9月は、1人1人が高齢化社会への対応を考える絶好の月。今月号のテーマを、「お年寄りの幸福を考える」と決め、さまざまな人にお話を伺いました。まず、「寝たきりになりたくない」と頑張る稲葉まつさん。中学生福祉体験講座を主催し、「中学生こそ、地域でお年寄りを支える担い手に」と主張する、社会福祉協議会の井出泰正さん。また、この体験講座のレポーターとして活躍した、まちかどネットワーカーの富士田知香子さん。このほかにも、げんこつあめづくりを楽しむ皆さんや、話し相手のお医者さん椎名富子医師、こうもり直しの職人井上林造さんなど。

さあ、自分の老後をかいま見ながら、「みんなが健康で生きがいを持ち、安心して暮らせるまち」を模索してみましょう。

在宅で受ける保健福祉サービス

だれだって寝たきりになりたくないし、家族に迷惑をかけようと思って痴呆になるのではありませんが、毎日介護する人の苦労は大変なもの。

介護に疲れ、ちょっと気分転換したいなと思うとき、自分の体が悪いとき、介護家庭を応援するのが保健福祉サービス。共倒れにならないために、上手に利用してください。

☆ホームヘルパーの介護サービス

お年寄りの介護や、家事を助けてほしいときに利用できます。

食事・排せつ・入浴の介護。洗濯・掃除・買物など。生活の相談や助言。

☆巡回入浴サービス

入浴させてやりたいのに、家族ではそれが大変なとき利用できます。

巡回入浴車での入浴・洗髪。

☆ショート・ステイ

寝たきりや痴呆のお年寄りを介護している家族が、病気や出産、冠婚葬祭などで一時的に介護できないとき利用できます。

一週間くらいを限度に、特別養護老人ホームで入浴や食事のお世話をします。

寝たきりになりたくない

伝法 稲葉まつさん（七十五歳）

泣けて怒って笑う

稲葉まつさんが脳内出血で倒れたのは、昭和五十一年。六十歳のときでした。その日まで元気に働いていました。市内で一週間の治療を受けた後、中伊豆のリハビリテーション施設の整った病院に七ヵ月間入院しました。

まつさんは、ご主人を戦争で亡くし苦労して三人の子供を育ててきました。ほっとした途端「こんな病気になって」と、くやしいやら情けないやら、泣けて泣けてしかたなかったと言います。左半身の麻痺。不自由になった体。どこにぶつけたらいいのか、この怒り。すべてを乗り越え、笑顔が再び戻ったのは、大分たってからのことでした。

もともと頑張り屋さんのまつさん。「少しでも歩きたい。そして人生を楽しみたい」と積極的にリハビリに取り組みました。毎日歩行練習を続け、今では補装具をつけて広見荘まで歩くのが日課です。大体四十五分かかるそうですが、友達と会って話すのがとても楽しいと。

不自由な体で歩いて行くのを見ると、「何だか、かわいそうで——」と嫁の節子さん。でも、「寝たきりになって、家族に迷惑をかけたくない」が、まつさんの口癖。雨の日以外は、車での送り迎えは遠慮しています。

できることは何でもするまつさん。洗濯ものをたたむときは、口を使ったりひざを使ってしわを伸ばします。きちんとたたまれた洗濯ものは、家族のだれもかないません。

「友達がいるとやる気が出るよ」と笑顔を見せてくれました。

介護する人される人 みんなに笑顔届けたい

40代にならないと、自分の老後を考えられない、考えたくないと言われますが、皆さんは、いかがですか。富士市は、人口の1割が65歳以上のお年寄り。老齢化は、急激な早さで進んでいます。

