

# SLA 通信

第8号

1996年10月31日 発行

総務委員会 広報部会

〒460 名古屋市中区正木1-2-8

シニアルネッサンス財団 内

☎ 052 332 7883

## 生きる心 --- 私の場合

久野ふさ子

生きる楽しみをみつけながら、心の旅をしています。

第一の人生が生み出した蓄積を背にして「鮮度のある人生」「病んでも美しく輝いて生きたい」と意識的に好奇心をもって行動をとっています。

私の五つの心掛け、

- ① フレンド・プアー
- ② タイム・プアー
- ③ マネー・プアー
- ④ ホビー・プアー
- ⑤ ヘルス・プアー

にならないよう努力しています。

(プアー poor 貧しい 乏しい)

心はまだまだ大きな目標に向かっていきます。

日常生活動作、知的機能、社会生活、以上の生活満足度チェックをしていくつもりです。

逃げて通れない終の道、ターミナル・ケアについての私の考え--- 意味のない延命処置、すなわち Quality of life によくない生存は希望しないつもりです。

しかし私自身の場合と肉親の場合とは異なることも認識しています。

人生の終末期の高齢医療には「生活の質を良くしていく」ことにあくまで基本原則をおきたい。もし痴呆になっても、意思決定の尊重は優先されるべきであり、「人間らしく」を尊重されるならば「住みなれた在宅ケアを」と思う。しかし、家族の過重な負担を考えれば、一日も早く介護面の支援体制が整備されるべきと期待しています。

「赤信号(ボケ) みんなで老いればこわくない」お互いに支えたり支えられたりで、明るく楽しく輝いた生活を送りましょう。

## スクラップ から

ボケのサインを知ろう

できるものなら避けたい自分の、そして肉親の痴呆。ところが避けることの出来る痴呆もあるとのこと。(3頁へつづく)

名古屋市立大学 助教授 宮治 眞 氏 (医学部 医療情報部 内科学 第一講座)

惚けていようが、惚けていまいが、人間であることには 変わりはない。  
「惚けてなぜ悪い」 あえて開き直ってみたいのである。  
人間とはなにか? をこの痴呆を通じて見直すべきときではないか。

饅頭が五個あれば五人の痴呆の老人は一個ずつ分けて食べるが、正気の老人が一人いるとその一人が饅頭を二個食べるような悪いことをする。悪い奴は正気の奴の中に居るのが世の中である。痴呆は一般に「記憶障害」といわれ、「計算の能力の低下」と「内省能力の欠如」がある。しかし、日常生活には差し支えない能力がある。

辞書をひくと「ぼける」には「色がさめる」との解説がある。「老化現象は生理的完熟期以降の老化へのゆるやかな変化」である。たとえば、臓器を年齢別に集団で比較すると機能は次第に低下する。しかし、個人別に比較すると丈夫な人は80歳でも90歳でも丈夫で、あまり若いときと機能が変わらないとの報告がある。若いころに言語能力(思考密度と文法的複雑さ)の低い人は、老年期の認知機能も低く、アルツハイマーにかかりやすいとの調査報告がある。頭を使わないと惚けるともいわれるが、なぜ惚けるかは判らない。

どうしようもない老齢で一生を終わる人も、どうしようもない幼さで一生を始める人も、価値は同じでなければならない。「生病老死」を考えると、日常生活を営むことは別である。老人は居場所を見つけること、つまり円熟することが大切である。歳をとると惚けても来るが、それで良いではないか! 周囲の者は痴呆老人の存在する価値を考える。介護者の考え方を変えることも大切である。

(質疑の一部を報告します。)

- Q. ビタミンCの大量投与の効果は? A. 記憶障害に効果があるが、好きなものを食べるのが良い。
- Q. 65歳人口の7%が惚けると聞くが大半の人には関係が無いと考えて良いか?  
A. 7%は平均値で年齢が高くなると割合は増える。惚けの中には治療可能なものもあるが、惚けは未知の病気で、自分が惚けるかどうかは全く判らない。大切なことは、惚けても良いという覚悟、どうゆう死に方をするかの覚悟の方が大切である。
- Q. 惚けたら何も判らないのか? A. 残念ながらアルツハイマーの場合は正確には答えられない。異次元の世界で我々には了解不能である。したがって説得は無駄である。脳血管障害の痴呆の場合には病識がある。したがって侮蔑的な言葉は相手を傷つけるので注意が必要である。

