特定非営利活動（NPO）法人

仙台敬老奉仕会

新年への期待と抱 負

目 標 は 近 い

会長　吉永　馨

今年も残り僅かになりました。仙台敬老奉仕会への深いご理解とご協力を感謝申し上げます。

仙台敬老奉仕会は特養の利用者さんに対して寄り添いボランティアを育成することを目標としています。利用者さんの中には家から離れ、家族からも世間からも見棄てられ、もはや無用な存在になったと感じる人も少なくありません。この孤独感ほど辛いことはないと心理学者は言います。それを慰め、それに寄り添い、心の友となるのが寄り添いボランティアです。

欧米では盛んなこの種のボランティアはこれまで日本には殆どありませんでした。そこで始めたのが仙台敬老奉仕会です。初めはボランティアを志望する人も少なく、これを受け入れる施設も皆無でした。それでもこの理念が少しずつ浸透し、いまや毎週５０名以上の寄り添いが実現しています。こういう運動は初めが難しく、一度歯車が回りだすと弾みがついて急展開するのが普通です。当会は今その時期にあります。目標は近いと言えるでしょう。みなさま、新しい年には一層の発展を実現し、欧米に追い付き、追い越そうではありませんか。

第 40 回　研修会のご案内

仙台市の新しい高齢福祉計画

◇講師　　仙台市高齢企画課長
米 内 山　武　氏

◇日時　1 月 30 日（金）15:00～16:30

◇場所　仙台市福祉プラザ　11 階
地下鉄「五橋」駅下車 2 分

第 39 回研修会　報告
「介護に役立つ医学の基礎知識」

仙台敬老奉仕会では発足以来、原則的に隔月ごとに研修会を開催していますが、今年 11 月 21 日（金）に開かれた第 39 回研修会では、当会の副会長・佐藤牧人東北福祉大学教授が、あらかじめ準備してくださった資料に基づき、超高齢・人口減少社会の到来、所謂「2025 年問題」にも触れながら平均寿命（男性 79.55 歳、女性 86.30 歳）と平均健康寿命（男性 70,02 歳、女性 73,62 歳）に言及、長生きの条件や健康度や健康感を理解する方法等を紹介、超高齢社会の設計には健康寿命の延長と尊厳をもって生きることが出来る生活環境の整備が必要だと指摘されました。

介護が必要な主な疾患として①脳卒中、②認知症、③高齢による衰弱、④関節疾患が挙げられますが、加齢と共に臓器の予備力が衰え、視力や暗順応が遅れ、骨折も多く、脱水症状、嚥下能力の低下、尿失禁なども起こしやすいことは一般的に認識されてはいますが、医学的な見地から丁寧に説明してくださり十分に納得できました。ことに認知能力の年齢による変化に関連して、生理的健忘と病的健忘の相違、認知症とうつ病、せん妄の違い、また認知症の型（アルツハイマー型、脳血管障害、レヴィ―小体型など）や中核症状と、それに伴う行動・心理症状（BPSD）について、更に認知症介護をしている家族がたどる心理的ステップについて、蒙を開かれる思いでうかがわせていただきました。この他に、介護施設等での感染症対策の重要性と注意点、患者・家族への療養上の指導についても詳細に述べられたうえで、最後に「看取りをどうするか（高齢者終末期ケアのあり方）」について、臨床医学の４分割法（医学的適応、患者の意向、QOL,周囲の状況）を十二分に顧慮すべきことを訴えて講演を終えられました。

ご出席の方々は 10 頁にも及ぶカラー印刷の配布資料をご覧くださっていますが、周到な準備を重ねて研修会に臨んでくださった講師のご労苦に心から感謝したいと思います。なお、講演要旨は当会のホームページにも掲載されていますのでご覧ください（http は裏面記載）。
当日の参加者は 37 名でした。（金子）

ボランティア通信〔新７〕

偶然の出会いは面白い

京 谷　伸 一

今から２年前、早朝のラジオ（NHK・明日へ言葉）から吉永会長が耳当たりの良い口調で、寄り添いンティア活動について熱く全国に向け語りかけておられるのに感動しました。