☆デイ・サービス

体の弱いお年寄り（寝たきりを除く）が、日帰りで老人福祉施設へ通い、仲間づくりや気分転換をしたいとき利用できます。

入浴・食事サービス。生活指導・動作訓練・レクリエーション。週に一回～二回利用でき、専用バスで送り迎えします。

☆高齢者介護ホーム

体の弱いお年寄りを、毎日昼間預かってもらいたいとき利用できます。家族の送り迎えが必要です。身の回りの世話・入浴・食事サービス。

☆保健婦・看護婦の訪問指導

寝たきりや、これに近いお年寄りの介護や機能訓練について相談したいとき利用できます。

☆機能訓練

脳卒中などで後遺症の残るお年寄りが、機能回復の訓練に参加したいとき利用できます。

★これらはサービスの一部です。詳しくは高齢者福祉課へ。

地域でお年寄りを支える担い手に

中学生の福祉体験講座は、福祉の心を育てる場です。だれもがお年寄りをお世話する機会がふえてきますから、中学生が体験を通して、ハンディを持った人たちを理解する心や、地域の中で、自分たちに何ができるかといったことを考えてほしいと思っています。

頭で理解するのは大人。理屈でなく、感覚的に理解するのは子供。中学生こそ、地域でお年寄りを支える担い手になってほしいと考えます。

見て、体験して、考えるこの講座を、今後どういった形で広めたらいいのか、家庭も学校も地域も一体となって、「みんなで支える福祉」を考える時期だと思います。

富士市社会福祉協議会
常務理事
井出泰正さん

私の体験レポート

まちかど ネットワーカー

富士田知香子さん（写真左端）

今、私の腕の中でスースー寝息をたてている娘が成人するころは、一体どうなっていることだろう。老人問題が大きな課題となって、現に今、老人を抱えいろいろな問題を持ちながら生活している人たち。一番考えなくてはならないことは何だろうか。

そんな中で、中学生の福祉体験学習を見学する機会があり、子供たちの悪戦苦闘ぶりに感心させられたのと同時に、もっと大勢の子供たちに体験してもらったら、福祉に対する意識を高めることにもなるだろうと思った。

自分の身内や家庭で問題が起きてからあわてるより、ずっと前から知識があれば安心していられる部分もある。みんなが福祉活動に目を向けることが、将来の幸せの第一歩ではないだろうか。

物質的な豊かさばかりが先行している現在、心の豊かさを取り戻すためにも、福祉の充実した本当の意味での豊かな暮らしが望まれる。

問い合わせ

高齢者福祉課
内線 一三二六

保健婦人センター
☎六四一八九九二

社会福祉協議会
☎64－6600

中学生福祉体験講座

やさしさを 体で覚えた 2日間

夏休みを利用して社会福祉施設を訪ねる、中学生福祉体験講座が行われました。一泊二日で四回行われ、参加者はそれぞれ約四十人。*特別養護老人ホーム「富士楽寿園」を訪問しました。

