

北海道総合福祉研究センターニュース No. 30

2021. 4. 1

巻 頭 言

理論を教えてきた「私」は、介護者としての「私」を救えるか？

理事長 五十嵐教行

私事で恐縮だが、2019年7月から毎週2～3日間、150キロ離れた独居の父親の元に介護（主に家事援助）のために通ってきた。これまで、介護者に対するフォローとはどうあるべきなのか考えてきた筆者にとって、今の自分の置かれているこの状況は、まさに実践的に学ぶ環境にあると言える。身をもってわかったことを紹介したいので、おつきあい願いたい。

私の介護日記①－友人Aとの会話

私：「今日のお昼にサ、初めてインスタントラーメンを作って父に出してみたんだよ」

友人：「あら？ そうなの？ どうだった？」

私：「うん、それがね、食卓の上にあるどんぶりを見て、『おっ、今日はラーメンか！』って言って、うれしそうな顔して席に座ったんだよ」

友人：「へー、そうなんだ。よかったじゃない。きっと自分でご飯を作っていた時にインスタントラーメンも食べていたんだろうね」

私：「スープまで、全部飲んでくれた！」

友人：「うれしかったんじゃない？ おとうさん。よかったね」

私：「うん、手抜きって思われるんじゃないかって思っていたんだけどね」

友人：「うん。まあ、誰もそんな風には思わないんだけどね。思い切って作ったかいがあったんじゃないの？ たまにはいいんじゃない？ 食べていたモノだったんだから」

私：「そうか……、そうかも」

私の介護日記②－五十嵐主催勉強会の古参の受講者との会話

私：「この間、父親のためにブリのアラ煮を作ったんですよ」

受講者：「あら、先生。そんなのを作ったんですか？」

私：「はい。ところが『お昼は、ブリのアラ煮だからね』と言ったら、私に向かって、2本の人差し指で×を作って、首を横に振ってきたんですよ」

受講者：「あらら、それでどうしたんですか？」

私：「その×を見せられたら、なんかもう、いっぺんに気が抜けちゃって、全否定されたような気がしてきました……」

受講者：「まあ、それで？」

私：「はい、徐々に腹が立ってきちゃって。“よし！ わかった！” ってなりまして。冷蔵庫にあるモノで急遽天ぷらをあげることにしたんです。“これでどうだ！” って出しました」

受講者：「先生、がんばりましたね」

私：「はい、がんばりました。父親も、席につくなり『おっ！ 天ぷらか！』って言って食べ始めたので、“よっしゃー！” って思いました」

受講者：「すごいすごい。ところで、お父さんの×した理由なんですけど、ひょっとしてこういうことがあったんじゃないかなと思うんですよ。「ブリのアラ煮」って、けっこう骨があるじゃないですか。もしかしたらその骨を取るのが考えただけで面倒になったんじゃないですか。年寄りって、そういうところありますから。私も母の介護で経験しました」

私：「へー、そうですか。そうだったのかな。父親も考えただけで、“めんどくせえなあ” って思ったってことですか」

受講者：「きっと、そうじゃないかなって思います。先生は料理が得意だから、×を出したら、なんか違うのが出てくるんじゃないかと思ったんじゃないんですか？」

私：「そうですかね。うーん、そうなのか。そうかも……」

受講者：「そうですよ、きっと」

友人や私が長年主催している勉強会の古参の受講者にはとりとめのない話や愚痴を話している。このような話を聴いてもらえる友人や受講者のおかげで、私の気持ちは救われる。そんな彼らには感謝しかない。話しを聴いてもらってラクになった夜、自分の幸せを噛みしめる。自分がいつの間にか孤立していたことに気がつくからだ。

これまでの講義では、介護者は孤立しがちだから周囲からのサポートが必要だと言ってきた。それを十分に理解していた自分だったが、身をもって孤立するとわかったからこそ、「元気にしてる？」というお節介の電話などは必要なんだと自信を持って言える。「講師の私」は「私」を救えなかったけれど、「私」も誰かのお節介を焼きたいと思う。

