型地域福祉活動は、当事者だけのものではなく、一般住民のものでもあった。

⑶一人暮らし高齢者は買い物をどうしている？

約５０世帯の中の該当者について調べてみたら、以下のようなことをやっていた。

①自分で電車を乗り継いで買いに行く。
②息子や娘が来る時に、ついでに買って来てもらう。
③ほしい物を注文すれば取り寄せてくれる店を開拓。
④ご近所の誰かに買い物を頼む。
⑤移動販売を仲間と一緒に利用。

⑷自助行為以外に色々な取り組みをしていた

この事例では、５種類の解決策がとられていたが、この中で一般に言う「自助」行為（自分と身内だけで解決）にあたるのは①と②だけだ。当事者は、それ以外にも、いろいろな方法で自助としての地域福祉活動を実践していた。

当事者の地域福祉活動には、以下の５段階があるが、この❶❷❸❹❺を合わせると、何のことはない、私たちが地域福祉活動と称しているものである。私たちの地域福祉活動と比べて何が違うかというと、こちらは自助型、つまり「自分の困り事を解決したい」ということから出発しているということだ。しかしその後の行動は、私たちとそう変わらない。自分が助ける側になったり、助けてもらう側になったりする。

❶自力で

【自分で電車を乗り継いで買いに行く】

❷身内の助けで

【息子や娘が来た時に、ついでに買って来てもらう】

❸当事者仲間と助け合い

【注文したら取り寄せてくれる店を開拓してみんなで利用】

❹ご近所で助け合い

【ご近所の誰かに買い物を頼む】

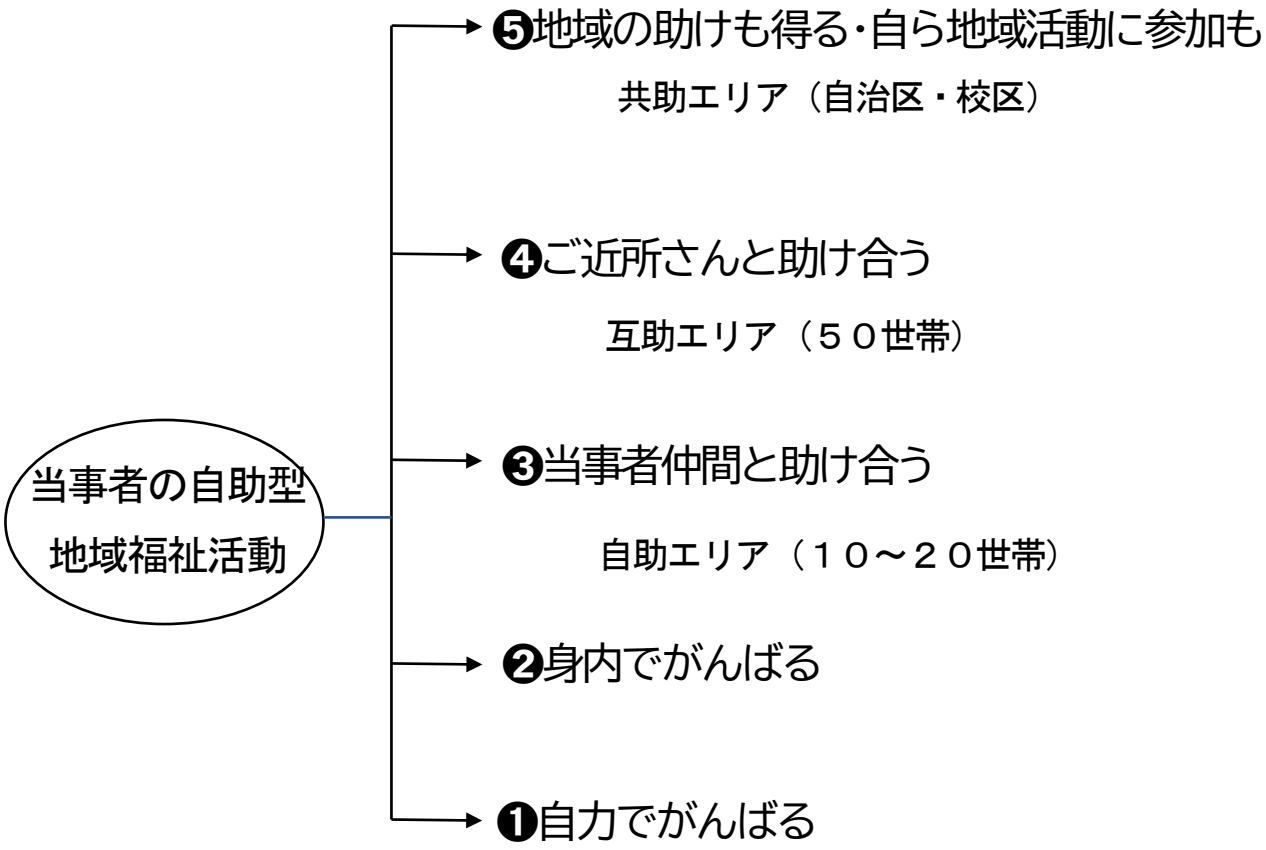
❺広く地域に支援を求める

【地域の資源（移動販売）を仲間と一緒に利用】

2.自助とは地域福祉活動の1コマだった！

⑴この５つが全部自助だと言ってもいい

❶❷だけを自助と言うのか、この５つ全てを自助と言うのか、それは置いておいて、とにかく自助と地域福祉活動はつながっていたのだ。一般の人はいわゆる地域福祉活動に参加して、当事者は自助型の地域福祉に参加している。それだけのことなのだ。