体験の内容は、食事の手伝いや車いすを押したり、ゲームをするなど、主にお年寄りとの交流。また、中学生自身が車いすに乗ってみたり、福祉の講議を聞いたりもしました。

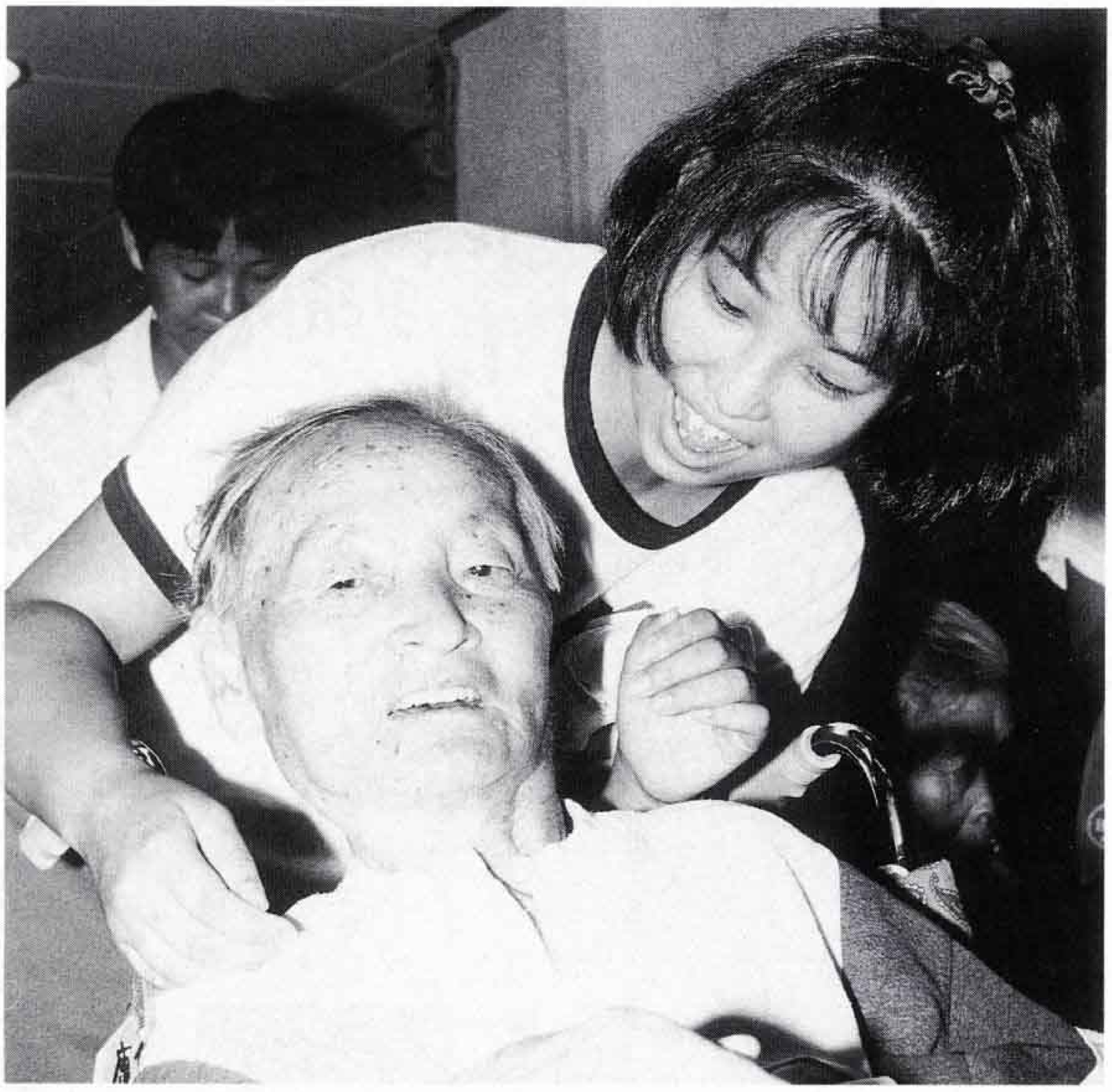
この体験の目的は、ボランティアとしてお年寄りの手助けをするだけでなく、主に高齢化社会に対応していくため。三十年後には、四人に一人が六十五歳以上になると言われています。そのとき社会の中心となる中高校生が、今から思いやりの心を持つことが必要ではないでしょうか。

頭でわかっていても、行動できない人がほとんど。今回の参加者の多くは自分から進んで参加しました。しかし初めに心身障害者のお年寄りに会ったときは、かなりショックだった様子。「あまりやりたくないけど…」という正直な声も聞きました。しかし参加二回目の生徒は、「おばあちゃんて、かわい」と、かなり積極的です。ふだん体の不自由なお年寄りを見なくなった今、この様な体験を通じて、お年寄りと接して対応できるようになる。そうすれば、将来隣にひとり暮らしのお年寄りがいても、何のためらいもなくお手伝いができるんではないでしょうか。地域一人一人のちょっとした手助けが、これからの社会に必要なんです。

*重い心身障害のために常時の介護を必要とするが、自宅ではそれが受けられない人を収容する施設

「かわいそうと思う同情だけではできません」

Social Welfare



◁「おじいちゃん、気持ちいい?」

△空き缶を利用してボウリング。ふだんはほとんどやらないので、みんな夢中です

△食事が終わったら、部屋まで一緒に、お話しながら

△休み時間でも、積極的にお年寄りといっしょにお話します。このようなふれあいに、お年寄りは大喜び