



# 塾生の感想文

グループを代表して、感想文を提出していただきましたので、ご紹介します。

## 17年度 西京塾感想文

### ①グループ 玉村嘉一郎



#### ～回顧録～

嗚呼、みんなよかったです。「高齢者福祉に関わりたい。地域での取組が大切」そもそもこの動機から塾へ参加したものですから、1年間負担に感じることもなく、あっという間に卒業を迎えたという感じ。楽しく活動できましたよ。特養や健康すこやか学級の1日体験をはじめ、多くの情報をいただき蟻が十匹(ありがとう♪)です。ご教示いただいた関係諸氏に、ただただ感謝です。まあ結果は、グループワークらしきこともできたし、みんなでやり遂げたという達成感にも似た思いがありますよ。今振り返ると、こんな気分を味わえたのは、目的に向けたみんなの協力のお陰だったんですね。成果では、課題・提言に加えて、どんな仕組みづくりをすればいいか、少しでも踏み込めたのかなと感じています。福祉は行政だけでは進まないでしょう。結局は、「協働」をどう築くかじゃないかな。さて集約すると、

#### 1 福祉調査活動

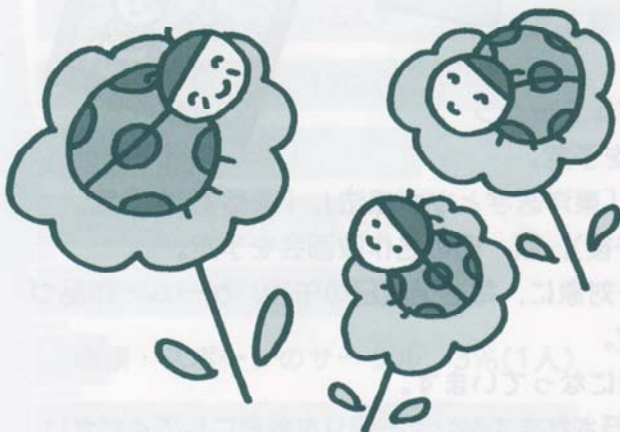
やはり基底にあるのは、「在宅福祉サービスの整備」かな。これにつながる確認、メリットがあることが調査の意義だと学んだんです。大切なのは「地域の真のニーズ」をつかむこと。今後の実践に際して大前提となるのでね。私達が、一通りのミニ手法でシュミレーションする機会を得たことは、貴重な経験です。また、設問を考えたことやヒアリングも懐かしく思い出され、感慨深いもんですよ。まあ、「想定外」もあったりしてね。

#### 2 課題・提言のキーワード

内容は報告書をご覧って、ここでは改めて重要だと捕らえたキーワードを挙げておきますね。「住み慣れた地域で安心・安全に暮らし続ける」このため、「住民参加」「住民主体による協働」「高齢者の社会参加は生きがい、健康づくりにつながる」、これらを目途に支え合う。具体的には、「気楽に集える福祉サロン」「シルバーサポート隊」「身近に窓口」「宅老所」(住民主体による企画運営も)「夜間訪問見守り」、癒しを求めて「私の好きな場所を歩こう」(マップを見てネ)など。

#### 3 仕組みづくり

「協働」に尽きるんですよ。これを公私協同パートナーシップとして、どう創るかが鍵なんです。本調査で住民の潜在力があることが浮き彫りになりました。これを生かすうえでも、どなたかコーディネーターが必要では。(例えば社協さん)住民参加(法人への事業委嘱だけではなく?)が福祉の分野では貴重です。住民の切実な声が高まれば、「制度は後からついてくるでしょう」、どれだけ住民主体のプランづくり、運営が実現できるか。準備(通信費等)の負担がなければ、住民も立ち上がれるでしょう。ホントそう思っていますよ。



## 「西京塾」体験記(虚弱高齢者調査)

## ②グループ 原田勇造



●平成16年12月より民生・児童委員を委嘱され、勉強中のところ、「西京塾」への入塾を是非にと薦められ入塾しました。幸いにも「高齢者福祉」がテーマとのこと、民生・児童委員の役目とも一致しましたので、皆様に教えてもらいながら勉強を始めました。「誰もがいきいきと安心して暮らせる西京区づくり」を目的に高齢化福祉の現状と実体験をし、そのニーズを知り今後を生かすことが目的でした。高齢者疑似体験は、目の不自由なのが一番の難儀でした。

●特別養護老人ホーム1日体験(京都厚生園)は入寮者一人一人に対し、きめ細かく(体調、菜、食事の量、好み、趣味、特技等)心配りしながら対応されていました。私の描いていた、老人ホームのイメージとは全く別の世界であり、個々人を尊重しながら非常にアットホームな印象を受けました。