⑵例えば、老々介護の夫が自助型地域福祉を始めた時

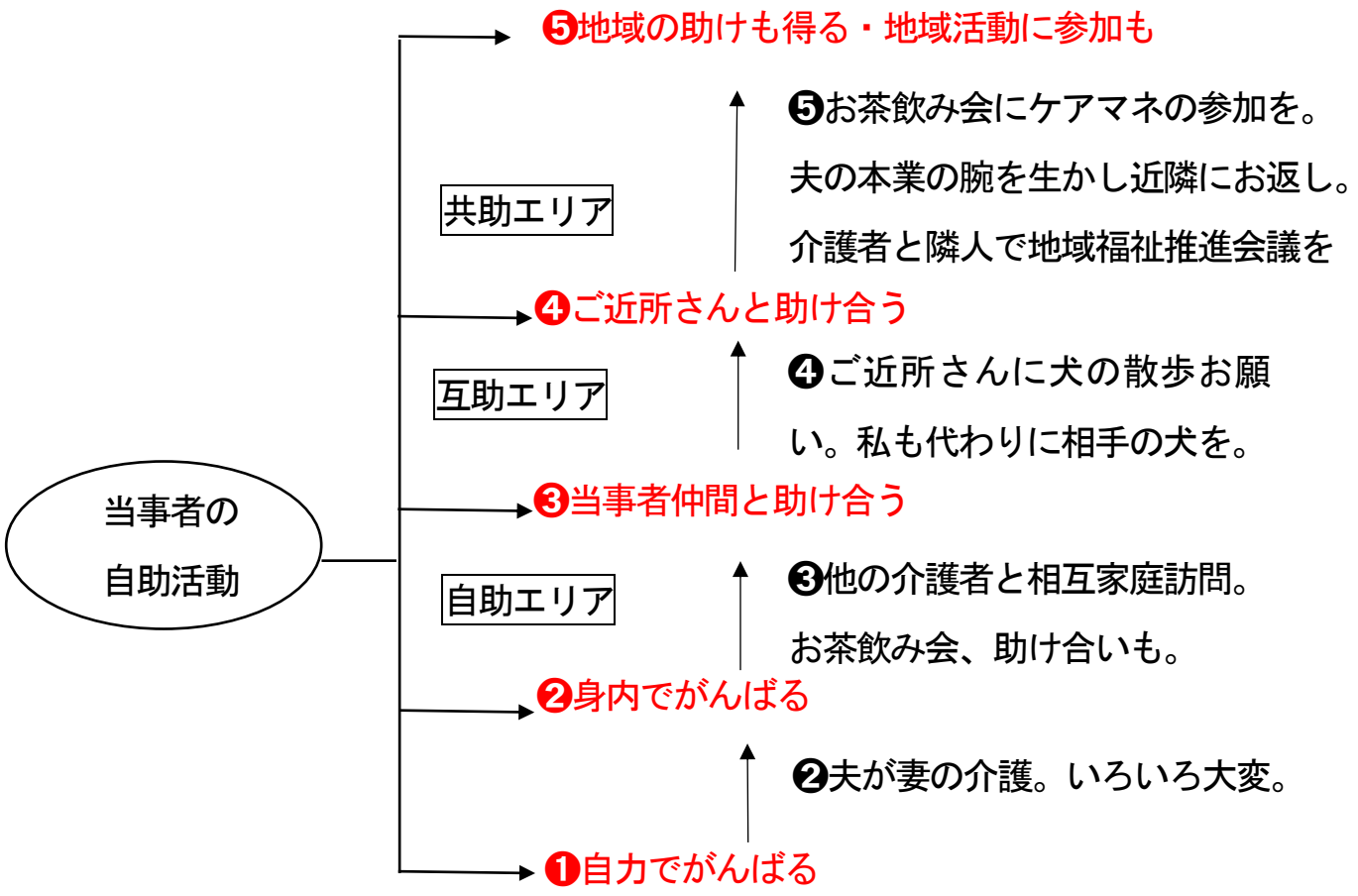
老々世帯で夫が妻の介護をしていると、引きこもって孤立してしまうケースが多い。この問題で、当事者が５段階図を活用して自助型の地域福祉活動に取り組んだら

どのようなことが可能になるのか、考えてみよう。

①妻が要介護になった。ヘルパーやデイサービスなどのお世話になりながら自分なりに介護を担っているが、いろいろ困る事がある。

②まず犬の散歩が大変になった。自分が担当していたが、介護に時間を取られてなかなか手が回らない。

近所に住む犬の散歩仲間の人に話したら、時々は自分の犬と一緒に散歩してもいいと言われて助かった。その代わり、私ができる時は、その人の犬も一緒に散歩させることにした。



③ゴミ出しも大変だ。分別の仕方もよくわからないので、戸惑っている。お隣の奥さんが気にかけてくれて、「よかったら、ついでにやりますよ」と言われ、それに甘えることにした。

その代わり、不燃ごみなど重い物がある時は隣家の分も私が集積所に持っていくことにした。

④犬の散歩をしていたら、私と同じように妻の介護をしている人と出会った。似たような悩みを抱えていて慰められ、そのうちお互いの家にも行くようになった。２人とも妻も一緒の訪問で、久しぶりに外へ出て人と話す機会ができたと妻も喜んでいた。

聞いてみたら、最近はこのあたりでも、私たちと同じように夫が妻を介護するケースが増えたらしい。それなら、お互いにそういう家を探してみようということになった。

５，６軒見つかったので、時間のできた時に２人で訪問し、とにかくお互いの悩みを言い合うために、お茶飲み会を開くことにした。

初めは夫だけの会だが、いずれ妻も一緒の会にしたいと話し合った。そしてその場に、親しいヘルパーかケアマネジャーにも加わってもらうといいのではないかという意見も出て、みんな賛成した。

⑤お茶飲み会はずいぶんしたが、せっかく近所なので、お喋りだけでなく、困った時に助け合いもできないかという話になった。誰かが外出する時などに、他の人が代わってあげるとか。