「ある日の講義録」

五十嵐が行った講義の紹介①

『社会学』の講義から、今回はそのなかで「ジェンダー～男らしさと女らしさ」についての講義内容を紹介します。

1. 講義テーマ「ジェンダーの社会学～男らしさと女らしさ、自分らしさ」

2. 講義内容

①ジェンダー（Gender）とは？

男性・女性であることに基づき定められた社会的属性や機会、女性と男性、女兒と男児の間における関係性などを意味する。

②ジェンダー規範とは？

男性と女性がどのようにあるべきなのか（どのような言動や外見であるか）決めていく考え方。ジェンダー・アイデンティティーが一般的に従う基準であり、社会的な期待でもある。ステレオタイプ化のライフサイクルを定着させてしまう。男性には強さを、女性には優しさを要求する風潮がある。

③具体例として

学校教育を例に挙げて考えていく。教員が児童・生徒に何かしらの指導を行おうとするときに、それぞれにバイアスがかかってしまうことがある。例えば、男子にはリーダーシップを取るような役割、女子にはその補助的役割を与えるようにしようとすることがある。これは社会的に期待されうる役割を学校の中で無意識に教え込んでしまうものだと考えられる。

3. 考察していく上で参考にする資料として・・・昔話に潜むジェンダーを見つける

桃太郎 / むかしむかし、あるところにおじいさんとおばあさんがいました。おじいさんは山へ柴刈りに、おばあさんは川へ洗濯に行きました。おばあさんが川で洗濯していると、どんぶらこっこだんぶらこと、川上から大きな桃が流れてきました。おばあさんはその桃を家に持ち帰りました。（中略）大きく成長した桃太郎は、鬼ヶ島へ鬼退治に行くことになりました。おばあさんが作ってくれたきび団子を腰にぶらさげ鬼ヶ島へと出発しました。

かぐや姫 / むかしむかし、竹取りのおじいさんが山で竹をとっていると、1本の竹がピカピカと光り輝いていました。不思議に思い切ってみると、竹の中からかわいらしくて小さな女の子が出てきました。

つるのおんがえし / 昔、昔あるところに貧しいおじいさんとおばあさんが住んでいました。ある寒い雪の日、おじいさんは町へたきぎを売りに出かけた帰り、雪の中に何か動いているのを見つけました。

かさじぞう / むかし、むかし、ひと里離れた山の奥におじいさんとおばあさんが住んでいました。年も迫った大晦日、おじいさんは雪の中を箆を売りに町に出かけましたが、一つも売れませんでした。

4. 講義のまとめー知らず知らずのうちに自分の中にあるジェンダー規範に気づく

昔話をジェンダーの視点で読んでいくと、学生たちはこれまでまったく気にとめていなかったおじいさんとおばあさんの役割にジェンダーを感じるようになります。そして、自分の中にあるジェンダーの意識があるのか考えていくようになります。

★おじいさんが1人で売るよりも、おばあさんと2人で売りに行った方が効率的ではないのだろうか？さらには商才のある方が売るといのは、商売としてはうまくいく可能性が高いのでは？そんなことを感じながら講義しました…………。

「回想法」の積極的活用についての考察

1. 回想法の一環として

懐メロが一番聴かれているところはどこだと思いますか？これは先日、私のラジオ番組でのコーナー「石川先生のこころの研究室」を担当してもらっている心理学が専門の石川美由紀先生からの質問でした。答えは高齢者施設です。

私が定期的に研修をしているあるSグループホームでも懐かしい歌謡曲が流れていることがあります。どこの施設でも利用者が「懐かしい」と感じるブツを用意し、それを活用しながら日々の介護に取り組んでいることと思います。

回想法の有効性については、すでに広く知れ渡っているもので、ココでは割愛します。懐メロ等の音楽以外の回想法を実践するためにあらかじめ考えておくと思いわれる課題を挙げてみます。どうぞ今後の参考にしていいただければと思います。

2. あらかじめ考えておくの良いこと

- ① 回想法の対象者をだれにするのか。
- ② その人の何歳の時をターゲットにするのか。
- ③ 「昭和」に焦点を当てて展示をする際に、テーマをどうするのか。
- ④ 当時の街並みをテーマにするのか、それとも当時の住居の室内をテーマにするのか、大きくこの2つが考えられる。

3. 「動かない展示」に関して

テーマが決まれば、それに沿ってブツの収集をするが、収集したモノをすべて展示するのではなく、一定の期間で展示物の入れ替えをすると回想法の効果がより多く得られるのではないかと考える。

