

# アクティブ シニアの生涯学習

—介護講座実践から—

木 野 美恵子 (介護福祉)

## 1. はじめに 本研究の目的・問題意識

わが国の高齢者の人口は増え続け2001年には2286万人<sup>1)</sup>となった。2000年の平均余命<sup>2)</sup>は、男性77.64歳、女性84.62歳となり、単に「長生きしたい」という寿命の長さを願う時代は過去のものになりつつある。現代では、寿命の長さより生きていく人生の質に価値がおかれるようになってきている。いかに健康で生きていられるかという、健康寿命に関心がもたらされるようになってきた。

高齢社会である現代社会は、少子社会、グローバル社会、国際化、成熟化社会、高度情報化社会等、多様で激しい変化が猛スピードで押し寄せている。これにより、経験や学習を積んだ高齢者といえども例外ではなく、若い時代に学習した知識や技術だけで主体的に現代社会を生きていくことが難しくなってきた。現代はシニアになってからも学び続けなければならない、生涯学習の時代に突入したといえる。

将来に備えて強制的にされる子どもの学習と異なり、大人は必要な時に自らの意志で学習を始める。近年では、生涯学習の講座も開催機関も多岐に渡り、ジャンルも広がり、成人の学習機会が増加している。しかし、なお介護関連の学習機会は充分ではない。介護地獄と形容され、社会問題として浮上したが、介護問題が貧困や孤独に暮らす特殊な状況の人にのみおこる問題ではなくなった。こうして、介護保険制度をはじめとして高齢者固有の学習が必要になった。介護保険制度の導入時には、自治体単位で精力的に説明会が催され、マスコミも連日とりあげひろく一般に認知されるところとなった。また、介護環境も格段の進歩がみられた。

しかし、介護を利用する立場からは、介護サービス量の不足や不満が出ている。利用者は、弱い立場にいる。介護保険制度をはじめとした高齢者福祉制度や介護方法、あるいは介護予防の知識や介護サービス等が、現在なお必要に迫られたときに何不自由なく手に入る環境ではない。また、介護保険制度では、一般のサービス受給者が制度を利用しやすくするために、介護資源と専門職への繋ぎとして、介護支援専門員をおいている。ここでの問題点は、介護情報の提供はあるが、選択の決定は利用者およびその家族に委ねられていることである。利用者に知識がなく現状の理解がなされていないと困難をとまなう制度である。次に、大川の指摘にあるように、「介護の質によって多くの点で大きな差が生じることについての認識が不十分<sup>3)</sup>」である。

以上の問題意識をもち、利用者とその家族が主役となるため、また、介護に陥ることなく健康寿命をできるだけ長くすることの二点を満たすために、高齢になる直前のシニア層への介護福祉学習が重要で、生涯学習の視座からのヘルス・プロモーションの必要性を感じた。具体的な対象は、現に高齢社会を生き年金等で生活を支え社会的にはリタイアしているが、介護をうけるに至らない精神的にも肉体的にもアクティブなシニアに限定した。そこで今回、生涯学習の一環として「くるる介護講座」を実践した。生涯学習の視点から照射し今後のヘルス・プロモーションとしての介護のありかたを模索する。

## 2. 本論

### 1) 介護予防とシニアの生涯学習

生活習慣病を始め、生活習慣と健康は密接

な関係をもつことはよく知られている。介護もまた、介護予防の徹底が健康寿命の延長になり、質の高い老後をおくることができるキーワードであるといえる。介護予防として「健康づくり、疾病のリスクへの早期対応、生活習慣の改善といった高齢者保健対策をはじめとし、地域リハビリテーション対策、閉じこもりの防止や生活支援といった高齢者福祉対策、さらには地域住民の自主活動も含めた総合的な推進<sup>4)</sup>」がある。これは健康教育であるが社会教育にまたがる学際的な領域であり成人に必要な知識であるといえる。しかし教育は成人には必要なく情報を与えればことがたりると錯覚していることが多いのではないか。

介護保険制度3年目にあたり、介護保険そのものの使い方や介護関連の社会資源を利用する方法等、いまだに多くの利用者の戸惑いがみうけられている。ある程度の情報は開示されているにもかかわらず、「介護」事件が発生すれば、本人も家族も十分に検討する時間もなく、自己決定がせまられ、非常に困惑する。一般に介護者をかかえた家族や、介護をしてもらわなければならない当事者は、一度に多くの決断をせまられ混沌とした状態に陥る。混乱下での判断が、しばしば正しい自己決定権の行使とはいえないことがある。ケアマネジメントの過程でアドボカシー機能も十分に働いている訳ではない。

