

こうして超高齢社会を乗り切ろう

NPO仙台敬老奉仕会

吉永 馨

世界一の長寿国

長寿金メダルだが・・・？

1. 孤独死、自殺、心中、依頼殺人、虐待。
2. 施設は人手不足、3K（きつい、汚い、危険）、離職率が高い。介護は身体介護で精一杯。心のケアまで手が回らない。年寄りには寂しい。状況は今後もっと厳しくなる。
3. どうすれば世界一の長寿を喜び楽しめるか。

老後の不安／現実

1. 喪失の年代
若さ、体力、知力を失う。
名声、地位、収入、愛する者
2. 病気、孤独、死
3. 悪しき実例：家族による虐待、施設における虐待
4. 悲しい実例：孤独死、自殺、心中、依頼殺人

介護保険制度

1. 医療・介護費の増大。豪華有料老人施設は富裕層は支払えるが低所得者は支払えない。
2. 介護保険制度の創設（2000年）
40歳以上の国民の強制加入制
介護保険財政にも上限がある。
保険財政内の給付という制限が生じる
施設側の収入が制限される。職員の低賃金。不満。
住民側も施設の利用が不十分。不満。
3. 基本的に、双方不満の状況が生じている。

日本国憲法25条

1. すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。
2. 国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上および増進に努めなければならない。
3. 年寄りが介護施設で見捨てられ感に悩み、尊厳を保てなければ憲法違反になる。

国の対策

1. 外国人の導入、ロボットの活用、離職者の呼び戻し、ボランティアの育成。
しかし実効が上がっていない。
2. 地域包括ケア：2005年（医療と介護の協力・調整）。
3. **地域共生社会** 2017年、我がこと、丸ごと。地域の人々が助け合う社会。
4. かけ声は高いが、現場の状況はあまり改善していない。
5. なぜか？ どうすれば良いのか？

25年問題

1. 2025年、戦後生まれの団塊の世代が後期高齢者になる。
2. 今でも人手不足、施設不足なのに、25年には介護制度が崩壊すると心配されている。
3. 地域共生社会こそ最大の対策である。

心のケア

1. 介護施設の年寄りの心のケアが満たされていない。そのことに気づいた施設は当会の理念を理解し、寄り添いボランティアを活用するようになった。しかし多くの施設は気づいていない。
2. 人は体のケアだけでは満足できない。心のケアこそ寄り添いボランティア使命である。
3. 心のケアが必要不可欠という認識を持つ人が少ない。施設の施設長も、役所の福祉担当者も、社会福祉協議会も、マスコミも。

寄り添いボランティア

1. 従来のボランティア：コーラス、舞踊、奇術などの訪問・慰問が中心。不定期。家族以外の市民が寄り添うことは不可。
2. 欧米では家族でない市民が定期的（例えば毎週月曜日の10時から）に寄り添うのが普通。それが基本的ボランティア。
3. 家族以外の人はいけないというのは急性期の病人の話。介護施設には適応しない。
4. 以上のことを知らない人が多い。それが発展を阻害している。

マザーテレサの思い

1. インドのカルカッタで貧しい人のために奉仕した。特に路傍の行き倒れ、瀕死の人を収容して看取った。
2. 彼らはお礼を言う力もない。しかし目に感謝の思いを現わして世を去った。
3. テレサの思い：「この世で最大の不幸は、戦争や貧困などではありません。人から見放され、『自分は誰からも必要とされていない』と感じる事なのです」

欧米の市民意識

1. 市民生活は市民が支えるという伝統。
王の苛政に反抗して市民生活を守った歴史。
市民革命が何度も起こった。
2. キリスト教の愛の教え。
3. 人権思想：人は尊厳を維持する権利を有する
4. 奉仕は楽しみ。無償の愛は無上の喜び。金
銭によらない大きな報酬。

欧米ではボランティアが・・・

1. 欧米では市民が積極的のボランティアをして介護を支えている。
2. アメリカやカナダでは、介護施設には必ず多くのボランティアが年寄りの心のケアを支え、職員は体のケアを行ない、心身両面のケアが整っている。
3. 在宅の老人も、給食サービスなど、ボランティアが奉仕している。施設に対する寄付も多い。
4. まさに地域共生体制ができている。
5. 日本は遅れている。急がねば25年問題を乗り切れない。

カナダのボランティア制度

1. 若い人（15-19 歳）は最もボランティアが多い。
2. 高校生は40時間のボランティアが必修となっている。
3. 年配者（55 歳以上）もボランティアに励み、総時間の**39%**を彼らが担っている。
4. すべての長期ケア施設は、ボランティア受け入れプログラムを制定しなければならない。それがないとn認可されない。設立後も監査が厳しい。

市民のためにも必要

1. ボランティアは生き甲斐、やり甲斐を感じ、視野が広がり、人生が豊かになる。これは金銭を超えた報酬である。
2. そのため、欧米のボランティアは始めると辞めない。
3. この喜びの場を市民に開放しなければならない。現状は閉鎖されている。
4. これぞ本当の地域共生社会である。