(10月19日に名古屋市女性会館で開催された地域委員会主催の講演会の一部です。ご出席88名)

## 講演会の質疑 から

Q. ボケにインフォームドコンセントはあるのか？

A. ボケの患者は異次元の世界にいるのだから、本人へのボケの症状説明は出来ないものとするのが常識的であった。しかし、アメリカの大統領だったレーガンが大衆の前でアルツハイマーに罹ったことを告白し、いずれ最愛の妻ナンシーの顔も判らなくなるといった。それ以来、ボケでもある時期「見当識」が残っているときには癌と同じように本人に伝えて良いのかもしれないと思うようになった。これは普段から本人が周囲に希望を伝えておくことも必要。自己管理の出来ない状態になれば、痴呆老人の人権は法律で保護する必要があるが、その場合、親権者は家族が適当かは疑問だ。

## スクラップ から つづき

老化による脳機能の低下がまず始まるが、その時、家族や周りの者の協力で進行を抑えられる。

積極的に行動に参加させる。

口だけではダメ。

買い物、掃除、散歩などに誘う。

また、「来月は松阪屋でうなぎを食べましょう」など楽しみを持たせ、先のことに期待をもたせる。

軽度のボケは医師に相談すれば進行を止めることが出来るが、重度になってからは困難。

早い時期にボケのサインを知るとは、高齢社会の家族の常識になるかも。

名古屋北地域部会主催

## 「生き生き教室」 講演会

高齢社会を支えられるか

## 公的介護保険

講師 高間 睦氏 (中日新聞記者)

11月30日(土) 1:30~3:30  
名古屋市総合福祉会館7F (北区役所)  
会費 500円

未曾有の高齢社会に向かい、介護の問題は、家族だけでは支えられないところへきています。

名古屋北部会では、「公的介護保険」について、勉強会を重ねてきましたが、今までの学習結果を背景に、この「公的介護保険」をテーマとする「生き生き教室」の開催を企画し、SLA本来の役割である、地域活動の推進をはかります。