一方、介護の世話になる前に学習をつんだシニアは、介護予防が可能になり、社会資源を有効に効率的に利用できるための相談方法を取得し、家族の役割を認識できるであろう。介護期間の長短はあるものの、死の直前に介護は避けられない時代が到来した。現代社会で、介護を受ける前の元気なシニアが学習することは、高齢期に他人の世話になるのだから「おまかせ」姿勢で、順応しようと努力し自己主張をおさえこむ、「なりゆきまかせの客体から自らの歴史をつづる主体へと変えてゆくもの<sup>5)</sup>」であるといえる。

このような、学習にはファシリテーターが必要である。しかし、ファシリテーターは単

に知識を伝える人として働くのではなく、対象者が自分たちで活動できるよう舞台を整え、さまざまなリソース（材料・人材・賃金・参考資料など）があることを知らせて対象者を助ける<sup>6)</sup>存在である。このファシリテーターを、体制の心情支配を一生涯にまで押し広げるものであると曲解して解釈すると生涯教育批判となる。波多野完治はドレオンの論文を引用して、「『生涯教育』は、教育体制の変化や改良にとどまるべきものではなく、『新しい時代における人間の生き方』の原理だ<sup>7)</sup>」と述べている。また、波多野は「人間は一生涯学ぶ。学ぶということは変わることであり、発展することである。発展するためには、批判（自己批判および相互批判）がなくてはならぬ。このようにユネスコで提唱されている生涯教育は、けっして現状維持の体制保持のためのものではない。それはむしろ『永久革命』といってもよいような成長理論である<sup>8)</sup>」と述べている。わが国の介護は、先進国の中では立ち遅れているが、徹底した人権擁護の中で、現在わが国で享受できうる限りの知的・物的資源をだれもが公平に享受できる権利を有していることを自覚するべきであろう。介護予防の学習は当事者にとって必要なことだが、介護予防を積極的に行うシニア世代が存在しなければ心情的にも負担観が増長し、介護の社会化の立ち遅れをうみ、公共性が後退する恐れがある。

介護予防のためにシニアが学習することは、意義深いことであるといえる。

## 2) シニアと余暇時間

定年でシニアが職業生活から引退することにより、膨大な余暇時間との付き合いが始まる。そしてこの時、老後をいかに生きるかの試金石を踏まされる事になる。生涯学習はそれまでも必要な学習であるといわれ、自らの成長発展へ誘う鍵となるが、シニアも例外ではない。ポールラグランは、生涯教育の項目のひとつにプラハ会議での成果をふまえてこの余暇時間の使い方について、つぎのようにまとめている。「余暇（レジャー）は、職

業の分化によって『専門化』し、人間発達の面では疎外されたものをもつ人間が、自己をとりかえし、人間性を回復する時間である」<sup>9)</sup> 余暇はこうして、時間概念としてとらえられるが、このレジャー概念はさまざまで、活動形態を指す概念もあり、活動と時間の二つの要素からなっているといえる。

シニアは、老後の時間をいかにすごすか、この活動と時間の問題について、生き甲斐をもち現代を生きることからはずれない智恵を望んでいる。このことが、失われた自信への回復につながるものではないかと、シニア自身気付きは始めている。しかし、この自覚は、自然にわきでるものではない。むしろ本人の意に反して、レジャー産業におどらされ、「利潤」による組織化に組み込まれていく可能性さえある。フランスのデュマズディエはレジャー産業が、今後ますます巨大化し、人々のレジャーをすべて吸収してしまう危険があるとし「レジャーのための教育が、今後『勤労のための教育』と同じくらい重要になってくるだろう<sup>10)</sup>」と指摘している。人間性をとりかえすためのレジャーであること、そのための学習もまた必要であると述べている。

しかし、学校における組織化された教育と異なり、この「個人の自由意志」にもとづいて「自己の人格発展のための教育」には、教えるものの価値観を押し付けやすいという落とし穴がある。波多野は次のような注をつけ指摘している。すなわち「レジャーを自己の知識欲の補完に使うか、山登りに使うかは人々の自由である。レジャーについての教育が生涯教育の課題なのであって、レジャーを『道徳教育』とか、『放送大学』とかに使うと決められてしまうのでは、それはもはやレジャーではない。この点、文化統制、思想統制とレジャーの教育とは厳密に区別される<sup>11)</sup>」。つまり、シニアの余暇時間を恣意的に規定することはできないといえる。ここでは、国家による思想統制ではないことを確認した上で、生涯学習は公共性を保ちながら、シニアの余暇時間が自主的・主体的に過ごす自由の享受のために使われるように用いられるべきであ