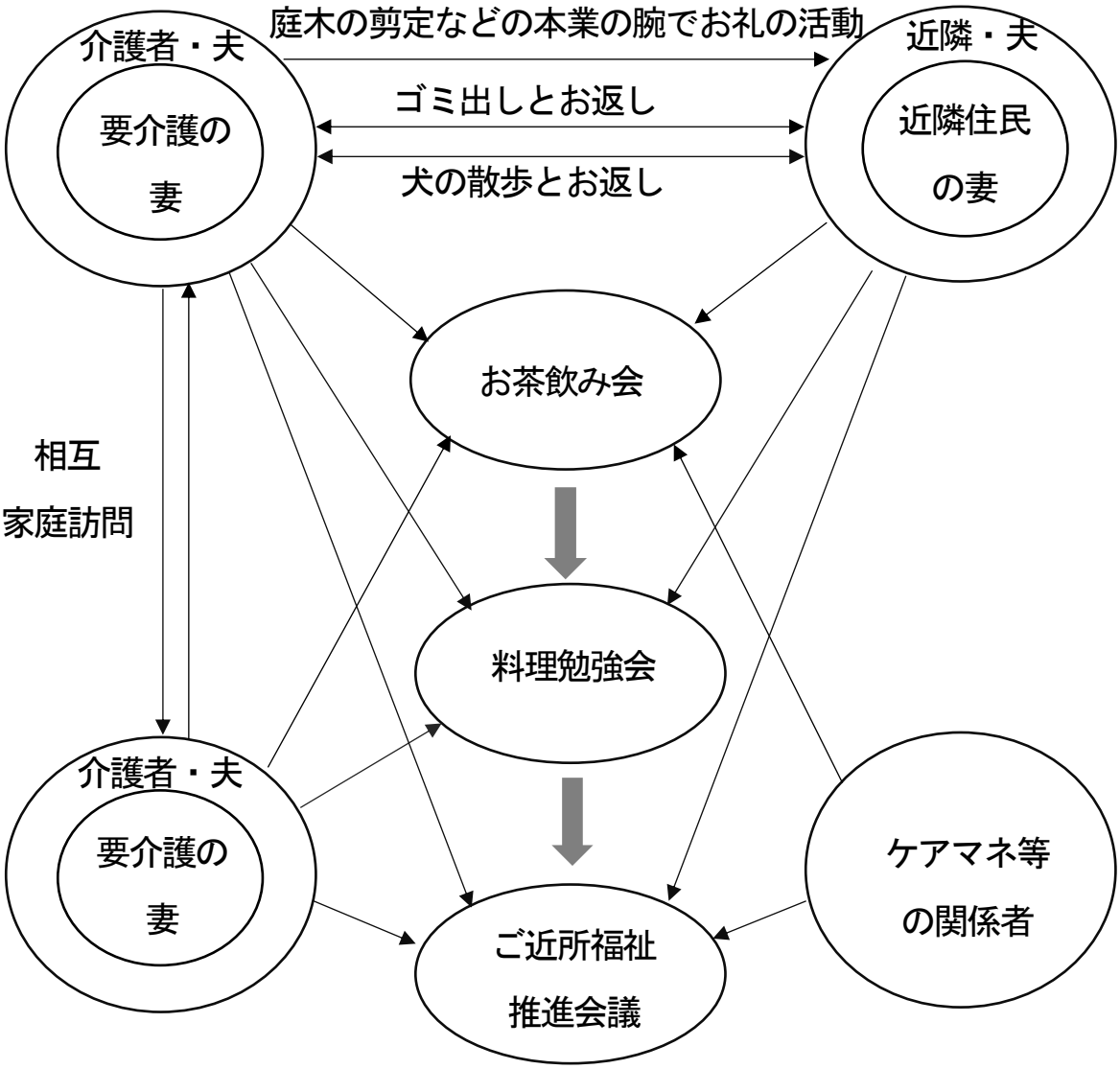
ただ、男性では関わりにくい場合もある。メンバーの中には、私以外にもご近所さんにお世話になっている人がいたので、そういう時は、ご近所の人にお願いできないかとなった。

⑥ただ、自分たちがご近所にお願いするばかりというわけにはいかない。私たちができる「お返し」は何か。１つは、私たちは各自が現役時代の本業の腕を持っているので、それを生かせば、役立つお返しにならないか。たとえば庭師をしていた人がいて、時間があった時に、仲間の庭木の剪定をやってもらったことがあるので、協力してくれる家の庭木の剪定をしてあげたらどうかとなった。

他のメンバーも、それぞれが身につけた本業の腕で何ができるのか考えてみよう。

⑦もう１つ、自分たちの共通の課題が見つかった。料理である。多くのメンバーが、今まで料理をしたことがなかったので、介護以上に大変なのが料理なのだ。また、この料理の問題は、いま介護をしている私たちだけでなく、地域の男性全体の問題でもある。ならばみんなで一緒に料理の勉強をしてもいい。双方の有志が集まって、公民館かどこかでやってみよう。

⑧こうした活動の始まりは自分たちが抱えている問題だったが、今はこれも地域福祉の「推進」活動なのだと考えを発展させて、老々介護という特殊な入口から、自分たちや仲間、協力してくれる隣人などで「推進会議」みたいなものを作ったらどうだろうか。



3.すべての人が自助から5段階を上っていこう

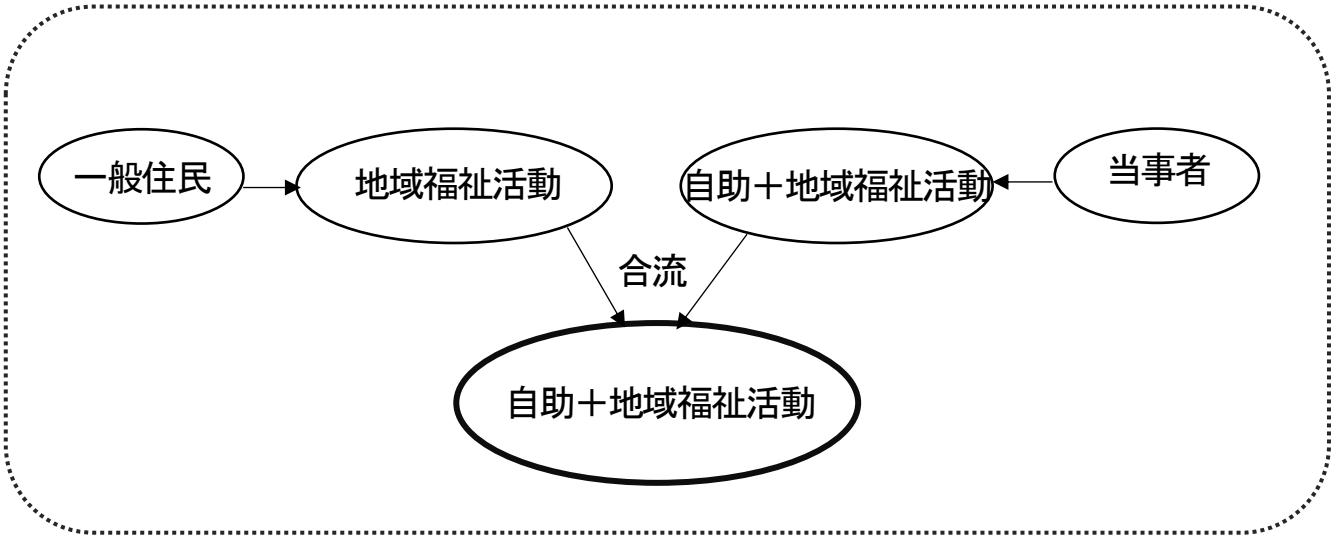
⑴誰でも何らかの問題を抱えている

自助から福祉に入るのは、要援護者に限らない。子育てや病気、介護、老後の問題など、誰でも何らかの問題を抱えている。だからすべての人が自助から入り、その問題解決を求めて５段階を上がっていけばいい。正確には、途中の階から入って、下へ下がってといった上下動もある。