●チラシを同封いたしました。

●SLA以外の方への呼び掛けに、ご協力下さい。

一口メモ

ご存じですか？ シルバーハラスメント

「いじめ」は子供の世界だけではありません。老人虐待が注目を集めています。人権侵害の問題でもありますが、原因・背景はさまざまです。

# 中部シニアライフアドバイザー協会 組織運営図

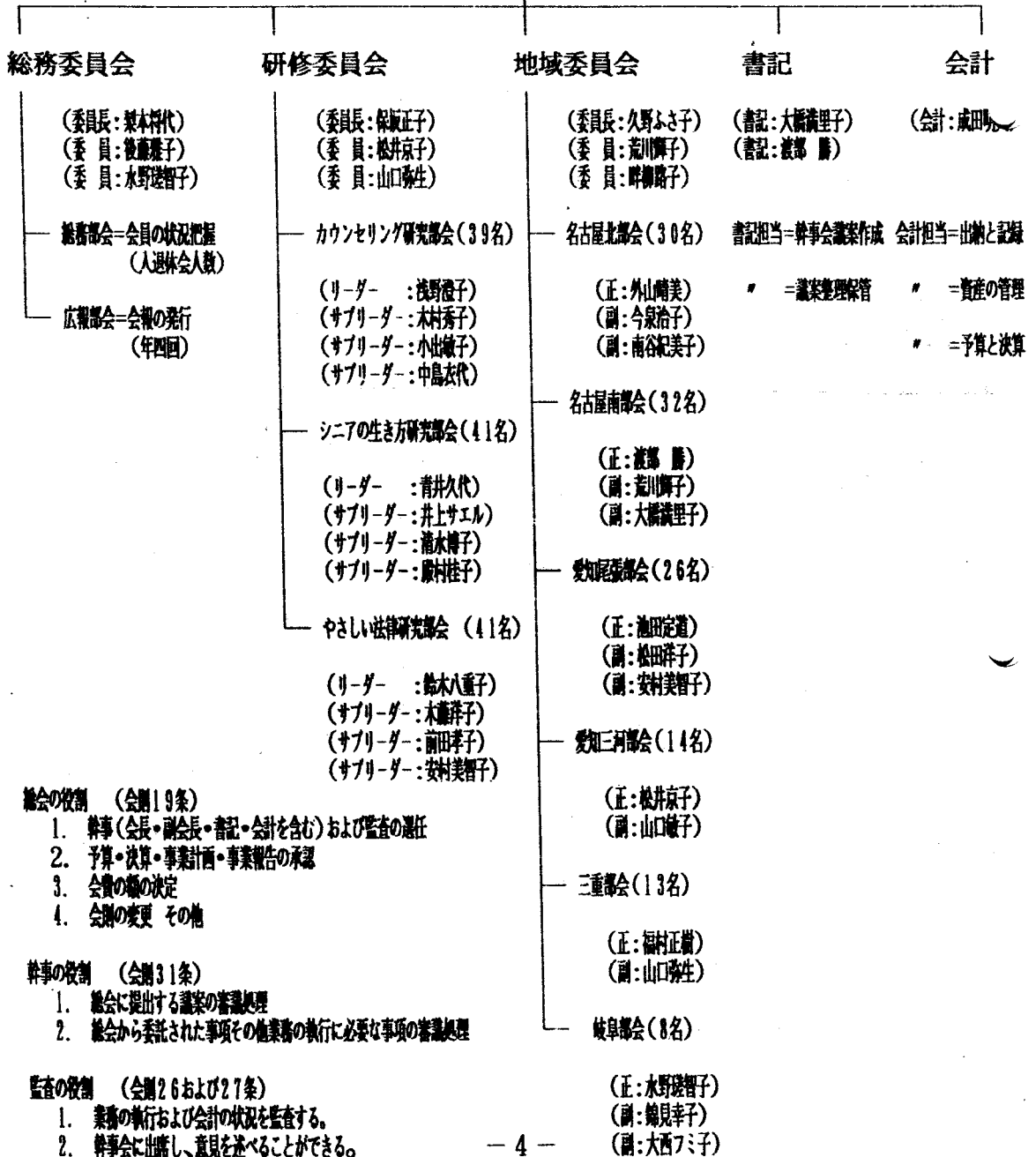
平成8年9月1日現在

総 会 員 148名(うち総会 2名)

— 監 査 (監: 湘田敏子 木村剛行)

幹 事 会 幹 事 13名(うち会長1名・副会長3名・書記2名・会計1名)  
監 査 2名

会 長 副 会 長 (会 長: 亀井省三)  
(副 会 長: 久野ふさ子 栗本栞代 保坂正子)



# 中部シニアライフアドバイザー協会 年間 予定表

平成8年9月1日

	幹事会	総務委員会	研修委員会	地域委員会	会計
9月	(1日) 組織運営図の検討 年間予定表の検討	入退会者の確定 SLA通信8号の発行方針 と原稿依頼	(28日) 研究部会	(14日) 委員会 (21日) 南部会 (下旬) 尾張部会 (28日) 三重部会	会長へ 会計収支報告
10月	(6日) 電話相談問題の協議	(31日) SLA通信8号の発行	(26日) 研究部会	(19日) 全体研修会 ( ) 北部会	会長へ 会計収支報告 幹事会へ 会計収支報告
11月	(3日) 総会へ幹事・監査を推薦する 手順を定める内規の検討	(3日) SLA通信9号の発行方針 と原稿依頼	(2日) 研究部会 (9日) 全体研修会	(16日) 南部会 (30日) 北部会講演会 ( ) 尾張部会	
12月	(1日)		(7日) 研究部会	(14日) 委員会 (21日) 南部会 ( ) 北部会	会長へ 会計収支報告 幹事会へ 会計収支報告
1月	(5日)	(30日) SLA通信9号の発行	(25日) 研究部会	(18日) 南部会 ( ) 北部会講演会	
2月	(2日) 総会準備の日程と議題等の検討 事業計画と予算の編成方針協議	(2日) SLA通信10号発行方針 と原稿依頼	(22日) 研究部会	(15日) 南部会 ( ) 北部会 ( ) 尾張部会	会長へ 会計収支報告 幹事会へ 会計収支報告
3月	(2日) 事業報告と事業計画の審議	(2日) 事業報告と計画 (15日) 予算の提出	(2日) 事業報告と計画 (15日) 予算の提出 (22日) 研究部会 (29日) 全体研修会	(2日) 事業報告と計画 (8日) 委員会 (15日) 予算の提出	予算案の作成
4月	(6日と二回) 総会準備 (未定) 総会開催 (事務引継)	(5日) 決算の提出 SLA通信10号の発行 (事務引継)	(5日) 決算の提出 (事務引継)	(5日) 決算の提出 (事務引継)	決算案の作成と監査 (事務引継)