ろう。

### 3) 高齢者学習の成果

高齢者学習の成果を、如実にあらわした先人には、学習の場を提供し学習援助を実践した小林文成がいる。昭和29年に小林は長野県伊那市において「楽生学園」を開園した。小林は、「これから老人になる人たちは、生産年齢のあいだに老後の生活も考えようとし、老後を有意義に送れる方法も計画的に設計するだろう。しかし、現在の老人にはそうした準備もないし、社会保障もととのっていない。だから、現在の老人こそ、いそいで老人学級を組織して、共同して老後の問題を研究しなければならないのである。孤独の生活では考えおよばない知恵が、集団のなかで芽生える。しかも、老人はもっているゆたかな意見をだしあうことができるのだ<sup>12)</sup>。」とのべている。当時の成人が「生産年齢の間に老後の蓄え」ができ現在があるかは別として、そこで高齢者は相互の親和と学習意欲の向上の中に喜びをみいだしていたことがうかがえる。しかし、最初からそうなったのではない。最初は「あきらめることが一番大切」と杖をつき腰をまげて「老人ぶる」高齢者がいたという。この姿をおちこわし、「生きる意欲」と「心に夢」をもつ活動から小林は始めた<sup>13)</sup>。「新しい時代に適応する学習を重ね、そこに老人どうしの新しい交友関係が芽生え、老人たちの間に明るい気もちが生まれてきた<sup>14)</sup>」、また、高齢者が学習を始めると「きた時についてきた杖を忘れて帰ってしまった老人が5人いた<sup>15)</sup>」という。ここでは、介護予防の健康教育ではなく、身の回りの話し合いから、時事問題へと学習が広がっていった。この学習により心と頭と体を使い、来た時ついてきた杖を忘れて帰る高齢者となり、痴呆や寝たきりから遠い人々をつくり出したのである。

「高齢者の成長（成熟）」がみられる為には、学習者の「自治」の理念をつらぬくことが重要なことであると小林は、示唆している。「人からおぜんだてされ、あたえられたものではなく、老人がみずから学びみずから楽し

むものであるべきである<sup>16)</sup>とし、「哀れな高齢者に対する慰安」として娯楽に偏重することや、お金をかけすぎて続かなくなるような「飲食会」や、飲酒できないものがつまらなくなるような「酒席」に対して小林は批判的である。「たんなる楽しみの場ではなく、老人のしあわせを創造するための学習と協力の場であり、そこによるこびとほこりを感じずるものでなくてはならない<sup>17)</sup>」と述べている。

#### 4) ヘルス・プロモーションと生涯学習

シニアはいかに健康に老後を過ごすかという、健康寿命への関心がある。1986年世界保健機関 (WHO) は、カナダのオタワで「ヘルス・プロモーションに関するオタワ憲章」を提唱した。そのなかで、ヘルス・プロモーションを「人びとが自らの健康をコントロールし、改善することができるようにするプロセスである」と定義づけている。また、「健康は、生きることの目的ではなく生活の資源である」と強調されている。健康体があって何かを「する」という、目的をもつ資源のために健康を維持増進させるのである。高齢者のヘルス・プロモーションは前項の小林の実践活動からみてとれるように、単に健康に焦点をあてる「健康学習」をすれば、体に悪い習慣が変えられたりするものではなく、高齢者が「生涯学習」の実践がそうさせたことがうかがえる。

また、世界保健機関 (WHO) による健康寿命の中でも「完全に健康」である状態に換算して余命を出した「障害調整平均余命 (Disabilities Adjusted Life Expectancy; DALE)」という指標に基づき、1999年に生まれた乳児の DALE を WHO に加盟する全 191か国について計算、公表したものと、わが国の DALE は、74.5歳で191か国中第1位であった<sup>18)</sup>。数字で表された健康期間と、「健康にすごしている」という実体感としての健康感には差があるといえ、わが国の動向は国際的にも注目されている。

少子・高齢社会の生涯学習事業について畑は、次の3点に分類している<sup>19)</sup>。

- ① 高齢者教育の推進。若い世代を対象とし、高齢者についての理解を深めると同時に、高齢者家族をもつ成人に有用な知識や技能を習得させることを目的とする。
- ② 高齢者準備教育の推進。65歳までの人々を対象とし、高齢期をよりよく生きるために必要とされる基礎的・共通的な知識・技能あるいは態度を習得させることを目的とする。高齢期準備教育の一環として、いわゆる退職準備教育。
- ③ 高齢者教育の推進。65歳以上の人々を対象とし、高齢期をより生き甲斐をもって生きるために必要な学習を行い、同時に学習活動それ自体を楽しむことを目的とする。

畑は生涯学習を「成人」「65歳まで」「65歳以上」と三区分で、子どもの区分をここでは省いているが、自らの老いをどうとらえるか、自分にひきつけた教育は子どもに必要なものではない。しかし、安直な疑似体験で「高齢者」を理解できたと錯覚させることは「不便なかわいそうな人」という理解でとどまり、「共生」の教育につながらない。学童に対して総合学習で取り上げることは大切なことではあるが、取り上げ方を誤ると、マイナスになる。子ども時代から、質のよい「高齢者教育」が享受されるべきである。もともと社会教育は学校教育以外の教育を指し、学齢期の子どもが省かれている訳ではない。

