

第1分科会

第1分科会：生きがいと仲間づくり、自己実現、ネットワーク

市野 弘 氏：花王福祉工場責任者

みなさんが嬉しいと思えるようなことが一日にどれほどありますか。幸せとは自分が変わったと感じることであると思います。幸福感というものを一つのキーワードとして挙げておきます。幸福感を得るために、縁がある。糸編の漢字は非常にたくさんありますが、その中から挙げますと、縁と絆、結、継です。縁があったあとに絆が生まれる。さらに結が始まる。そして継です。

私のいまの研究テーマとしてみんなの居場所を考えてみませんかということです。居場所とはなんだろうかと考えた時についつい高齢者が集まる場所とか子どもが集まる保育場所とか年齢でわけてしまがちですが、そうではなく世代を越えて集まるというのが居場所として大切であると思います。寂しいからコンビニに行くおばあちゃんや、子育てに途方に暮れてしまうお母さんが多いです。居場所というのはただ場所があるという事だけではありません。個々と個々の絆という部分をどうとらえて行くかということが大切であるということです。私たちが考えているのは、大きな健康の力です。生活習慣病というのが現代の私たちの大きな問題ということです。もう一つは情報力です。テレビ・ラジオ・新聞…嫌というほどの情報を耳に届きます。それがストレスとなりいろんな問題点が出てきます。そのストレスをどう解消するかというと、情報を選択して、集中して解決していくという情報処理能力が必要です。もう一つは笑いの効用です。笑いの効用とは何であるかというと、生きる力です。人生において生きる力というものは笑いから始まります。女性が男性より寿命が長いのはなぜかというと、鏡を見てお化粧をするからだと言われています。このようにモチベーションをあげてポジティブな考え方を持つことが笑いです。笑顔というものはコミュニケーションです。お互いに笑顔でいると笑顔が返ってきます。怒っていると怒って返ってきます。健康、情報、生きがい、これらが縦の軸です。

では、横の軸は何かと言うとまず、自分の為に何かをするというような充足感。要するに社会貢献です。「生きているうちは社会貢献をしたい」この気持ちはどこから来るのかというと自分めです。それから誰かと共に何かをするというボランティアです。もう一つは他人の為に何かをすることです。充足感、存在感、使命感といった世界の中での生きがい就労です。生きがいの中で就労するというのはひとつの使命感です。このような充足感、存在感、使命感といった横軸がさきほどの縦軸に入っていくわけです。これらで形作られるマトリックスをその人それぞれの生き方中で進めています。それが生きがいです。そうすると、忘れていた人生の宝物に気づくことができます。日々の社会の中で忘れていた生きることの感動

池田武俊 氏：大牟田市保健福祉部長寿社会推進課

大牟田町は、15年後の日本と同じような状態になっています。今後ますます認知症が増えると予測し、平成14年から支えるための町づくりを作成しています。福祉の世界だけでなく、認知症問題も地域でサポートすることが重要であると考え、皆で支える町づくりを作成しています。

認知症とは、何らかの障害で脳に影響を与えて起こることです。認知症になることで、日常生活に影響を与えてしまいます。（昨日のことが思い出せない、記憶をなくす、約束を忘れる）この状態のことを認知症と呼びます。現在、200万人の人が認知症にかかりています。2015年回帰世代の人が75歳以上になった時、ますます認知症が増加します。年々寿命が伸びていることから人生の最後は認知症になると断言できます。認知症とは以前は「痴ほう症」と呼ばれていたが、認知の能力に支障を起こすことから「認知症」に変更しました。

しかし、認知症になったからといって全て記憶をなくすことはありません。認知症に罹っているか、罹かっていないかのところでの早期発見が望ましいのです。認知症になることで失敗を繰り返していくうちにだんだん自分自身を見失っていくことに不安に思う人が多いのです。

私たちは、一方的に認知症の方を支援するのではなく、認知症の方の悩みや思いを尊重し、認知症になってしまふ人の人らしく生きていけるようにする、その人の自己実現、社会に1人の人間として居場所を作るようにしていきたいのです。また、認知症キャンペーンも行っていて、認知症の方の社会貢献を支援しています。その他にも、徘徊SNSネットワークというものを作成し、徘徊で居なくなってしまった時に地域の方が一緒に探してくれるようなシステムも導入しています。