⑵健常者と当事者が同じ土俵で地域福祉活動ができる

つまり、前述の５段階の図は、当事者の自助のための地域福祉活動の５段階としてつくったものだが、私たちみんなが何らかの問題の当事者であることを考えれば、じつは誰もが共通に使えるものなのだ。これで、いわゆる健常者と当事者が全く同じ土俵で福祉活動をすることができるのだ。

と言っても、必ずしも①の「自分でがんばる」から始めるとは限らず、初めは地域福祉活動に参加しながら、途中で①②に戻ることもできる。



第9章

現役療法

要援護でも現役続行を支援

1.デイサービスセンターでなくデイ・アクティビティセンター

⑴大学教授が唱歌を歌わされ、憮然として帰って行った

以前、スウェーデンの福祉事情を視察してきた人から聞いたのだが、あちらでは「デイサービス・センター」とは言わず「デイ・アクティビティ・センター」と言っていたそうだ。しかも、所長を務めるのは利用者だったという。

知人からこんな話を聞いた。父親をデイサービスに連れて行くのだが、リハビリとかゲームにはついて行けず、１人でずっと、センターの片隅で新聞を読んでいるのだと。それを聞いて、他人事でない気がしてきた。私も彼と同じようなことをするのか。

また、認知症になった大学教授がデイサービスに連れてこられたが、幼児向けの唱歌やゲームをやらされて、憮然として帰って行ったという。

団塊の世代がデイを利用し始めた今日この頃、もっと彼らの意向に沿ったサービスを考えてもいいのではないか。というよりは、彼ら自身にデイのあり方を考えてもらえばいいのではないか。これまで社会でそうそうたる活躍をしてきた彼らに、唱歌を歌わせるなどナンセンスだ。

彼らに合ったサービスのあり方を彼ら自身に提案してもらい、一緒に新事業を展開していくのも「サービス」と考えていいのだ。もっと発展して、この際「福祉」という概念を取り払って、もっと広義の福祉を考えてみたらどうか。

⑵看板は「〇〇工務店」というデイサービスセンター

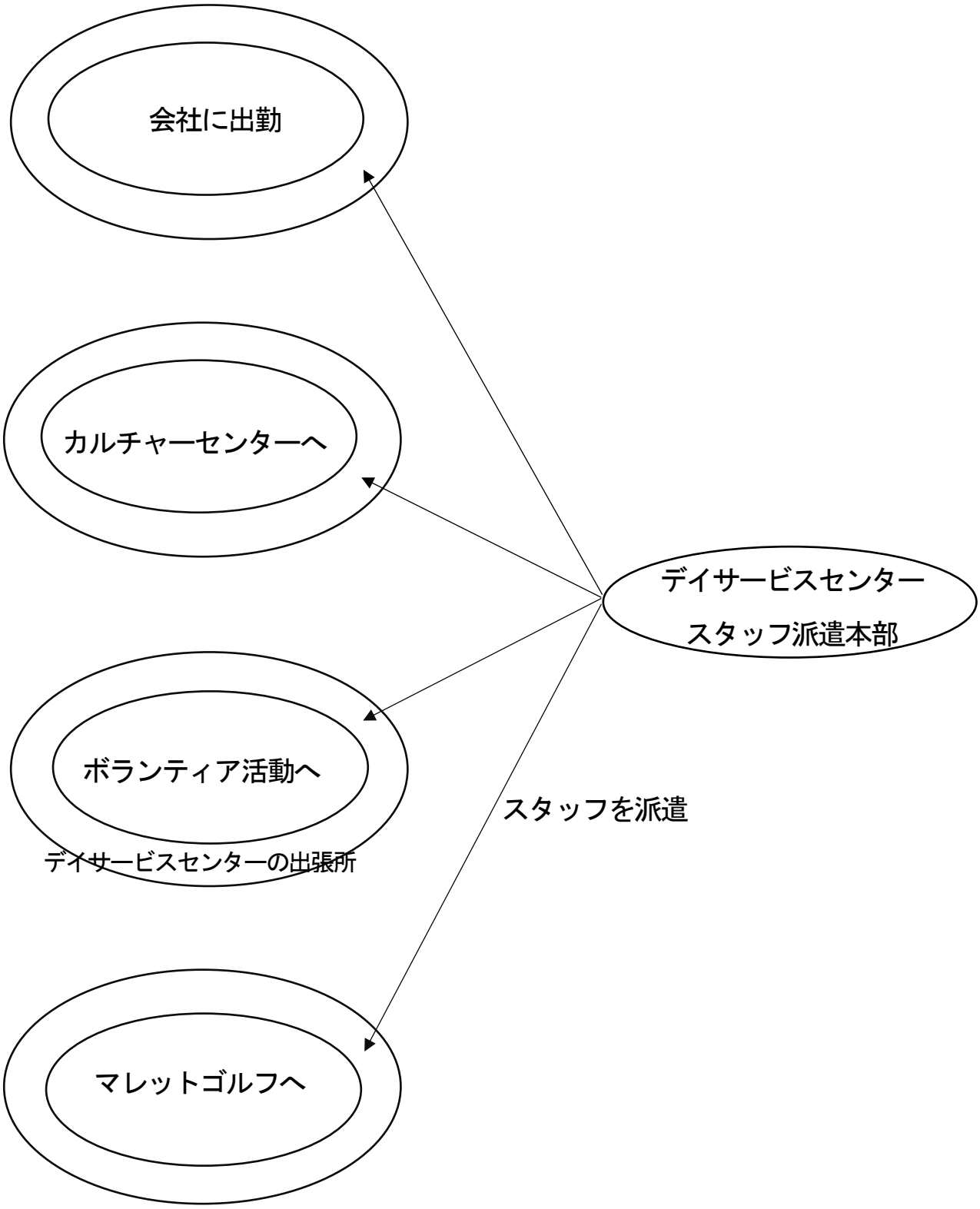
東京にある有名なデイサービスセンター。看板にはデイサービスセンターではなく、「〇〇工務店」。各自名刺を作ってもらい、タイムカードを押して「出勤」し、「〇〇さん、今日は△△へ行って××の修理をお願いしますね」。これならやりがいもある。まさにデイ・アクティビティセンターである。