家族介護のマンパワーとして必要にせまられたときに①の若い成人を対象にした高齢者教育は必要になる。②については、わが国の退職前のシニアは忙しい世代で、現役の就業に関するために学習時間がさかれ、退職準備学習への積極的な参加の見通しは低い。②のような高齢者準備教育は重要なことではあるが本論では、③の退職者で、かつ、元気な社会参加の可能性があるアクティブなシニア層を対象に絞り研究をすすめることにした。

退職直後はまだ肉体的にも精神的にも十分に健康な人が多く、これらの人々に対しての高齢者準備教育は遅すぎることはない。まだ、

介護を受けるには時間がある、元気な高齢者は、自宅にこもるのではなく、積極的に活動をおこすアクティブシニアになりうる。必要なときに必要な学習のみを学ぶ、直面する問題解決のための「対応の学習」をのりこえる時期ではないか。暮らしの中からの参加・自治・協同を基本とした、地域に根づいた自主的で自治的な活動をしていく、「共生社会」をつくりあげていくことをビジョンにおいた。第一段階として「介護実践講座」を生涯学習の中におくことにした。今日では、学習したシニア世代がその地域だけではなく、地球規模でのさまざまな課題の解決に決定的に大きな意味を持つという新しいライフスタイルが求められているといえる。

#### 5) 介護実践講座の実践と考察<sup>20)21)</sup>

介護実践講座を通し、介護予防へとアプローチするヘルス・プロモーションを試みることにした。

本企画はシニアの老後のやりたいことは何かという、意識調査から始まった。その結果、健康なシニアにとって「介護」への関心は低かった。J銀行年金受給の顧客対象者に施行した「高齢者の生きがい」アンケート調査(2001年4月～9月 n=4257)では、回答者の関心事は上位より、「健康」「趣味」「家族」「仕事」「ボランティア」であった。

J銀行はアンケート分析に携わったN大学と、産学協同プロジェクト「ひと循環型社会支援機構 くるる」をたちあげた。そこでは、シニアを社会の財産としてとらえその眠る力を引き出すべくディレクターのもとで、様々な「講座」が企画され、その一講座として「介護講座」がもうけられた。ここでの介護講座は単に「介護方法」を伝える講座ではなく、自らのヘルスプロモーションを考えること、さらにコミュニティにおいて「介護実践」を通してアクティブにかかわっていくヒントをシニアに与えることを目的とした。この「介護講座」を1年間1クール5回・3クール実施し、特別な希望がない限り一人でも多くの人に参加してもらうために、原則として

一度受講した人は同一講座の再受講はひかえてもらうことにした。

#### ひと循環型支援機構の理念

地域社会において、よりよい人間関係を再構築することを第一の目的とする。対象はシニア層にしほり、学習活動・交流事業をとおして関係を蜜にし、支援機構はそこから生まれる課題や成果を調査研究することで、地域に貢献していくことを理念においた。

#### 支援機構の活動・事業の目的

きっかけをえたシニア層は、自分の時間と能力を地域において、また人との関わりにおいて生かす場があることを認識し、自分の存在意義を発見するであろう。N大学は社会教育・生涯学習、J銀行は社会貢献の立場から、これを支援していくという同一の目的をもった産学共同事業である。

#### 支援機構の具体的実践

学習活動を「くるるセミナー」と名づけ、J銀行年金口座名義人に対し呼びかけた。講座の開催を広報誌等で知って参加したいという、J銀行との取引のない者や、年金受給前の比較的若い世代の希望者も受講可能にした。「くるる」は、「聞く・見る・する」の末尾文字をとったもので、講座を開いて、現場を見て、学んだことを実行するように期待をこめて命名されている。6つの領域で、2時間の講座5回を1クールとして、年間4期、秋・冬・春の3クールとサマーセミナーを実施した。

- ☆ 1期 2001年10月～12月 全6講座 (男性のためのボランティア入門/中国語講座/知っておきたい介護の知恵/いきいき健康講座/シニアパソコン入門/すてき生活アラカルト)
- ☆ 2期 2002年1月～3月 全6講座 (セカンドライフをいきいきとーボランティア入門編ー/中国語講座/知っておきたい介護の知恵/いきいき健康講座/シニアパソコン入門/すてき生活アラカルト)
- ☆ 3期 2002年4月～6月 全6講座 (セカンドライフをいきいきとーボランティア入門編ー/中国語講座/ほど良い老い

の迎え方—介護入門—/いきいき健康講座/シニアパソコン入門/素敵生活アラカルト)

- ☆ 4期 2002年7月—9月 2講座8セミナー (いきいき健康講座/シニアパソコン入門講座/セミナー: 藍染め体験講座/プリザードフラワー/ビデオサロン/囲碁入門/携帯電話講座/くるるで地球散策/人間模様—自分史を書く人たち—/ケアマネジメントの現場から)