認知症にならないような予防施設も設置しました。高齢者のみでなく、様々な世代の人達が集まって交流することを目的としていて、行政がおしつけた内容ではなく自由に使って頂く場所として、認知症予防を行っています。私たちの町づくりの中核にしていることは、介護保険制度の仕組みです。これらの町づくりの中心には、介護の事業所や福祉の事業所があると良いと思い、その事業所の先に地域介護施設があることです。現在では要介護の人しか地域施設を使いませんが、もっと多くの人が交流を図れるような交流施設にした方が良いのです。詳しい内容はHPに載っています。地域交流施設を37か所作成しました。ほとんど介護事業部が運営を行っています。また、大変なのは認知症だけでなく、子どもや親も同じです。

です。それは子供から大人までまだ忘れている部分があります。

それは自然、土です。高野山のふもとには花園畠があります。そういう所は皆さんの地域にもたくさんあります。そういう所を是非確認し合ってください。そうすると目線が変わります。生きがいの力、生きがい力の目線です。これがいい人はうつ病などにかかり、簡単に崩壊します。治癒力がないのです。うつ病というのは静まるだけではなく、うつぶんを晴らすような暴力的な面もあります。だからそくならないように見つけてあげる、自分自身が崩壊しないようなそんな目線を持つことが大切です。

やはり、生きがい目線のようなものをアップさせるためには仲間と交流することです。ネットワークを繋げることが必要です。すると目標というものが考えられます。目標を持った人はそれを意識することができます。生きがいを活かせるような目標を持った人だけが生きがいを感じることができます。このような考え方を持つことで自分自身が変わってきます。

働いている人の中でワークライフバランスというものが言われていますが、具体的に行政が家族の日、家族の習慣が制定されました。企業の方もこのワークライフバランスを上手く活用してくださいと言っています。厚労省も介護の日を制定したりしています。私の会社でも全体の2パーセントの400人の障がい者の方が働いています。生きがいとは何だろうか、働きながらでも生きがいは見つけられると思います。私たちはその中でそういうものをアドバイスしてあげる必要があります。そこでひとつずつ働き口が必要になってくると思います。生きがいを持って働いています、相乗効果です、と言えるような。そこで、相乗効果とは何だろうか、相談し、恋愛しましょうねといった形と嬉しい気持ち、いい環境。それと実行し実感し、感動することです。

それと地域社会との関わり、遊ぶどこもなく楽しむこともないといったような人を集めて一緒になってゲームをしたりして盛り上がる。来てよかったですなと思ってもらおう、仲間を作ってもらうことでこれから前向きな行動に繋がっていくと思います。それから、家族とはなにかという仲間です。もちろん原点は本当の家族ですが、仲間というかたちである家族です。

生きがい力とか、嬉しい、感謝、労働する、与えられる環境、そして仕組み。その仕組みはみんなで作っていかなければならないのです。作って自分自身が「ああ、よかったな」と自己実現することです。すると、こうやつたらどう何だろう、こうやつたらおもしろい、と思えるようになります。



その要因は社会離れが挙げられます。子どもが新聞を読まなくなったり、保護者の育児による社会離れなどがあります。75歳以上の高齢者クラブでは、74歳以下の人が入ってこないことに悩んでいます。そこで、考えたのが3件両隣までの町づくりを行うことです。一緒に作業を行うことにより交流を図ることで、公民館に置くベンチやテーブルなどを日曜大工で作り、子どもと一緒に世代交流を行うようにしています。他にも、3年前から正月明けに「途切れない巻きすし」を作るといった行事をとりいっています。食べ物になると子どもの参加率が上がり、保護者も参加し、皆が顔見知りになる機会となっています。

「1人の100歩より100人の1歩」という言葉を合言葉にしています。皆で力を合わせて行きましょうという意味が込められています。このような活動の最初は、認知症の理解を広めることと・認知症の支援することを目標にしていましたが、やがて、地域の皆さんのが「自分たちの地域を作る」といった取組みに変化してきました。このプロセスを振り返ってみると、行政のみ、専門職のみ、地域のみでは出来ないことがわかりました。皆で力を合わせて行うことが重要であると感じます。人の役に立つことで、自分自身の役割や、生きがい、自己実現といった取組みになると考えます。自らが主体的に生きていくというそのことが「生きがい」につながると思います。