●嵐山東「健康すこやか学級」1教室をその会場に当てられ広くてゆとりのある会場でした。参加者13名全員女性で、その世話は9名の女性ボランティアでした。開始前に13名の血圧測定から始まり、ケアマネジャーの「かしこい医者のかかりかた」の講習、「健康リフレッシュ体操」「牛乳パックのティッシュ箱づくり」昼食後「座卓卓球」「風船バレーボール」「おじゃみ送り」「全員で季節に合ったコーラス」等、また、ゲームを楽しみながら自然に筋肉運動や反射神経の老化防止等を取り入れられ非常に工夫されていました。9名のボランティアの方々の「心でもてなす」気持ちが行き届き非常に感銘を受けました。

●調査活動を始めにあたり、グループワークではリーダーの決定、作業の分担(調査票の作成・集計・報告書・報告者等)を決定するのに皆さん遠慮ばかりで作業が捗らず、結局チーム内唯一の男性の私がまとめ役をするはめになりました。私も含め素人ばかりのグループでしたが、何回もつまり、打ち合わせ協議の場を持ちました。実際の調査活動は1月20日～2月13日まで手分けし、5学区の「健康すこやか学級」へ赴きました。厳寒の候、参加の高齢者の方々も大変だろうなと思いながら。

調査についての説明も一通りしましたが、後で目や耳の不自由な方もおられるので、もう少し親切・丁寧にとお叱りを受けて初めて気がつくような恥ずかしい状態のスタートでした。調査しながらその現状を知ることが目的でしたが、人それぞれ貴重な体験談や要望を聞かせていただき、時間は瞬く間に過ぎて行きました。

最後に調査報告書を作成するにあたり、虚弱高齢者の貴重なご意見は反映できているか、グループみんなの意見が反映できているか、私自身の思いが先行しないか等相当手間取り、苦心の報告書が期限ギリギリにでき上がりました。

●今回の体験を今後どう生かしていくか、私達グループの大きな課題であり、虚弱高齢者の視点からの発信(体力・健康・不安・悩み・考え方)をふまえた行動を心がけたいと思います。民生・児童委員の立場からこの塾に参加し、非常に参考になりました。委員を仰せつかってから日も浅く、何の知識・経験もありませんでしたので、聞くもの見るもの殆どを「勉強」しなければと思えるようになりました。

●今回調査した中で、4人に1人の独居高齢者や、悩みや相談ごとの相手がない人が6%もありました。地域で見守り、孤独な高齢者にしないことが大切であると思います。「近隣助け合いネットワーク」の構築や「声かけ運動」等の対策が必要であると思います。プライバシーの尊重ばかりが強調され「隣は何をする人ぞ」では高齢者の居場所はますます少なくなってきます。戦後の復興から日本経済の発展に寄与された高齢者を疎かに扱うことは絶対避けなければなりません。「向こう三軒両隣、助けられたり助けたり」を懐かしく思うのは私だけでしょうか？調査の中でも高齢者の「遠慮」や「気がね」が随所にうかがえました。

私たちのために貴重な時間とご意見をいただきました「健康すこやか学級」の皆様方に厚くお礼申し上げます。

## ●私のひと言



今回お会いした高齢者の中で貴重な人生経験を語ってくださった方が数名おられました。例えば、「戦中、戦後の厳しい体験者」「広島原爆の被爆者」「阪神淡路大震災の体験者」等。

また、今後昭和60年頃までの日本の経済を底辺から支えてこられた人々(その道のプロ)が続々と定年を迎えられ、時間のゆとりができるであろうと思われます。例えば「各種エンジニア」「伝統工芸の職人さん」「看護師さん」「スポーツ選手」「西京区(各区)の今昔」「お医者さん」等。

これらの体験・経験談を子どもたちに聞かせてあげる場を持たないものかと思えます。子どもたちの夢や希望を膨らませるお話が聞ければ良いと思います。

子どもたちの希望の職業の部屋(子どもたちは自由に選べる)。○年○組は「戦中・戦後の話」、○年○組は「西京区(○○学区)の今昔」、○年○組は「スポーツ選手の話」、○年○組は「阪神淡路大震災の話」等、経験者は1～2名で子どもたち(4～6年生)と懇談だけでも良いと思います。

## 「高齢者福祉」を学んで

### ③グループ 田中菜保美

市民しんぶん区版で「高齢者福祉」をテーマに西京塾の塾生募集がありました。高齢者福祉には関心はありましたが、自ら申し込むまでには至らず、桂社協から後押しされる形で参加することになりました。