#### ひと循環型支援機構とディレクター

この機構はセミナーを開くだけでなく、銀行の顧客への還元として「ひとの支援」をシニアの学習面で援助するサービス機構とし継続的に企画や実施報告をうけ論議されている。各講座にディレクターをおき、内容を企画し、セミナーの案内、当日の質問の受け付けや休憩時間の軽い体操に及び、受講者の反応や意向の把握につとめていた。

カルチャーセンターと異なり教養にとどまらず次のステップをめざした講座として「人循環型社会支援機構」として表したのが、受講者には具体的に何を指すのかがわかりにくく、初回講座では「耳慣れない言葉だがどういうことを指すのか?」と質問があった。修了式ではN大学より具体的な説明がされたが、ディレクターが受講者のあらゆる疑問に丁寧に答えたり受講者同志を繋げた。理解した受講者は、閉じこもらないことや介護を一人で背負わず自分の時間をもつことが必要であることを理解し、他講座を受講することにより積極的な姿勢を作り出す契機になった。しかし、地域活動実践には至らなかった。

地域実践へ繋ぐことの力量のあるディレクターをおいていたが、ボランティア講座にみられた自主的グループを介護受講者から出すことができなかつた。ディレクターの存在は「受講者の面倒をみる人がいて便利」というところで止まった。しかし、ディレクターが受講者とともに講座をうけていることは、講師の一方通行が防げ講座内容の第三者の評価が受けられる。また、講座の質の担保が図られ次の企画に生かされるなどの利点がありそ

の役割は大きい。

#### 介護講座の目標

介護講座は以下の目標をもってたちあげた。介護の世話になる前の学習をつんだシニアは介護予防が可能になり、自らの介護予防に関心を示す。寝たきり防止や、痴呆予防、早死を防ぎ、健康寿命に関心がむく。さらに、要介護状態になったときに家族の役割を正しく認識でき、社会資源を有効に活用し、自己決定権の行使が可能になる。この介護における自己決定権の行使とは、介護を受ける者と介護する者との双方が納得のいく選択が必要である。さらに、介護予防と介護保険の利用方法を身に付けたシニアが、将来は地域の中でそれぞれの得意な分野で介護予防を実践し働きかけ、地域関係を再構築することができるようなビジョンをもって開始した。今回は、これを1クール5回という短いサイクルであるために、まずはその意図を伝えることを第一のステップととらえて計画した。

介護講座の一般受講者の認知は「介護動作の実技指導である」というものが多く、事前に事務局への実技指導の有無の問い合わせや、講座参加者の中にも実技指導があるとおもい参加した者もいたが、第一段階としてあえて実技を入れなかった。シニアの肯定的な「老い」の自覚を促すことから始め、参加者の相談は、講義終了後の個別相談とした。

講座は、介護する者の心構えや寝たきり・痴呆・早死予防を講座の基調とした。また、介護保険の利用にあたって社会資源の活用によりその後の過ごし方に違いがあることを強調した。「最後まで元気でいたい」「できたら介護の世話になりたくない」「ポックリ死にたい」と受講者は発言された。年齢区分ではなく、「老い」そのものや「老い」という言葉さえ好かれず言葉の反応は敏感で、あえてシニアと表現した。講座の内容は、「もっと早くから知っていたらよかつた」というものが多く、初期の目的は達成できていたと考える。

#### 講座の構成

講座時間 (1講座 2時間 5回で1クール)

3クール) 定員 (30名) 3クール実施  
 3クールの期間 (①2001年10月-12月/②  
 2002年1月-3月 ③2002年4月-6月)  
 //各クール内容はほぼ同一とする//全5  
 回の講座内容/1. 高齢者福祉の状況「家族  
 が倒れたときに」/2. 日常生活の工夫「移  
 動と入浴」/3. 日常生活の工夫「食事と排  
 泄」/4. 寝たきりにならないために/5.  
 公的サービスの受け方)

シニアの老化による喪失を少なくすること、  
 ねたきり防止閉じこもり防止への積極的な関  
 わりは必要なことである。しかし、同時に、  
 やりすぎは体力の消耗を招くこと。精神力の  
 活性化は外に出ることだけではなく、関わる  
 こと、役割のある存在であること、この自覚  
 や生きがいなど幅広いものであることを強調  
 する。閉じこもらず、外出を促す。ことに  
 「くるる」への他講座への積極参加をよびか  
 けた。つぎに、仲間をつくること、続いて社  
 会貢献へむかうという「くるる」の主旨を理  
 解しやすいようにかみくだいて話をするよう  
 に努めた。こうして、今できることは何かを  
 共に模索し要介護になる前にシニアが健康に  
 暮らすためには、コミュニティの中で自分の  
 場があること。豊かなシニアライフを考えると、  
 コミュニティの一員として暮らすための  
 ライフスタイルづくりからはじめることを呼  
 びかけた。