4. 「動く展示」に関して

「動く展示」とは、懐かしいブツを食べたり飲んだりするという意味である。例えば、アイスクリームが浮かんだ緑色の「クリームソーダ」とか、角砂糖のついた「コーヒー」、独特なくぼみがあるコカコーラのコップに入れた「コカ・コーラ」、ケチャップたっぷりの「スパゲティ」などである。

金属のカレー皿に入れたカレーライスとサッポロビールと書かれた小さめのコップにスプーンをさして出して食べてもらうとか。

つまり、味の思い出とか香りの思い出などを大切にする展示である。



社会福祉従事者だからこそその苦労や工夫など教えてください！

社会福祉の現場で働いている人たちからお話しをお聞きしていますが、とにかくみなさん疲れています。気の毒になるくらいです。忍耐を強いられる業務だと思います。

そして、利用者とその家族の方もそれぞれにガマンしています。こんな生活をいつまで続けられいいのか！と叫びたくなります。

現場での苦労や工夫など、どうぞ教えてくださいませ。ご協力できる方がいましたら、ご連絡くださいますようお願いいたします。

現在、放送中のコミュニティ FM さっぽろ村ラジオ 『とびっきりの福祉』の番組の中で機会あるごとに一般リスナーに伝えていきたいと考えています。

電話／090-8638-7264 E-Mail／hsfkc@minos.ocn.ne.jp

* コミュニティFMさっぽろ村ラジオ『とびっきりの福祉』毎週土曜日午前11時から11時58分、FM81.3MHz、MC／五十嵐教行、インターネットでも配信中

【北海道総合福祉研究センター会員登録をお願いいたします】

北海道総合福祉研究センターは、特定非営利活動法人として活動しています。この法人は、社会的活動の内容に賛同してくださる皆様からの会費収入と事業収入により運営いたしております。

そこで、当センターの活動主旨にご賛同いただける皆様に、正会員(個人)および賛助会員(企業・団体)のご登録をお願いいたします。

会員の皆様には、3ヶ月に1回発行の会報「北海道総合福祉研究センターニュース」や毎月発行の「ちょっと不思議、すごく不思議、やっぱり変」と題したハガキ、当センター主催の各種研修・講座等のご案内をお送りいたします。理事長の五十嵐は、「傾聴」の実践活動もしています。誰かに話をしたらラクになるという体験を多くの人は持っています。しかし、気兼ねせずに話のできる相手がなくて、孤独感を感じる時があります。そういう時こそ、どうぞ理事長の五十嵐の傾聴を利用してみてはいかがでしょうか。しっかり聴きます。一度お電話してみてください。お応えできると思います。

また、よりよいコミュニケーションを通した効果的な部下の育成方法なども教えております。風通しの良い組織づくりのため、こちらもお問い合わせくださいませ。

この機会に是非ご入会のご検討をさせていただきますよう、お願いいたします。

(1) 正会員 (個人)

年会費 3,000円

(2) 賛助会員 (企業・団体) 年会費 10,000円(1口)

※ 年会費のお支払いは、次のいずれかにお振り込みください。

北海道銀行 白石支店 普通口座 0803475

北洋銀行 北郷支店 普通口座 0665741

郵便振替 口座番号 02770-1-60492

【編集後記】

1月末に、下記の住所へ仮事務所を転居しました。今年度から zoom を利用した研修や講演などの事業展開を行っていきます。先日、稚内方面に所用のため出かけてきましたが、帰路の途中、穏やかな日本海に静かに落ちていく夕日を眺めました。癒されました。ただ、眺めた海岸に漂着したブツに目をやると、そこら中に小さきさまざまなすごい量のプラスチックやらガラスやら、あるわあるわの状況でした。海洋に漂うマイクロプラスチック問題の一端を感じたところでした。

今号からこのセンターニュースは、長崎県諫早市の「いさはやスリーサポート研究会」の会員さまにも読んでいただけるようになりました。

どうぞ今年度もよろしくお付き合いくださいますよう、お願いいたします。(五)

発行日 2021年4月1日

発行者 五十嵐教行

発行 特定非営利活動法人北海道総合福祉研究センター
〒003-0028 札幌市白石区平和通2丁目南6番23号
エスパシオ白石210号室

電話 090-8638-7264

FAX 011-595-7400

E-Mail hsfkc@minos.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www.hsfkc.org>