ボランティアを始める

1. 当会、或いは先輩ボランティアがいる施設に申し込む。当会に相談があれば施設を紹介する。
2. 先輩ボランティアについて見学実習する。これを4回実施すれば一人前になる。
3. 相手の老人は、初めは警戒したり、時には嫌ったりする。しかしだんだん馴染んできて、行くと喜ぶようになる。楽しみに待つようになれば成功である（ラポールが形成される）。

ボランティアの内容

1. 挨拶の後、寄り添って何もせず、見守っているだけでも良い。一緒にいること（being）が基本。
2. 友達として接する。なるべく相手の話を聞く。相手が認知症であっても話を聞く。
3. 散歩相手になるのもいい。歌やゲームをするのもいい。折り紙や塗り絵もいい。相手の好みに合わせる。
4. 食事の時、付いてあげるのもいい。スプーンで口入れてあげるのは禁止されている。
5. 一人の相手に15分から1時間の寄り添いが普通。

初めてのボランティア

1. ボランティアの基本は一緒にいること (being)。何かしてあげること (doing) もいいが、それが中心ではない。
2. 始めはこのことに慣れず、何かしなければと焦り勝ちであるが、慣れるとbeingが基本であることが分かってくる。
3. 年寄りには寂しい、人が恋しい。ボランティアがいるだけで嬉しい。孤独感、見捨てられ感が和らぐ。
4. 同じ話をされても、常に合槌を打つ。

施設の受け入れ

1. 募集：市民に呼び掛ける（ポスター、広報誌、
広告など）。
2. コーディネーター（世話役）を決めておく。
3. 応募者のトレーニング（他の施設に依頼する
こともできる）。
4. 出欠の確認、ボランティアの世話。記録確認。
5. 着かえ室、ロッカー、活動記録簿などを用意。
6. 交通費の支給（受け取らない人も多い）。
7. 敬老奉仕会に相談すれば、わかりやすく説明
し、支援します。随時気軽にご相談ください。

寄り添いボランティア募集

ボランティアを始めませんか？

介護施設でお年寄りに寄り添い奉仕をしませんか。アメリカやカナダではこれをする人が大勢います。お年寄りに喜ばれ、施設に歓迎され、奉仕者も生き甲斐を感じています。こうして市民が助け合って高齢社会を乗り切っていきませんか。

- 応募資格：お年寄りのためにボランティアをしようと思う善意の人
年齢性別を問いません。
- 内容：お年寄りに寄り添い、話し相手、遊び相手、散歩の援助、その他のお相手
- 服装：エプロンを着、名札を着用します。
- 定期性：週1回、2～3時間程度、決められた曜日、時間に奉仕します。
例外的に2週に1度もある。また週2～3回の奉仕をする人もいます。
- 報酬：原則無報酬。ただし、交通費、エプロン、ボランティア保険は支給されます。

やってみよう、または様子を聞こうと思う方は。電話、ファックスまたは電子メールを下さい（下記）。すぐお返事をします。

ここに施設名と市の連絡先を記入する

電話、ファックス、電子メールなどを記載

受け入れの実例

1. 施設が独自に準備して受け入れる。
気仙沼市春圃苑が実施している。
2. 自治体が準備して派遣。
富谷市の実例がある。
3. 1が外国の方法、これが理想。将来は日本もこの方式に統一されると思われる。
4. しかし、当面、2の方式も有効。2で始めて、1に移行するのが実際的かも









寄り添いボランティアの実情

1. 現在実践中：仙台敬老奉仕会、気仙沼市の特養春圃苑、富谷市の6施設、角田市の金上病院
2. 現在準備中：角田市市長、東京都二宮氏
3. 現在検討中：気仙沼市、村田町

二宮氏の東京分教場

1. 二宮英恩（にのみやひではる）氏（日本認知症予防学会東京支部事務長）は当会の運動に共鳴・賛同し、東京で寄り添いボランティアの研修会を組織した。
2. 研修会で当会の理念、著書、スライドなどを教材として学び、ボランティアの育成を行う。富谷方式を模範とするため、近く富谷市に来て実情を学ぶ予定である。
3. 首都圏で成功すれば全国に拡大する。

パラダイムシフト

1. パラダイムシフト (paradigm shift) : 時代や分野において当然のことと考えられていた認識や思想、社会全体の価値観などが革命的にもしくは劇的に変化すること。
2. 日本の高齢化の現象は史上初めて出現した。従来の考えでは追いつかなくなった。新しい欧米型のボランティアが絶対に必要になった。欧米型にシフトして超高齢社会を乗り切ろう。

人の本性、国の品格

1. 人は独善的で自己中心になりがちである。
2. 聖書では総ての人は罪人であるという。神を知らず、自己の欲望に生きるので、平和がない。
3. 釈迦はこの世は苦の世であるという。生老病死は避けられない。なぜ苦しいか？ 生に執着するから。真実を悟らず、欲に執着するから。
4. キリストは愛を説き、釈迦は慈悲を説く。共に愛他思想である。
5. 人に仕え、人に奉仕する喜び、これが人を幸せにする。助け合う社会はその理想である。そういう社会、そういう国は品格が高いとされる。日本の品格を高めよう。寄り添いボランティアを拡めよう。