第1クールは、お披露目講座で定員を上回  
 る応募があったが、回を重ねるに従い希望者  
 は減少した。パソコン講座、いきいき健康講  
 座、すてき生活アラカルト講座は回を重ねて  
 も抽選を続ける人気講座の地位が揺るがなかつ  
 たが、「介護講座」は定員をкаろうじて満た  
 ず程度で人気講座にはならなかった。介護の  
 仕方を教授する「介護講座」は開催地におい  
 て他にも無料で開放されており希少価値はな  
 い。企画の目的を広く一般に認知されるまで  
 には時間を要し、今後も継続していく必要が  
 あるだろう。

自らの老後の介護をその時々の流れにまか  
 せて「お願いします」という姿勢で臨むので  
 はなく、「自分は何をしてもらいたい」のか、

それを誰に依頼してどのような生活をしたい  
 のかという「イメージ」を描ける必要がある。  
 しかし、生身の肉体には「日内変動」や「季  
 節の変動」がつきものであり、自らの身体で  
 ありながら、自らの身体状況を正しく認識で  
 きているわけではない。癌や糖尿病などの病  
 魔に冒されていることの自覚はいつもあると  
 は限らない。定期的な検診は必要であり、疾  
 病時には医師による受診がなされる。医師へ  
 の依頼(受診)は、診療申し込み書にサイン  
 をした時点で契約が成立する。

介護もまた、契約である。介護の主役は利  
 用者本人であり、自らの体力に即応してその  
 「不足(マイナス)を補い」あるいは、介護  
 の中から今までできなかつたことができるよ  
 うになるといった「不足が減少する(マイナ  
 スからプラスへの転換)」への働きかけが専  
 門的にされる必要がある。受講者はこのこと  
 の概念枠組の理解はおおよそ掴むことができ  
 たであろうが、個別的・具体的な指導が今後  
 の課題となった。

#### 教材の工夫

シニア向けにレジメをパワーポイントのスラ  
 イド一枚につきA4サイズ一枚に印刷するこ  
 とで、活字を大きくした。また、講座のスピー  
 ドについていけない人のためにも内容が理解  
 できるようにパワーポイントで出すスライド  
 はすべて印刷して配布した。

レジメの字が大きいことは、受講者から  
 「読みやすい」と評判がよかった。また、受  
 講者は皆熱心で、私語なくメモを取る人、う  
 なずきながら聞く人がいた。知識欲旺盛なシ  
 ニアは教養目的や、主体的に介護に臨むとき  
 に備えて過ちを犯さない知識や技術をもとめ  
 て受講する者など様々であった。一般にシニ  
 アは生活習慣の変化を嫌うといわれているが、  
 やはり知識を丸ごと鵜呑みにせず選択的に採  
 用しながら生活を継続していく姿勢がうかが  
 えた。

#### 受講者の反応

講座は一般向けに開かれているために、受講  
 者のレベルもニーズも多様である。つまり、  
 すでに介護保険制度や現代の介護資源の知識

があり、介護のイメージを描くことができ、情報を与えるだけで自由に判断が可能になる人がある。その一方では、介護に自らの意思が反映できることを考えてもみない人もある。利用者が契約者となり、介護サービス事業者と対等になるためには、事業者は法的な書式も整え、利用にあたる説明が必要である。契約は確実に履行されなければならない。一方利用者のマナーを守り質問や変更はその都度取り交わす必要があるだろう。社会的弱者として高齢者を捉えている訳ではない。何でも困りそうなことは防いでくれるという「以心伝心」の世界から脱却して、十分な説明を求め同意をしめすことであるといえる。不足しているサービスに関しては、「必要」としていることを自治体に伝える必要がある。地域のニーズを満たすための地域福祉計画にもりこまれていくように当事者として働きかける必要がある。利用者が成熟すると、個々のケアサービススタッフは、今まで「利用者のため」とおもい実施したことが、本当によかったという場合もあるし、真のニーズでなかったことと気付く場合もあるだろう。行政が行き届いたサービスの提供のために、どのようなサービスを展開しても、制度の隙間におちる人がでてくるものである。「保険適用ができない」と押し問答するのではなく、利用者に何を提供すべきか、サービスの隙間を明らかにし、血の通う援助を履行することに心がけなければならない。しかし、行政のできることにには限界がある。ボランティアな精神のあるアクティブなシニアがそのすき間をうめられるような、システムのしかけとするためには連帯が希薄である。リピーターを受け入れ今後は、銀行のサービス事業としてではなく地域生活者としての学習支援を色濃く残す必要がある。

介護講座の希望者が回を重ねるにしたがって減少したが、岐阜県においては「社会福祉法人・岐阜県福祉事業団」による「岐阜県介護実習・普及センター」が岐阜県立寿楽苑内に設置されて、平成14年度は、1日ないし2日間で、介護入門講座・家族介護講座・テ-

