

往復書簡・その2

ゆきさま、おはようございます。

昨日は初めて「現地」で受講することができました。（偶然、仕事が休みでした。）

そのため、いつもの週よりも早く「お手紙」を書くことができたため、送ります。

是非とも「地域」との繋がりを 在宅看護学領域 M1 塚本桂子

認知症の当事者の方の回の時もそうであったが、今回の石黒氏においても、広く社会に訴えかけている割には、自らが住む地域との繋がりが、その地域との活動をされていない（ご自身でも話されていたが）のが気になった。

これだけ「なるほど」と思えることを語り、かつ、活動もされているのに、どうして「地域」でそれを広めていけないのか。試してみるのなら「自分の住む地域」なのではないか。それこそ、自分を知っている人に「自分はこうありたい。自分はこういう人です」ということを確実に伝えていった方がよいのではないか。男の方の場合、地域との繋がりがより職場との繋がりが強かったりするが、石黒氏もまだ「勤め人」の延長ということなのか。もったいないし、残念でならない。「70代で認知症カフェでの傾聴役」ということだが、是非それより先に、ご自身の地域に本日の語りの内容を伝え、広めて頂きたい

「本人のプライドを傷つけない関わり方をするためには、知識、感性、忍耐、演技と余裕が必要」とのことであったが、確かにそうであると思う。先の4項目に関しては何とかなるが、問題は最期の「余裕」であり、現在の自分の状況はあらゆる点において余裕がないので、どうしたらその「余裕」が生まれるのか、問題はそこである。多分、認知症の方の対応においてのみならず、「余裕」（決して「慢心」ではない）は必要だと思う。自分に余裕があるから大らかな対応、大らかな考えができる、ということがある。逆に、余裕がないと、いろいろなことが許せないし、どうしても対応に問題が生じたりする。一生懸命やろうとすればそれだけ辛くなってきたりもする。良い意味での「遊び」が必要なのだが、きつきつの日々を過ごしているとそれが認められなかったりする。時間的なものだけでなく、「心の余裕」を生み出すには、まだまだ修練が必要だ。

日本人の多くは、死を語ることはタブーと思っているようで、「自分の死はこうありたい」という自らの意思を家族間でさえ共有できていないことが多いと感じる。「先生（医師）にお任せします」はおかしいことなのだ。「あなたの人生ですよ」と言ってあげたくなるが多々。（時には言うてしまうが。）自らがどのように生き抜きたいかを、できれば書面にして、誰もが分かるように提示しておくべきである。地域包括ケアにしても、「高齢者自身が自ら当事者として社会参加しなければ実現しない」と述べていたが、本当にその通りだと思う。「誰かのもの」「降ってくるもの」ではなく、「自分たちのもの」で、それは「自分たちで掴み取るもの」なのだ。それにはまず、自分自身の人生における自己決定ができないことにはどうにもならないのではないかと感じられた。

塚本桂子さま

ご意見ありがとうございました。

外でしゃべっている割には、荒川区内では何もしてないので、ご指摘を受けるのは当然かと思っております。

私はまだ赤字法人を必死に支えている身であり、仕事優先です。

能力のなさを時間でカバーするので、ときどき職場で

“一人二交代勤務”をしながら、また、うつ状態に浸りながらノルマに耐えております。

地元でのつながりは、以下の程度であり、自分の内向的でリーダーシップに乏しい性格が影響していると思っております。

- 40代から始めた日曜日の午前中の特別養護老人ホームでの手伝い、
- 5年前からの荒川区の認知症の人と家族の会の集いへの参加、
- 昨年から委嘱されている特別養護老人ホームの第3者委員、
- それと、20年来続いているバドミントン仲間との飲み会です。

それと、実は、妻が荒川区役所の職員で、彼女から「私の身内を肴にして荒川区で活動するのは止めて欲しい」と釘を刺されていることも影響しております。

荒川区から講演依頼もありませんし、妻の意向を無視して自分で講演会を主催する気概もありません。

あと数年で妻は退職すると思っておりますので、そうしたら地元との繋がりをつくるように心がけたいと考えております。

ただ、私は、組織を立ち上げたり束ねたりする力はありませんので、新たに立ち上がる地域支援事業の介護予防・日常生活支援総合事業に元気高齢者として参画することを想定しております。

生活の支えとなる給料をもらっている間は、

招聘されたところに可能な範囲で出向き講演をして、

年金生活を余儀なくされた時は余暇活動として認知症の家族の会の活性化などに協力する所存です。

素人講話に専門家の方がお付き合いしていただいたことに心から感謝申し上げます。

ゆき さま

メール転送ありがとうございました。