研修の前半で、「高齢者の福祉政策や高齢者との関わり」では、人の価値観や心のあり方は、多様ではあり相手を知るためにも、まずは聞くことを基本とすることを学びました。

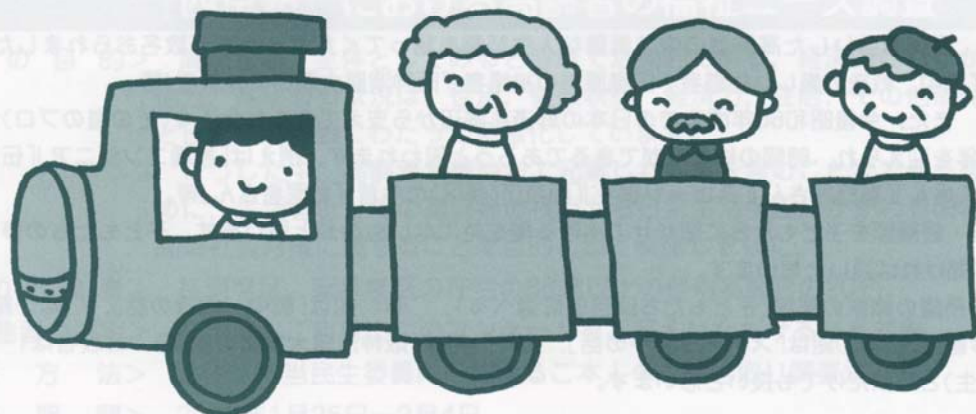
「高齢者疑似体験」では、高齢者用「メガネ」でカラーの広告が、ぼやけて見にくいことにびっくりしました。

地域の「健康すこやか教室」では、明るくやさしいリーダーのもとで、楽しく歌ったり、手遊びやゲームをして、高齢者の皆さんが和やかに、生き生きとした一時を過ごされていました。

「福祉施設の1日体験」では、集合ケアから個別ケアへと変わってきており、十数年前の病院のイメージは、まったくありませんでした。後半の研修では、4グループに分かれて研修を深めることになり、私は、「老老介護」(65歳以上の高齢者が、65歳以上の高齢者を介護する)グループで、25の家庭を訪問調査させていただき、アンケート調査の集計をパソコンを使って、グラフや表作りに挑戦しました。連日、分厚い手引書との格闘、グループの皆からの「頼りにしている」という声を背に、これが私に与えられた試練のチャンスだと思い頑張ることができ、心地良い達成感を味わうことができました。私の座右の銘にしている「笑って困難にぶちあたれ、すると人は一つまた大きくなれる」の言葉も私の心の中で応援してくれ、自分自身が少し成長できたことを嬉しく思います。

さて、介護をしておられ、経済的なこと、介護の大変なこともあります。一番大事なことは、「人間関係」だと思いました。そして、介護に携わっている人の多くは女性です。

発症以前の、介護者と要介護者や周囲の人間関係が、精神的な影響を左右することが大きいです。家族の者が黙って見守っているだけがやさしさではなく、時には、厳しく意見もできる人こそ本当の思いやり、やさしさをもっているのではないかと思いました。家族の中にリーダーシップのとれる人がいたら、介護に携わる人も、随分気持ちが楽になると思います。報告会では、自分としての生きがい、楽しみ、夢中になれることの発見や、気軽に集える福祉拠点づくりを提案されているグループもありました。80歳から新しい趣味を見つけられた方もありました。ちょっと勇気をもって、一歩踏み出すことで新しい出会いや発見があることでしょう。私もこれからの人生に夢中になれるもの、生きがいとなれるものを見つけられたらと思っています。アドバイザーの源野勝敏様には、心に響いた皆さんの助言をいただきありがとうございました。



## 西京塾で勉強した1年を振り返って

### ④グループ 菱田淑子

私は93歳で耳の遠い母と同居していて、7年前には事故で大腿部骨折、2度の手術を受けるなど、老人介護には経験があると思っていましたが、この度、西京塾で勉強させていただいて、老人介護の実態をより深く知ることができました。この機会を与えてくださった行政に感謝します。

特別養護老人ホームでの6時間の研修では、親身になって世話をしておられる職員さんの仕事振りを拝見し、介護がいかに重労働であるかを実感し、頭の下がる思いがしました。一方、車椅子で手が動かない口の利けないご老人に若い男性職員さんが、自分も食事をしながら、ただ食べ物を機械的に口に運んでいる様を見て「お茶を飲ませてあげてください」と思わず声をかけてしまう場面もありました。

施設長さんに入所者同士の人間関係についてお尋ねしましたところ「喧嘩には凄まじいものがありますよ」との返事に絶句してしまいました。入所者にはそれぞれ事情がおりとは思いますが、年をとってから住み慣れた家を離れ慣れない集団生活を余儀なくされることは大変なことだと痛感しました。

家庭訪問の調査では、88歳以上の西京区在住者1,566名の中から、比較的元気な20名が選ばれ、民生委員さん同伴で聞き取り調査を行いました。ほとんどの方が自分のことは自分でなさり、前向きに生き生きと暮らしておられました。しかし、本当に手を差し延べてもらいたい人は、肢体、聴覚、視覚障害のある方、あるいは家族と同居していてもひょっとして虐待されているかもしれない方々ではないでしょうか。その調査については塾生の間でかなり議論が沸騰しました。比較的健康的な20名を調査しただけで何がわかるのかという疑問が残りました。