マ別講座・介護ボランティア講座・専門職員研修など15の介護講座の開催が企画<sup>22)</sup>されている。このような他講座へ流れた受講者がいるものと考えられる。

また、一般の介護講座の認知である「介護動作の実技指導」を期待される人もいた。実技指導をいずれ開講する必要があるだろうが、現在介護されている人への配慮として、介護動作は4大介護に絞ってそのエッセンスを手身近にCD-ROMやビデオ教材を用いて講義するにとどめた。全体的には介護する者の心構えと、寝たきり・痴呆予防の基礎知識を講義した。また、介護保険の利用にあたって社会資源の利用知識をえることでその後の過ごし方に違いがあらわれることに関心が集まっていた。

「ひと循環型社会支援機構 くるる」に自らの意志で積極的に参加することは、それだけで閉じこもりや寝たきり、痴呆の予防と早死予防である。シニアが、今できることは何かを共に模索すること。要支援や要介護になる前にシニアが健康に暮らすためには、コミュニティの中で自分の場があることが大切であること。そのためには、コミュニティの一員として暮らすためのライフスタイルづくりからはじめなければならない。

講座終了後の受講者の感想は、介護を受けている世代に対してやさしさがあふれていた。また、介護不安が実態のない幽霊不安であったことに気付いた受講者もいた。また、直面した暗さを避けることなく受け入れ現実的に思いをはせる姿がみられた。介護実践を学ぶ講座から、介護予防を導き出したが、「ひと循環型社会支援機構・くるる」の目標はそこに留まるものではない。ここからさらに発展して、シニアがコミュニティの中で在宅生活をできるだけ長く続け地域の人と共によりよく生きるために、元気なときからボランティア活動や、隣近所へのインフォーマルな援助活動をする動機づけとする。これは他者への一方的な奉仕でなく、自らの生きがいへと繋がり、社会へ還元する行為となる。このような「ひと循環社会」の構築を最終目標



としている。このことが、地域のヘルス・プロモーションであり、「すべての人々があらゆる生活舞台—労働・学習・余暇そして愛の場—で健康を享受することのできる公正な社会の創造」であるといえる。

### 3. 結論

近代化により、老後は疾病や老衰で死亡時には病院で迎え、延命と闘う医療中心社会をもたらした。反面、スパゲティ症候群を始めとしてこのような延命のありかたに疑問が投げかけられるようになった。次に老後の安心のために、介護保険をはじめとして福祉のあり方が問われるようになった。福祉8法の改正をみるに至り、高齢者の施策も進んできつつある。地域住民の健康把握や保健予防は保健所が管轄し、「医療プログラム」として保健師が在宅訪問している。地域のボランティアや高齢者の生きがい施策は社会福祉協議会を中心に「福祉プログラム」の中で実施されている。しかし、「介護予防教育プログラム」は、まだ始まったばかりである。

また、長寿化に伴い、高齢者介護が「最期を看取る介護」から高齢者の「生活を支える介護」へ変化し、介護保険制度が誕生した。「高齢者自らの意志に基づき、自立した質の高い生活を送ることができるよう支援すること」が基本となった。わが国では医療プログラムにおいても介護面を相当な部分をカバーしていた。しかし、ケアのあり方や生活面での配慮において限界があり「生活プログラム」の必要性の問題が浮上した。今回「福祉プログラム」と「教育プログラム」の比較検討に言及することはできず、これは今後の課題として残った。医療・福祉・教育の三つの領域にまたがって構築していかななくては高齢者の真の充実した生活と幸福はもたらされないと考える。こうして、老後の介護に対してほとんど無防備といえるシニアに出会ったことで、社会教育を強調することは誤りではないことを確信した。

ヘルパーや介護福祉士をめざす専門家の養

成ではなく一般のシニアへの「介護福祉講座」は、きわめて個性的で哲学的課題を含んでいる。援助する者が援助される者の衰えていく「知性や肉体」の不都合を補うことより、援助される者の生の質を高めることを通して、援助する者が自らの生を考える、哲学の時間を得ることができる。この人生の幕引きの準備教育は、終末期の親子・夫婦の共同の時間や関係性への問いであり、共生の問題を考える機会となる。アクティブなシニアになるための学びとは何か、これこそが究極の介護予防であり、社会の財産としてシニアの生き方の一つであるといえる。

エンパワーメントされた高齢者は、自らの老いを自覚しつつ積極的に社会参加していく。下中順子は、「老いの時期を快適に過ごして人生をまっとうするプロセス—successful aging—の研究がさかんに行われてきた。その中でsuccessful agingの理想の姿として、老人が身体的、精神的、社会的に自立していることが主張されてきた。…略…しかしながら、高齢化社会に加えて少子化社会の到来と核家族化の増加は、老人が自立した生活を送るだけでなく、社会のなかで生産にも参加し貢献すべきであるというproductive agingへと展開してきた。」とのべている<sup>23)</sup>。こういった、高齢者は社会の資産とする考え方は、国連2002年総会においてもみられることで、国際的な動きであるといえる。

