～社会はまだまだ元気なあなたを待っています～

2010年の国勢調査によれば、65歳以上で独り暮らしの人は、男性が138万人・女性が340万人と、女性のほうが202万人多く、男性の約2.5倍だったそうです。このためどちらかといえば、高齢者の独り暮らしは女性の問題と考えられていました。しかし、今後は男性の高齢単身世帯の大幅な増加が推定されると警告しています。その理由の一因に、男性の生涯未婚率の上昇があり、今回の調査では前年比20.1%と急増し、今後も増加の傾向が予想されるといいます。したがって今後は男性の一人暮らしについても、十分な支援が必要になると結んでいます。

では、子供がいない高齢男性の独り暮らしの問題点は何なのでしょうか。まず考えられるのは高齢孤独男性の孤立化と孤独死の増加です。「独りで家にこもり、誰とも会わず孤高のままに生きる」という人生観を持つ人もありますが、現実はそんな美化されたものではありません。では、男性に限らず高齢者はなぜ家にこもるのでしょうか。理由はいろいろありますが、最も簡単な理由は、家に独りでいることが最も楽で疲れないからです。他人に会えば気配りしたり、相手に合わせて動かねばなりません。独りなら煩わしさもなく、自分の好きなように暮らせるからです。

しかし、実はこれが一番の大問題で、人間の体は、楽をさせればさせるほど、早く弱り動かなくなるといわれます。そして高齢になるほど、この変化が急速に進み、みるまに老いの進行が早いのです。家にこもることは、まさしく自分で自分の体を弱らせていく、最悪の生き方であることを忘れないようにしたいものです。ある講座のディスカッションの場で、独居の男性の方が言った「孤独死だけはしたくない」という切実な声が耳に残っています。まだまだ元気なあなたを社会は待っています。あなたしか出来ないこともきっとあります。一歩外に踏み出して、ボランティア活動の仲間に入ってみませんか。少しでも、あなたの孤独感を和らげてくれると思います。一宮社会福祉協議会にあるボランティアセンターも相談にのってくれます。

ひとこと

「プロボノ」って何のこと?

最近、福祉関連の間で「プロボノ」という言葉をよく耳にします。プロボノとはラテン語で（PRO BONO　PUBLICO）の略で、訳せば「公共の善のために」という意味のことです。超高齢社会を乗り切るため「官・学・公・民（省庁・研究・自治体・NPO)」の協働体制により活発に活動が行われています。また大手企業では「CSR（企業の社会的責任)」の一環として、新たにプロボノ組織を立ち上げました。社会貢献に賛同する社員は、社内のプロボノに登録し、事務局の指示に従って、休日などを利用してNPO支援に派遣されます。支援する業務は事業計画立案・業務改革・情報発信・IT関連などと多彩であり、どちらかといえばNPOの苦手なソフト面も支援します。これにより「官・学・公・民+産（企業)」の総合支援体制ができ、超高齢・少子化社会への対応が、更に向上するものと期待されます。4月には、県内の大手企業の社会貢献担当者らにより「中部プロボノセンター」が設立され、企業担当者間の連携プロジェクトチームの形成で、より効率の高い支援活動が展開されることでしょう。

（註）CSR＝Corporate Social Responsibility＝企業の社会的責任
（コーポレート　ソーシャル　レスポンシビリティー）

編集ボランティアのページ

●担当編集ボランティア／森　勝己、築城基裕、日置雅夫

「介護と暮らし」実録体験レポート10（最終回）
～人生　足るを知る～

皆様こんにちは。今回も私の父の介護生活レポートを通して、同じような悩みをもつ皆様方の何かのヒントになればうれしく思います。

実は何と!前号（2013･2 月号）のレポート後、ある地元の特別養護老人施設から「空きがでるかもしれない」との連絡があり、その後の施設との面談、諸々の審査を重ねた上で入所の決定がなされ、現在父は施設で生活をさせて頂いております。実はその一週間後に別の施設からも入所可能な連絡がありましたが、最初にお話し頂いた所が私の家からも一番近く、親身な雰囲気も感じたためそちらにお世話になることにしました。（若干料金は高めですが･･）10 カ所程へ入所申込みをしてから約 1 年。自分としては意外と早く入れ、ラッキーだったと感じております。

父が自宅で倒れ、そのまま入院してから約1年。「要介護 4」で自分で立ち上がれないような状態ではありますが、やっと?それなりに体調も安定し、食欲も旺盛で、（食事が唯一の楽しみになっています）何とか施設での生活を過ごせる状況になりました。持病の「肝硬変」や「骨粗しょう症」も施設のバランスのとれた食事と丁寧なケアのおかげで今のところ悪化することなく、何とか穏やかに生活することができています。

約 1 年の入院生活で面倒をみていただきました看護師さん等、病院のスタッフの方々には大変良くしていただきまして本当に感謝しております。また、現在暮らす施設のスタッフの方々にも今後とも本当にお世話になります。父、私の家族、そして関わる方すべての皆様に支えられて日々穏やかに暮らすことができております。本当に幸せだと感じております。人生足るを知り、この先も一日一日を自分なりに楽しくおおらかに生きていこうと思います。では皆様、お体、お心をご自愛されお過ごしください。ではまた逢う日まで。

高齢者の心のサポートをしたい
～傾聴ボランティア「みみの木」～

東日本大震災の被災者のために、傾聴ボランティアをしている団体があります。傾聴ボランティア「みみの木」です。一宮市社会福祉協議会の要請を受けて、岩手県大船渡市の仮設入居者のために、心のケアを行いました。平成 24 年の 4 月から 11 月の毎月、3 泊 4 日で出かけ、多くの感謝の言葉を頂けました。

「みみの木」は、一宮地区の高齢者のために介護事業では充分でない心のケアを行っています。早川一枝代表に傾聴のコツを聞きました。

「施設活動は職員さんの不足を補っているわけではありません。職員さんは一生懸命励んでおられますが時間の制約もあります。職員さんの利用者に対する思いやりがあるから私たちは活動させて頂いています」「私たちは、高齢者の話を最後まで根気よく聞きます。この活動は、一人の人間として相手を受け入れ（受容）、共感しながら聞く『関わり活動』です。元気になって頂けるよう優しく丁寧に関わります」

当団体は、会員が 93 名です。活動の柱は 3 つあり、①介護施設や個人宅での傾聴、②スキルアップのための研修、③他団体との交流です。

メンバーは、3 人から 10 人の 12 グループに分かれ、17 の介護施設を訪問しています。1 施設当たり月に 2 回程度です。個人宅へは包括支援センターやケアマネージャーと連絡をとりながら、10 数軒の家を訪問しています。利用者の年齢は 70 代から 80 代です。

これからの時代、高齢者が増えると予測されています。当団体の活動は地域社会に必要であり、心から応援したいと思います。