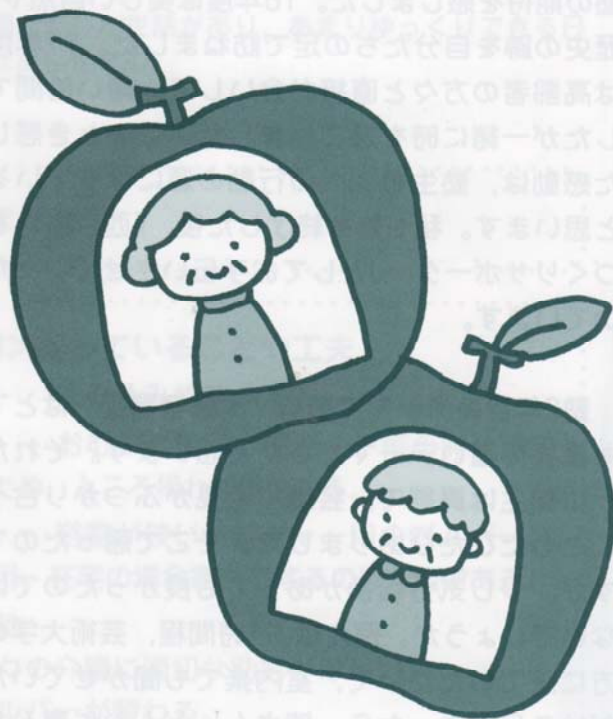
今回西京塾では「地域で暮らし続ける」には「何が必要なのか」「私たちに何ができるのだろうか」という視点で取り組んできました。やらなければならないことは山ほどあるでしょうが、今回研修を終えて、こうしたらいいのでは、あるいはすべきと思うことがありますので、具体的に挙げてみたいと思います。

前向きで意欲的に生活しておられる人にも、地域の環境を考えると福祉割引タクシーや巡回バスがあれば便利になると思います。

配食サービスは独居老人に限られていますが、同居の人にも実態を見て実施すべきではないでしょうか。

デイサービスでは耳の遠い老人に対する配慮が足りない事実を聴いております。改善をお願いしたいです。

また、駅周辺では違法駐輪、違法駐車には目を覆いたくなるものがあり、危なくて老人が散歩もできない実態があります。老人でも歩ける道路の確保が急務です。これは直接高齢福祉行政の担当ではないかも知れませんが、安心安全に暮らせる街づくりには総合的で横断的な行政の取組が不可欠ではないかと思いました。



## わがまち 西京区

大島洋美

—— 16年度に引き続き、今年度も塾生として参加されました。

私は西京塾に平成16年度、17年度と連続して参加しました。その結果この2年間で自分の暮らしている街のエリアのイメージが大きく変わりました。私の住む大原野は西京区の西南端に位置しています。今まで我が街といえば大原野をイメージしたのですが、今では大原野だけではなく、松尾大社や桂川まで自分の住む街だと思うようになりました。

その大きな理由は、初年度の塾で西京区の歴史を学んだことと、2年間を通じ、地域のために様々な分野で活動されている多くの方々の存在を知ったことです。西京区には今も多くの古墳遺跡があります。古代から住民の暮らしは、桂川と小畑川の2本の川を中心に脈々と今日まで続いていることを知り、桂川と小畑川に改めて愛着を感じました。

また、多くの方々がボランティア活動をなさっていることを知りました。小畑川がいつも美しいのは、川を掃除してくださっていたのです。高齢者福祉では、高齢者の方々の地域活動は、地道に取り組むボランティアの方々によって支えられていたのです。私たちの街にはたくさんの仲間がいる。そんな感じがしてとても頼もしく思いました。

西京塾は2年を通じて、一貫して体験を重視する形を採っています。街の本当の姿を自分の眼で見て、そして自分なりに考えてほしいという塾の期待を感じました。16年度は美しい自然や、歴史の跡を自分たちの足で訪ねました。17年度は高齢者の方々と直接お会いして、短い時間でしたが一緒に時を過ごしました。このとき感じた感動は、塾生の次への行動の源になっていると思います。私も塾を終了した後、「西京区まちづくりサポーター」としてお手伝いさせていただきます。

塾2年目のテーマである“高齢者福祉”はとても重要で重いテーマだったと思います。それだけに塾生は真剣で、会議で意見がぶつかり合うこともたびたびありました。そこで思ったのですが、少し気分転換があっても良かったのではないのでしょうか。例えば、1時間程、芸術大学の方に来ていただいて、室内楽でも聞かせていただけたら、皆さん、どんなに喜んだことかと思いました。

