

「誇り・味方・居場所」のつくり方

～「お節介な人」と『助けて』を言える人を増やしていくこと～

NPO シニアライフ情報センター 小瀬 有明子

ゆきさん、楽しい授業をありがとうございました。

あなたの「おつき合い」の流儀はという質問では、10項目中7項目に〇が付きました。あの場に参加していた受講生の平均的な数でした。

お母さまのお話は何度聞いてもすごいと思います。

「助けて」と言えるゆきさんとその叫びに応える「えにし」の人々。そういう関係を丁寧につくってこられたゆきさんの生き様がお母様に介護が必要になった時の地域包括ケアに生きたのですね。それにもまして、お母様が商店街の人々とつながりを丁寧に作って来られたことも大きいと思いました。

地域包括ケアは地域で助け合う事なのか

「地域包括ケア」という言葉からは、地域住民が助け合う事というイメージを受けます。

確かに東近江市永源寺診療所の花戸 貴司 先生のところや森田洋之先生が書かれた『破綻からの奇蹟』に書かれていた夕張市民の生き様は、長年そこに住み続けている地域住民によるコミュニティがしっかりとあり、そしてそれぞれの個人が「自宅で死ぬ」と自覚することで、地域包括ケアができているのだと思います。

でも、その濃密な地域住民の関係が嫌で、地方から東京へ出てくる若者たちも多くいます。首都圏に住む高齢者の多くが、そうやって高度経済成長期に田舎から出てきた人たちではないでしょうか。

私が住むこの地域で「地域コミュニティによる助け合い」ができるか、と考えると、なかなか難しいことだと思います。住まいは居室数の少ない分譲マンションですが、実際に所有者がこの場所に住んでいるのは半数にもなりません。長年住んでいる所有者の顔や名前はわかりますが、賃貸として貸し出しているところでは、次々に入居者が変わっていきます。それらの人とは朝夕のあいさつ程度はしますが、どんな人なのか、わかりません。そういう人たちと繋がっていくことは難しいのではと思っています。

遠矢先生との話

先日、桜新町アーバンクリニックの遠矢純一郎先生に仕事上お話を伺う機会がありました。今年の5月からの開設された看護小規模多機能についてのお話を伺ったのですが、雑談になったとき遠矢先生が質問なさいました。

「地方のような地域のコミュニティって、世田谷でつくっていくことはできると思いますか」

たぶん、私が「ご近所暮らし研究所」に関わっていることをご存知でそのような質問をされたのでしょう。私も地方と同じような濃密なご近所関係を都会でつくっていくことは難しいのではないかと思っていたので、「難しい問題ですね」とお返事しました。

しかし、先日、「地域包括ケアのコミュニティは、地域住民だけでつくるコミュニティだけを意味しているのではない。同じ会社の退職者同士、趣味の仲間、同窓生たちなどのコミュニティもまた地域包括ケアになり得る」という文章に出会いました。それを読んだとき、「これだ」と思いました。

これなら誰もがコミュニティをつくれる。地域デビューができない退職後の男性もこれならできるのではと思いました。

フェイスブックで繋がっている小学校時代の仲間たちも、職場の仲間、社会人大学で知り合った仲間など、さまざまな人と交流をしています。

その上で、「この頃出てこないけど元気なのかな?」「一人暮らしになったと聞いたけど、困ったことはないのだろうか」など、仲間同士で気にかけてあうことで、広域的な包括ケアができていくのではないかと最近思っています。

「武士は食わねど、高楊枝」を嫌というほど聞かされて育った日本人は、自分から「助けて」と言えない人が多く、それが美徳とされてきました。

それが生きていく上の基本である人たちは少なくなっていますが、まだまだ多くの高齢者はこれが意識下にあるのではないのでしょうか。

「お節介な人」と「『助けて』を言える人」を増やして行くことで、助け合いのコミュニティを作っていくことが必要だと最近は感じています。

貴重なお話ありがとうございました。

また、半年お世話になります。よろしくお願いします。