地域福祉を推進している社会福祉協議会や地域包括支援センターなどでは、地域のシニア男性の本業の腕をプールし、必要な所に派遣するやり方が広がっている。

社協なり地域包括が事務局になって運営し、介助や送迎などが必要な人にだけ、サービスをつける。メインはアクティビティセンターでのシニア男性の能力活用である。

デイサービスセンターの新しいあり方

＜現役療法・モデル図＞



⑶利用者が行きたい所へ、デイのスタッフが出張する

今はデイサービスセンターという福祉制度がそのまま存続している。福祉というものを全面的に主役の位置に据える。そして、利用者はすべてデイサービスセンターへ集められ、デイサービスを受ける。

これが全面的に逆転されるのがこの図だ。福祉は主役から引き下がり、利用者１人ひとりがやりたいこと自体が前面に出てくる。利用者はデイサービスを受けるのでなく、自分がやりたいことをする。会社へ行く人、マレットゴルフ場に行く人、カルチャーセンターに行く人。

⑷利用者はギリギリまで現役を貫ける

要介護の人は、自分の行きたいところへ行って、そこで必要なサービスを受ける。介助、送迎、リハビリなど。そのためにデイサービスから、利用者の行く所へスタッフを派遣する。福祉の専門性は、ここで発揮すればいいのだ。そうすれば、福祉のプロであるデイサービスセンターが工務店の運営ノウハウを習得する必要はない。

こうすることで、要介護になっても、ぎりぎりまで自分のやりたいことをやり続けられる。福祉は、隠し味程度の機能で十分だ。福祉は最低限度しか社会の表面に出ない。福祉臭さがこれで社会から消えていく。

⑸どのグループがどの病気のリハビリに適しているか

このあり方がデイサービスだけでなく、他のさまざまな福祉サービスにも適用されるとなるとどうなるか。喉頭癌の手術を受けた人が、これからどのようにしてリハビリをしようかと考えた。公民館の合唱グループに入っている知り合いに相談したら、このグループには喉頭癌のリハビリのために参加している人がいると教えてくれた。このように、公民館では、どの趣味グループがどの病気のリハビリに適しているかといった情報が流通しているという。

やはり、これが住民のやり方なのだ。リハビリのためにリハビリセンターに行くというのではなく、普通の生活の中で、自分の好きなことをやりながら結果としてリハ

ビリになるあり方を追究している。それが住民の知恵だった。

⑹福祉はどこで行われているのかわからない

これをすべての福祉サービスや活動にあてはめてみたらどうなるか。例えば老人ホームも、リハビリセンターも、保健センターも、ふれあいサロンも消えていく。福祉の機能だけが残って、それが利用者の活動する場へ派遣される。

地方に行くとよくわかるが、大体大きな建物と言えば老人ホームかデイサービスセンターか保健センターだろう。これがきれいに消えていくのだ。福祉はこの地域のどこで行われているのかがわからない。住民から見たら、まさに理想の形態である。

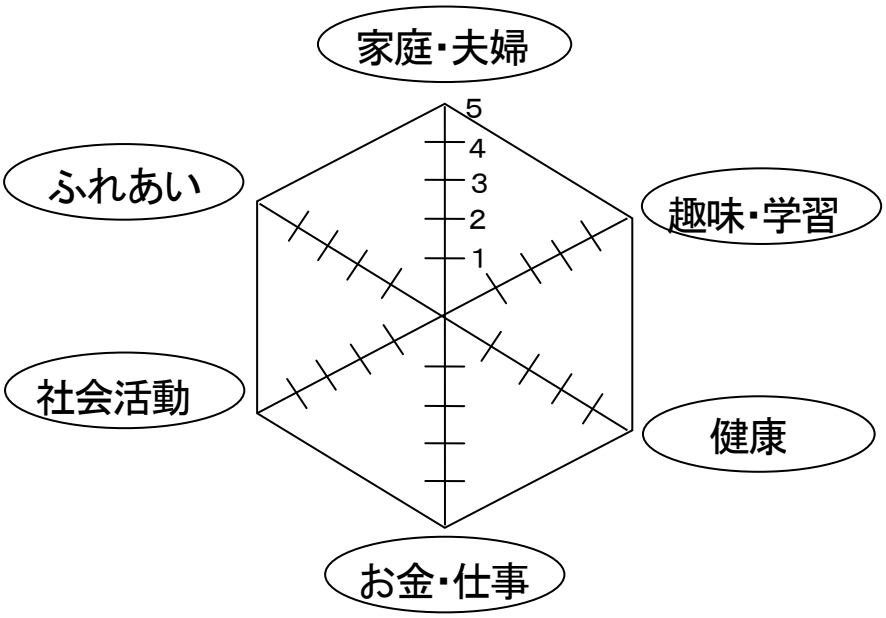
2.現役療法－シニアに期待される新しいライフスタイル

⑴「病気は全人格の一つにすぎない」

私の知人にパーキンソン病の人がいるが、この病気にかかっていることを、公言もしないし、さりとて隠すというわけでない。彼の考え方によると、こうなる。

病気は、確かに私の意識に強い影響力を持っているが、その程度であって、病気の存在によって、私の意識が完全に占拠されて、日々そのことで心が揺れ動いているというわけではない。「全人格の１つ」と彼は言うのだ。

「私」の人格を構成しているものはたくさんある。本研究所が開発したこの「豊かさのダイヤグラム」にあるように、私たちの生活は主にこの６つで成り立っている。仕事をし、健康づくりに励み、趣味を楽しみ、家庭生活をし、ふれあいをし、社会活動もする。それぞれに励む自分がいる。その中の健康の１つにパーキンソンはある。それ以上でも以下でもない。自分の中の意識を占拠している割合も、せいぜいが６分の１というわけである。



⑵いつものような現役生活で、良質のリハビリができてしまう

ところが社会はそうは見ない。相手がそういう病気だと知ったら、その人はもう、これまでのその人ではなくなったと考える。これは大変だと思い、それでもすまして出社していることを問題視する。会社が知らずに雇用し続けているのはまずいから、教えてあげるべきではないか、とか。そのために仕方なく退職したり、グループをやめたりする。そのように仕掛けた人は、その人のためにも、社会のためにも、いいことをしたと思っている。