また「無理のない範囲で一緒に活動してみませんか」の一言に、自分にもできると思い、インターネットで事務所を探し電話しましたが、3 度とも不在や休みとの留守電。もう一度電話して連絡が取れなかったら諦めようと思い、電話したら古川事務局長に辿りつき、その時はほっとした反面、不安を感じながらの第一歩でした（最後の一押しがなければ、今日はありませんでした）。

毎週（火曜日 15 時 30 分～17 時）の運営会議に参加し、ボランティアの心得等について教えていただきました。私の都合の良い土曜日から早速、現場で研修に入りました（午前 10 時～12 時）2，3 回でこれは出来そうと肌で感じ自分のライフワークに組み込み活動してきましたが、今年で 3 年に入りました。

振り返ってみますと 20 年余年、営業マンとしての経験が結構役に立ち、また現役の時に社会貢献について議論したことはあったものの今一つストーンと納得できませんでしたが、最近寄り添いボランティア活動をしていると、自分も社会にほんの少しですが貢献しているな…と自分なりに感じています。特に施設を利用されている皆さんから「有難う、また来てね」の一言が何とも言えない心地良さと自己満足で一杯です。この満足度は現場でしか得ることが出来ないと思います。

最近耳にした一言に、自分のお金、時間の 99%は家族、身内のために 1%は社会のために使ってはと言われていました（これは可能と尻馬に乗る）。

最後に最近、健康寿命がクローズアップされてきましたが、①食事について、②運動について、③社会参画について大事だと言われていますが私は①と②については自分なりに気遣っていますが、退職後は③の社会参画の機会が先細りを感じていました。これをカバーするためにもボランティア活動はどんぴしゃりと実感しています。切れ目のない活動が出来るように。後輩や友人にも誘いをかけています。時間に余裕のある方は、まず一歩を踏み出してみようではありませんか。

仙台敬老奉仕会の現状（2014 年 12 月 1 日現在）

◇登録ボランティア数　４６名（38 名が活躍中）
◇ボランティア受け入れ施設数　１１施設
◇登録賛助会員数　１４０名
（内、今年度会費納入者 79 名、法人会員 6 社 ）

「仙台敬老奉仕会」短信

◇3 月と 5 月の研修会予告

3 月 13 日（金）「少子・高齢社会の不都合な真実」
仙台白百合女子大学特任教授　中熊　靖　氏

5 月 29 日（金）「特養の現状」
仙台老人福祉施設協議会会長　高橋　治　氏
「寄り添いボランティアについて」
吉永　馨　当会々長

当日は研修会後、2015 年度の NPO 法人理事会及び総会が行われます。（研修会の時間は何れも午後３時～４時半　会場は仙台福祉プラザ 11F　第１研修室）

◇ 運営会議（事務会とボランティア報告会）点描

左欄でも紹介されているように仙台敬老奉仕会では毎週火曜日午後 3 時半～5 時、会の運営や研修会の相談等の事務的な打ち合わせとボランティアの週間活動報告会が行われています。最近は毎回 10 数名が参加して賑わっていますが、比較的高齢の方が多いとはいえ、施設での様々な出会いを語り、またこの活動の課題や進展の夢を語り合う 1 時間半は若やいで老いの影など見ることもなく、時間を忘れるほどです。どなたもご遠慮なくお出かけください。新年は１月６日（火）から始まります。

◆事務局からのお願い

仙台敬老奉仕会は賛助会費で経常的な運営が賄われています。ことにボランティアの交通費や研修プログラム等のために十分な資金を必要としています。また、一定数以上になれば税制上の優遇措置も得られます。登録賛助会員数は既に条件を満たしていますが、会費納入の実績がモノを言いますので、今年度未納の賛助会員の皆さまは何卒、よろしくお願いします。また、お知り合いの方にもボランティアや賛助会員としての参加をお勧めください。

「仙台敬老奉仕会」事務局
〒981―3133　仙台市青葉区木町通り２丁目
5―18　大熊ビル３階
TEL/FAX　０２２－７２５－７２８４
E メール　keirou2009@live.jp
ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ　http://sendaikeirou.web.fc2.com
郵便振替番号　2290-9-108511
NPO 法人　仙台敬老奉仕会