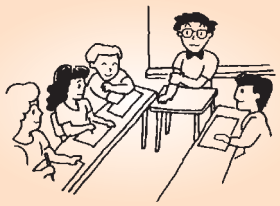


編集ボランティアのページ

●担当編集ボランティア／森　勝己、築城基裕、岩下茂子、石井恵子

「第二の定年」をうまく乗り越えるために

ここにいう第二の定年とは、企業等を定年退職した時を「第一の人生・第一の定年」とすれば、定年後のボランティア活動などから離れる時を「第二の人生・第二の定年」とする考え方です。定年の延長や再雇用制度も進んでいますが、企業定年はおおむね60歳と考えてもいいでしょう。平均寿命が男性79歳・女性86歳に達する今日では、健康であれば、15年位はボランティア活動という第二の人生を送ることが出来ると思います。

企業という縦組織から、ボランティア活動という横組織に移行する時には、自分を取り巻く周辺の環境の激変に戸惑います。そして、この環境の変化に対応できず、不安定に陥る人、体調を崩す人、周囲の環境に馴染めず孤立感に陥る人など様々です。幸いこの第一の定年をうまく乗り越えた人たちが、第二の人生とも言えるボランティア活動を始めることになります。平均寿命が延びた昨今では、この期間が以前より更に長くなります。しかし、考え様によっては、束縛された40有余年の第一の人生よりも、約15年の第二の人生こそ、本当の自分を見い出して生き生きと過ごし、真の「自分の華」を咲かせる最良の時間かも知れません。

しかし、人生には限りがあり、第二の人生であるボランティア活動からも離れることになります。それが、ここにいう第二の定年です。そして、最初の定年で経験した以上の戸惑いがあるでしょう。何故なら、それに向き合うには、耐え辛い年齢に達しているからです。平成７年１月の阪神・淡路大震災を機に、ボランティア活動の重要性が認識され、一気にボランティアをする人が増えました。以後15年が経過し、その方達も75歳前後となり、第二の定年という転機に立っています。予め心の準備をすると同時に、一人ひとりが、これをうまく乗り越える工夫が必要な時代に来ていると思います。

健全で、平穏で、そして心豊かな第三の人生を過ごすためにも。

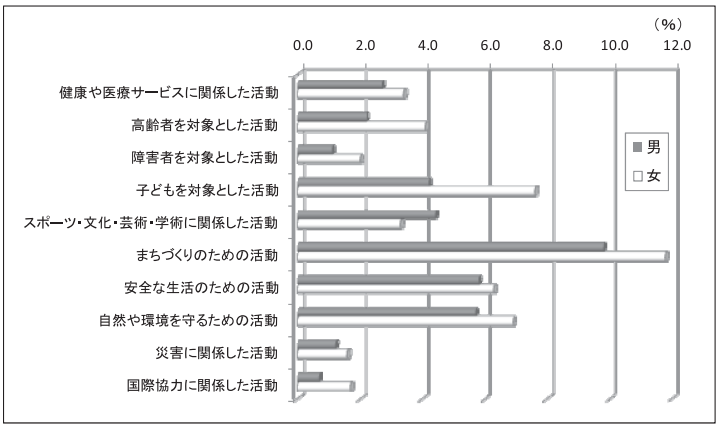
統計から見るボランティア活動の実態　No.2

世間では、どんな種類の活動がされているのでしょう。

今回は愛知県における種類別の状況を調べてみました。

「ボランティア活動」の種類別(男女合計)にみてみると、「まちづくりのための活動」が10.8%と一番高く、次に「自然や環境を守るための活動」が6.3%、「安全な生活のための活動」が6.0%となっています。右のグラフからは「スポーツ・文化・芸術・学術に関係した活動」以外は、すべての種類で女性の方が高くなっていることがわかります。

前回調査の平成13年と比べると、平成18年の行動率は全般的に下がっています。これから数字の低い分野の活動も伸びていけば、もっと優しい社会になるのではないでしょうか。



【ボランティア活動の男女別・種類別行動者率】

（資料：総務省「平成 18 年　社会生活基本調査」）

※行動率＝ボランティア活動人口の調査対象 10 歳以上人口に占める割合

小信中島小学校手話クラブから

小信中島小学校の手話クラブに初めてにこにこ会が参加させていただいてから10年が過ぎました。

この長い期間に様々な取り組みが行われましたが、昨年度の手話クラブ4年生5人は、クラブ活動発表の時に手話劇をしたいとの要望があり、取り組んできました。月に1回の練習でどこまで出来るか心配していましたが、本人達の強い要望により発表の1週間前から毎朝授業の前の練習を追加して1月28日の当日を迎えました。

結果は見事に、狼と七ひきのこやぎを全校児童の前で、発表することが出来ました。

観覧の児童の皆さんも真剣に見てくれました。とても喜ばしいことだと思いました。

この手話劇を通じて少しでも、障害を持つ人達の理解につながれば良いと思っています。

これからも手話に興味を持ってくれる人がいれば、続けて行きたいと思っています。

「介護と暮らし」実録体験レポート3

～QOL（生活の質）と介護のバランスを考えてみたが？～

前回までは、私の父（74歳）の要介護申請手続きの様子～その後の生活までをレポートさせていただきました。今回は現在（2010・3月）の日常介護生活の様子を通して、最近介護福祉でよく話題になる、QOL/クオリティ・オブ・ライフ（生活の質）について考えてみたいと思います。

「要介護２」である父の日常は、朝９時頃起床～家（一応店になっている）のシャッター開け～朝食～TVの視聴（基本的に終日、＋たまに喫茶店）～昼食～昼寝～TVを見ながらの飲酒（夕食＋たまに近所の赤提灯）～夜９時頃就寝。こんな感じです。それに現在は週１回のデイサービス（入浴含む）と週２回ホームヘルパーによる家事支援を受けています。それとは別に私の妻が２歳の子供を抱え、毎日２回（午前・午後）訪問し、食事の提供や健康状況確認など家事全般を行っています。健康状態に関しては、今は何とか１人で生活しています。しかし、毎朝の失禁比率は明らかに悪化しており、また頭の認知状況は悪くはなっても良くなることはまずありません。本当に１人暮らしギリギリの状態ではありますが、飲酒やタバコを含め良くも悪くも自分の好きなことをしているのでその面ではストレスもないとは思います（元々が無趣味で向上心もないため、QOL以前の問題ですが（笑））

特にビールが大好きで昼間やることもないため、放っておくと転びながらも自分でスーパーへ行き、ケースごと買ってきて、１ケースを３日程で飲んでしまいます。翌朝待っているのは布団の大洪水です。トホホ…。さらに驚くことなかれ。ナント軽自動車を運転してしまうのです！「認知症の人は運転すると警察行きだよ！」と説得するのですが、何度言っても自分が認知症や要介護ということすら理解できません。無理やりキイを奪ったところです。もし人身事故を起こされた時には…（恐）私の、そして家族の人生も終わりです。まあこのようなことが諸々あります。「まあ、なるようにしかならない」と考えれば気持ちも少しは楽になるのですが…。ただ一方で、週1回のデイサービスも習慣化できるようになり、週2回のホームヘルパーも何とか受け入れているので「まあ良し」としなければいけないです。

こんな感じで、日常生活はかなり危険な状況ですが、何でも禁止することによって本人の意思、興味、やる気を奪ってしまうと余計に気力が萎え、生活の質も下がり、結果として弱ってしまうのも事実だと思います。難しいですね。

さてさていつまでこの状況がつづくのか。

次回のレポートに続きます。