では彼は、なぜ、無理せずに退職してリハビリに専念するといった選択をしないのか。それは、「現役療法」の方が自分にはよほど効果があるからだという。どういうことか。

リハビリとは、口をパクパクしたり、大声を出す訓練をしたり、歩いたり、かかとを上げてつま先立ちをしたりと、メニューは色々あるが、はっきり言えば面白くない。ところが、発病以前のように、いつもの通りに出社し、電車に揺られ、仲間や顧客と懇談し、時には大勢の部下の前で檄を飛ばすと、これらのリハビリの多くが自然に実践してしまえるのだと。

顧客の人と歩く場合、相手はこちらがパーキンソンだということを知らないから、大股ですたすた歩いていく。彼はそれに必死についていく。家でやるよりも、かなりハードなリハビリになる。家でやっているリハビリの上級版を知らず知らずのうちに実践できるというのだ。

逆に家にいると、大股で歩いたり、大声を出す機会はほとんどないから、「リハビリの時間」以外は休みがちになる。そもそも、ただリハビリだけやっていても、つまらなくて続けるのは難しい。

⑶病気でも普段通り出社し、仲間と１杯やる—ができる社会

彼にとって、現役を押し通すというのは、まさしくリハビリそのものなのだろう。私は「現役療法」と名付けることにした。社会全体が病院であり、みんな病気になっても、普段通り出社し、工場に通勤し、働き、そして仲間と１杯やる。それができる

社会こそが、本当の福祉社会なのだ。今の福祉社会と言えば、要介護度とか障害の等級に分けられ、その程度に合った施設に入所させられたり、サービスを受ける。もう通勤は止める。会社へも行かれない。これからは病人として、病人にあてがわれた生活をする。そして、つまらないリハビリをやらされる。リハビリ効果は、だから上がりにくい。もう社会生活とはおさらばだ。これが文明的な処遇法である。

⑷当事者には相手のやさしさを引き出す役割がある

と言っても、現役を通すというのは、確かに難しい。社会のあり方を根本的に変えなければならない。ラッシュアワーに、あきらかにそれとわかる病人が乗ってきたらどうするのか。様々なことについて、病人側と健常者側が折り合って、妥協点を見つける以外にない。

私は高齢になってからは、山手線に乗っても、なるべく誰かが私に席を譲る手間を煩わせないよう、入り口のあたりでおとなしくしている。しかしそれでも、真ん中あたりに座った人が、わざわざこっちに来なさいと手招きしてくれる。せっかく自分の前の席が空いたのだから、自分で座ればいいものを、わざわざ私の肩を叩いて、こっちに座れと言ってくれるサラリーマンもいる。人間はこんなにやさしいのかと、そのたびに私は感激している。

「こんなに混んだ所に乗って来るなんて」と舌打ちする人もいるだろうが、そうやって当事者が敢えて普通に生活をし、電車に乗り込んで迷惑をかけたりすることで、迷惑をかけられた方のやさしさが引き出される―日本人というのは、そういう人種のような気がする。

⑸これが本物の共生社会だ

今、共生社会作りが我が国のホットな関心事になっているようだが、共生は地域のふれあいサロンや認知症カフェなどでもできるだろうが、当人の求める共生は、通勤電車の中や、厳しいビジネス活動が行われる社内でこそ、実現されるべきではないのか。

何かというと思い出す映画のシーンがある。題名は「マイ・レフト・フット」。イギリスの名優・ダニエル・デイ・ルイスが最重度の障害者に扮する。ほとんど寝たきりの男だ。彼がサッカーの試合にゴールキーパーとして参加している。寝っ転がるだけで、もともと手足を使えない。相手チームがゴール目指して蹴りつけた球を顎で受けて、離さない。そういう人も仲間に受け入れる子どもたち、それに敢えて加わる最重度者。これが大人の社会で実現すれば、まさしく共生社会になるのだろう。

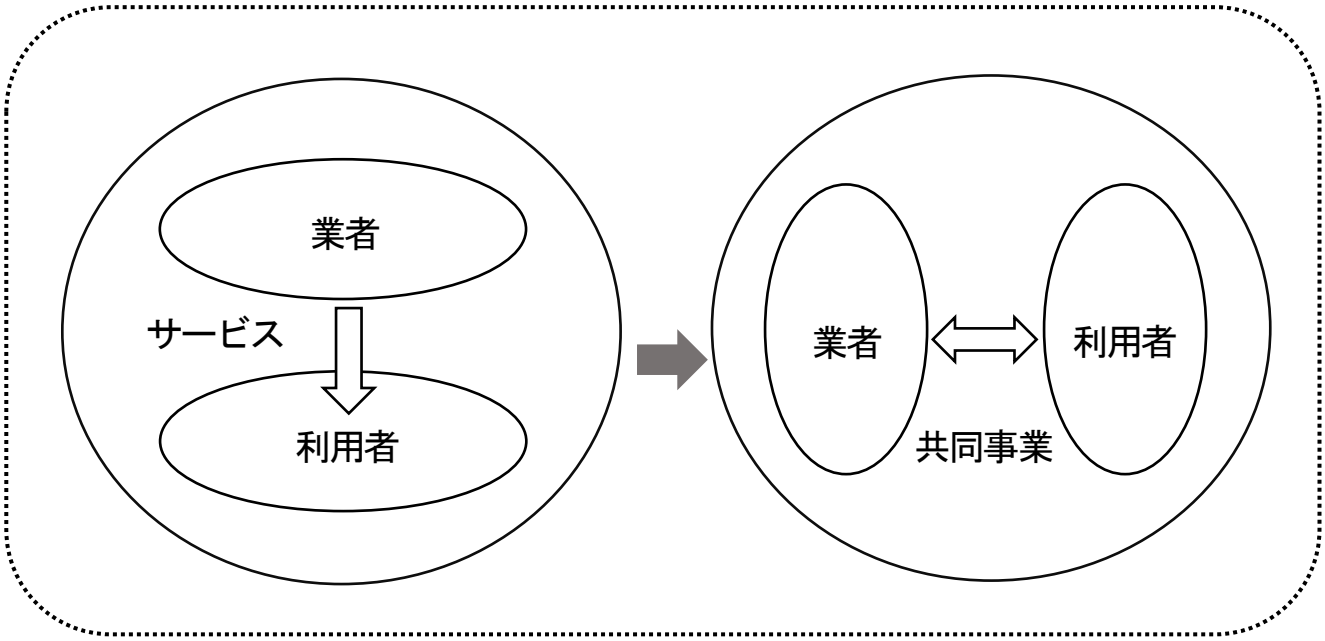
第10章

福祉サービスを業者と利用者の共同事業に

⑴サービスの現場で、自然に共同事業へ変わっていく

自助が福祉のあり方を変えていくと期待されているが、では今の福祉の根幹を成す「サービス」という福祉事業はどうなっていくのか。

福祉は担い手と受け手の共同作業だと言った。だから、例えば施設運営というものは、利用者との共同作業ということもできる。同じ発想で、デイサービスは両者との共同事業、市民の福祉サービス活動も、両者の共同活動ということになる。