この「介護講座」の広報は銀行のちらしと年金受給者へダイレクトメールによった。しかし、他銀行の取引者においても参加希望者は参加でき、学習意欲のある人ならば拒まないとした。希望者多数の場合は顧客の優先はせず、定員オーバーは抽選という公共性を保った。参加者の地域は岐阜市が中心になったが、多治見市や名古屋市など、駅の近くの会場ということもあり広域にひろがっていた。シニア集団の中からファシリテーターを発見し支援していくまでには至らなかった。

相互の交流のための自己紹介や受講者の意見より、講師からの「講義を優先してほしい」という感想がでるなど、「ひと循環型機構」

趣旨の理解がないままの受講者が多く、「承り講座」の希望者の存在をつきつけられた。今日の社会ではコミュニティの中での活動は減少してきており、煩わしさが少ないという利点とともに手に入れた分断された人間関係の中では、新しい関係づくりは極めて困難で積極的に押し出せなかった。しかし、行政の支援として高齢者のボランティア活動が、地域貢献と生きがい対策の「岐阜県シルバーNPO活動支援事業」(地域の高齢者グループや企業の退職者団体が、ボランティア活動のための研修事業やNPOとして組織化事業を行う場合に、(財)岐阜県健康長寿財団が助成金を出しているもの)等、巾広い情報提供が必要であろう。また他の支援制度の紹介も積極的にすすめ、地域全体の活性化につなげたい。精神的に自立し、コミュニティの中で共生するためには肉体的に他者への援助が可能であるというゆとりのある時期に、「介護の隙間」への援助が可能な「アクティブシニア」へと繋げたい。自らの「古い」や「コミュニティの介護」を発信する「ひと循環型支援」は、強制的にするものでなく、熟するまで働きかけつづける必要性を自覚した。それらは不可能なことではない。岩橋はフランスのアソシアシオン(市民活動団体)の例<sup>24)</sup>をとって「それまでは、制度が機能していないときの一時しのぎとみなされがちだったが」、今日では「フランス市民の生活に不可欠なものとして定着してきている」とのべている。

利用者主体の利用学を包含した「介護福祉学」構築が今後の課題となった。

- 1) 長谷川慧重等編「国民衛生の動向 2002年第49巻第9号」厚生統計会、2002、p35。
- 2) 厚生労働白書監修「平成13年度版 厚生労働白書」株式会社ぎょうせい、2001、p321。
- 3) 大川弥生「目標指向的介護の理論と実際」中

- 央法規出版株式会社、2002、p239。
- 4) 兵庫県社会福祉協議会監修「介護予防大作戦 地域で進める介護予防」中央法規出版株式会社、2002、p3。
- 5) ユネスコ学習権宣言『社会教育・生涯学習ハンドブック』エイデル研究所、2000、p87。
- 6) ロジャー・ハート、木下勇等監修「子供の参画」萌文社、2000、p80。
- 7) 波多野完治「生涯教育論」小学館、1972、小川利夫等編『日本現代教育基本文献叢書 社会・生涯教育文献集I9』日本図書センター、2001、p72。
- 8) 同上、p72。
- 9) 同上、p207。
- 10) 同上、p208。
- 11) 同上、p209。
- 12) 小林文成「老人は変わる—老人学級の創造—」国土社、1961、小川利夫等編『日本現代教育基本文献叢書 社会・生涯教育文献集IV 36』日本図書センター、2001、p260。
- 13) 同上、p30。
- 14) 同上、p188。
- 15) 同上、p64。
- 16) 同上、p82。
- 17) 同上、p235。
- 18) 厚生労働白書監修、「平成13年度版 厚生労働白書」株式会社ぎょうせい、2001、p4。
- 19) 畑克明「社会変化と生涯学習」佐々木正治編『21世紀の生涯学習』福村出版、2000、p46。
- 20) 旭多貴子・木野美恵子「シニアの社会参画を 実践する試み—『ひと循環型社会支援機構』の 実践—」第10回日本介護福祉学会大会、2002、pp114-115。
- 21) 木野美恵子・旭多貴子「アクティブシニアの ための『介護講座』を展開して」第10回日本介護福祉化学会、2002、pp116-117。
- 22) 岐阜県介護実習・普及センター「平成14年度 介護講座ごあんない」パンフレット
- 23) 柿木昇治編著「シニアライフをどうとらえる か」北大路書房、1999、pp33-34。
- 24) 岩橋恵子「フランスにおける市民の学びとアソシアシオン」佐藤一子編『NPO参画型社会の 学び』エイデル研究所、2001、p180。