当事者（利用者）の動きが活発になっていくと、当事者が福祉をリードする形になっていくが、そのために今の福祉サービスの仕組みをドラスティックに変えていくことはせず、福祉サービスの現場での担い手と受け手の関わりの中で、自然に関係が、サービスから共同事業に変わっていくと考えたらどうか。

⑵デイサービス現場で利用者ができそうな活動

以下に、デイサービス現場で利用者ができそうな活動を並べてみた。こう見ていくと、できることはたくさんあるような気がする。問題はスタッフがそういうことを許容、支援するかにかかっている。

あるデイサービスセンターで、若年性認知症の男性が来たが、高齢の利用者たちの

面倒をよく見ているのに気付いた所長は、この人をスタッフに取り立てた。進行してきたら、利用者に戻ればいいというのだ。

①利用者同士で助け合い

これがなぜ共同事業になるのか。もしリーダー級の人が主導して、本格的に利用者同士で助け合いを進めるのなら、施設側としてはこんなにありがたい話はないだろう。この活動が本格的なものになれば利用者でセンターを運営していることになる。

②スタッフの仕事を代行する

これをしてくれれば、スタッフは別の仕事をすることができる。例えばリハビリとか、レクリエーションなどは、慣れた利用者ならスタッフの仕事を代行できる。その間、スタッフは別の業務に専念できる。

③サービスを利用者の自主活動に

レクやリハビリ、ふれあい活動などは、それぞれの利用者が自分で開発していけばいい。それを指導していけば、いずれは各自が自主的に行うことができるようになる。入浴にしても、危険のない部分に限定して利用者に任せることができる。

元美容師の女性が認知症になり、デイサービスセンターを利用することになった。そこでセンターは彼女に、仲間の髪のドライヤーをかけてもらっている。

④利用しない日の過ごし方で利用者同士が協力

デイサービスを利用し始めると、そこで提供されるレクなどを楽しむことに慣れ、利用しない日に自分で一日の過ごし方を考えるのが億劫になる。そういう場合に、地元のサロンに参加したり、各種の趣味活動に参加すればいいが、地域グループのことを知らないと、どうしようもない。そんな場合、各種のグループに参加している人が、参加を仲介してくれればいい。サロンや趣味グループは、要介護の人の参加を嫌がる場合もあるので、そういう情報にも通じている人がコーディネートしてくれればい

い。こういうことは、デイのスタッフには疎い人もいるだろうから、利用者と連携すればいい。

⑤サロンや趣味活動に皆で参加する

グループによっては、要介護者の参加を受け入れない場合もあるので、そういう時は、利用者だけで独自にグループを作ればいい。

⑥デイサービスのあり方を提案したり、個々の自主的なデイも

団塊世代などが参加するようになると、彼らの本業時代の腕を生かして、様々なことができる。デイサービスの事業提案もやってもらえるかもしれない。

ある地域のデイサービスの利用者が、デイのない日に何をしているのかを調べたら、１つは畑仕事をしている人が多かった。そしてそれを、地域の人が手伝っていた。デイを利用しない日にやっていることを調べた上で、これに参加したい人を募るのも１つの考えだ。

	デイサービス利用者の活動	実行した・したことがある	これからしたい
1	利用者同士で助け合い		
2	スタッフの仕事を代行する		
3	サービスを利用者の自主活動へ移行		
4	利用しない日の過し方で利用者同士が協力		
5	サロンや趣味活動に皆で参加する		
6	デイのあり方を利用者が提案・個々の自主的なデイも		

⑶施設入所者との共同事業も

①ホームからの里帰りの受け皿になっている家

同じように施設の入所者も、施設管理者との共同事業のつもりで取り組んだらどうか。

要介護の人でも、活動は可能だ。北海道では、脳梗塞で下半身まひになった一人暮らしの女性が、施設入所を提案されたが、これを拒否し、近隣の人たちと民生委員の支えで、地域で生き続けている。

その女性の自宅が今は、ご近所の認知症などの人たちの居場所になっている。また、老人ホームから夫婦でこの家に里帰りしているケースもある。それを広げれば、今後、この家が老人ホームの里帰りの受け皿になっていく可能性もある。あるいは施設から里帰りのついでに、地域での趣味活動などに参加することもありうる。つまり老人ホームから地域活動をするための出先拠点ともいえる。

②施設を拠点にした多様な生活スタイルの実現に入所者と取り組んだら？

老人ホームによっては、地域の公民館活動などへの参加の便宜を図っている施設もある。施設に入ったら一生この中で暮らすというのでなく、もっと多様な生活の仕方があっていい。それを入所者と一緒に考えていったらどうか。個々の入所者と共同事業として取り組んでいいではないか。

③入所者同士の助け合いやスタッフの仕事の代行、サービスを入所者の助け合いになど

このように、デイサービスと同じことがいろいろできる。

④入所者として地域に貢献する

本書の中に、認知症の施設入所者が在宅の認知症の人を訪問していた事例がある。

⑤自宅復帰や里帰りが広がるための地域拠点づくり

この章の冒頭で触れたように、入所者の願いを叶えられるように、その前線基地を地域につくるのも、むしろ入所者の方がやりやすいかもしれない。

	施設入所者の活動	実行した・実行したことがある	これから実行したい
1	入所者同士で助け合い		
2	スタッフの仕事を代行する		
3	サービスを入所者の助け合い活動に		
4	入所者として地域に貢献する		
5	地域のサロンや趣味活動に参加する		
6	新しい施設のあり方を関係機関に提案		
7	自ら自宅復帰して、他の仲間の受け皿に		
8	里帰りグループを作り、助け合い		

第11章

市民活動レベルで担い手と対象者は合体しよう

地域にたくさんできているボランティアグループ。今ではそれらのグループまで、担い手と受け手に区分けすることが当たり前になっている。せめてこの種のボランティアグループぐらいは、担い手と受け手を合体させられないものか。

有償サービスグループが、かろうじて合体に近い考え方だが、現実には、サービスの利用者と提供者は分かれている。

以下に紹介する中から、できることから始めてみたらどうか。

⑴自分も活動する側になる

要は活動をどう定義するかであって、活動計画を立てる、活動案を立てる、活動の振り返りをする、人の配置の仕方を考える、といったことも活動と考えれば、どんなに要介護でもできるわけだ。要援護者ができそうな部分には、健常者はあまり関心を持っていないところが、じつは今の市民活動の欠点とも言える。

⑵担い手と受け手の区別をしないグループにするよう働きかけ

一般論で提起しても受け入れてもらえないので、具体的な活動の中で提示するのだ。「人員が足りないようですから、今日は私にやらせてください」というように。役員選出の時などに、「私にやらせてください」と手を挙げる。皆がそのことを深く考えないうちに、決を採ってしまうとか。

⑶グループ活動のあり方で提案する

こういうことなら、いつでもできるはずだ。それが実践されるよう作戦を考える。活動の中で、やり方を変えさせれば、次回からその案を取り上げてもらえるかもしれない。

⑷求められれば、リーダーにもなる

会のことをいつも熱心に考え、企画会議などで熱心に案を提示すれば、まずはサブリーダーをやらせてみようともなる。その結果、対象者に企画などを立てさせればう

まくいくということがわかれば、次回からはこういう役は対象者にやらせようとなるかもしれない。

⑸受け手側のニーズを取りまとめ、活動しやすい形にして提案

この活動がうまくいけば、グループ活動自体が活性化されるのではないか。受け手のニーズは、担い手側が特にわからないことであり、それを担い手にも分かり易いように取りまとめて提示すれば、担い手は助かるし、受け手の役割の重要性がわかるのではないか。

⑹受け手の人でもできる役割を考案し、受け手側に提示する

これができれば最高だ。担い手側も喜ぶし、そうすると今度は担い手は何をしたらいいのかを考えるようになるかもしれない。そのためには、その案をまずは対象者自身でやってみなければならない。

⑺受け手側で自主的に助け合う

ただやるだけでなく、担い手には何をしてもらいたいかを提示することも大切だ。

	市民活動グループに、当事者ができること	実行した・実行したことがある	これから実行したい
1	自分も活動する側になる		
2	担い手と受け手の区別をしないグループにするよう働きかける		
3	グループ活動のあり方で提案する。		
4	求められれば、リーダーにもなる。		
5	受け手側のニーズを取りまとめ、活動しやすい形にして提案		
6	受け手側にもできる役割を考案し、受け手側に提示する		
7	受け手側で自主的に助け合う		
8			

第12章

要援護者の人助けを妨げる「ボランティア」

1.「ボランティア」が引きずっている古い観念

対象者も担い手になれるという空気を地域全体につくっていかねばならないが、その障壁になっているものがある。広くは日本文化そのものだが、気になるのは日本式の「ボランティア」という考え方である。最近はこの言葉を声高に叫ぶ人は少なくなっている。それだけこの言葉と、その意味するところが日本社会に定着したのかもしれない。としたら、ますます気になる。

ボランティアが引きずっている古い概念が、要介護者が担い手になろうとするのを妨げているのだ。そろそろ「ボランティア」を使うのはおしまいにして、新しい言葉を考え出す時期ではないか。

⑴私は正真正銘の「担い手」だという考え

この言葉は、自分は担い手として対象者に関わるのだということを宣言しているのと同じだ。いや、自分も時には助けてもらう立場なんですよ、などと意識しているだろうか。社会もまた、「ボランティア」を見たら、すぐに「担い手」と判断する。こういう人が周りにいれば、柔らかい発想が妨げられる。

⑵無償の奉仕。お返しはいただかない。これでは対象者は困る

「ボランティア」と言えば「無償の奉仕」、見返りは絶対にいただきませんよと宣言したも同然だ。つまり、対象者がお返しをする余地がなくなる。これも困る。それに、自発的な無償の奉仕と宣言したということは、私が決めたやり方で活動を提供しますと宣言することにもなる。それも困る。

⑶何をするかは私自身が考える

ボランティアはなぜか、やることは私が決めると思い込んでいる。そして、決まったら、他のことを頼まれても応じないのが普通だ。ほとんど自己目的的な活動なのだ。要援護者が、こういうことをしてほしいと言う余地もない。

⑷要援護者を活動の仲間に入れる気はあるか？

こういう問いをボランティアグループに発することが、そもそも可能なのか。ボランティアはあくまで要援護者への支援を目的とするので、そういう相手を活動仲間に加えること自体、ナンセンスと言われるのではないか。

⑸仲間が要援護になったらどうするのか？

この問いもまたナンセンスかもしれない。要介護になっても支えるぞ、というのは助け合いグループのやることで、ボランティアグループには馴染まないと言われそうである。ということは、要援護になったら脱落ということか。

⑹元気な人が元気な時にやるもの？

誰かが明確に定義づけをしているわけではないが、一般的に言って、ボランティア活動と言えば、元気な人、体が頑健な人がやるものというイメージができてしまっている。まさか要介護でもできますかなどとコーディネーターに聞くわけにはいかない。要援護者ができるような活動ではないと、誰もが考えている。と言えば、これもまた要援護者の参加希望を挫けさせる要因になる。

⑺ならば、要介護であることを生かした活動を考えられるか

読者もボランティア活動の事例をあちこちで見ているだろう。その中に「寝たきりボランティア」の事例はあっただろうか。やはり、ないだろう。

ボランティア関係者にそういう事例を問うこと自体、意味がないだろう。寝たきりでボランティアをするなど、初めから門前払いされるに決まっているからだ。

2.「ボランティア」はそろそろ死語に

そういえば、今使われている「ボランティア」という言葉は、以前に関係者が厳密に定義したものとは、違っている。私たちが「〇〇ボランティア」をしていますと言

うとき、それはほとんど「〇〇活動」をしていますと言っているのと、変わらない。単なる「活動」と言っているのと同じなのだ。

それと、「有償ボランティア」という言葉だが、これもおかしい。「ボランティア」がそもそも無償であるのに、それに「有償」がくっついている。こんなおかしなことはないと、以前はこれが大分論議になったが、最近はこれに突っかかる人はもういない。要するに、この場合の「ボランティア」は「活動」と言うのとまったく同じなのだ。そういう意味では、「ボランティア」もそろそろ死語になりつつある。

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/