- (参考) ① 幹事会は 毎月 第一日曜日 10時～12時 名古屋市ボランティア情報センター で開催する。
- ② 研修委員会は 全体研修会を 秋と春の二回 研究部会を 原則として 毎月 第四土曜日 に開催する。  
研究部会には「カウンセリング研究部会」「シニアの生き方研究部会」「やさしい法律研究部会」の三つがある。
- ③ 地域委員会は 委員長 委員 各部会正副代表 による委員会 を年 四回 開催する。  
地域部会は 地域の実情に合わせて 各地域毎に開催日とテーマを決めて 開催する。  
地域部会には「名古屋北部会」「名古屋南部会」「愛知尾張部会」「愛知三河部会」「三重部会」「岐阜部会」の六つがある。

## 各地域部会の行事状況

### 名古屋北部会

私たちの部会は、昨年度から、月に一度の例会のうちに、会員の杉浦玲子さんを中心にして、「公的介護保険」の勉強会を続けています。

この度、別掲（3頁）のように、「生き生き教室 講演会」を開催することになりました。この計画が、SLAの地域活動推進の一端となりますよう皆様のご協力をお願いいたします。

### 名古屋南部会

毎月第3土曜日に開催。

今年のテーマは「高齢者問題」

地域の実情を知ることと、お互いが抱えている問題を理解することからスタートしました。意見を交わすことにより、お互いが和気あいあいの雰囲気となりました。出席出来ない会員のため「南部会報告」を4号まで発行しています。

私たちに何が出来るのか？

答えはこれからです。

### 三重部会

一カ月に一回、各自の研究していることを順番に発表していく。

### 愛知尾張部会

テーマは「会員相互のコミュニケーション」を図る。

11月はディスクゴルフを体験、

2月は10月の講演会を参考に情報交換します。

愛知三河部会と岐阜部会からのお便りをお待ちしております。

## 研修委員会の活動

### 全体研修会

—マルチメディア時代の  
シニアとくらし—

11月9日（土）13:00～15:00

PLA-NET(NHK 名古屋放送センタービル)

### 研究部会（三部会）

11月2日（土）・12月7日（土）

1月25日（土）・2月22日（土）

時間は従来どおり

場所は、

11月2日が名古屋市総合福祉会館  
その他が名古屋市リソシア情報センター

なお11月と12月の開催日が変更になっています。 ご了承下さい。

## ■名古屋市消費生活センター

相談受付 月～金 9時～17時

☎ 052 222 9671

悪質な商法によるトラブルや  
苦情の解決のために手助けを  
してもらえるところです。  
相談は無料、秘密は厳守。  
相談は電話でOKです。

名古屋市中央区栄1-23-13(伏見ライオン 11階)  
(地下鉄「伏見」④出口 御園座の前を南へ  
徒歩五分 消防署の11階)

## ■愛知県消費生活センター

☎ 052 962 0999

## ■愛知県尾張消費生活センター

☎ 0586 71 0999

## ■愛知県西三河消費生活センター

☎ 0564 53 0999

## ■愛知県東三河消費生活センター

☎ 0532 47 0999

講演会「人間としての痴呆」は好評でした。  
テープを貸し出していますからグループの  
学習にもご利用ください。

(録音テープの貸出とレジュメをご希望の方は  
地域委員会の荒川輝子さんまでご連絡  
下さい。 ☎ 052 876 0293)

## ● やさしい法律研究部会

「シルバーハラスメント」

安藤明夫 労働旬報社 1,600円

## ● シニアの生き方研究部会

「人生を考える」

中村 元 青土社 1,500円

## ● カウンセリング研究部会

「カウンセリング入門」

佐治守夫 国土新書 900円

竹田千夜子さんが静岡県から八王子市へ  
転居のため退会され、あらたに関東SLA  
協会に入会されました。

第7号の活字が小さくて読みづらいとの苦情  
がありましたので、今回は活字を大きくしま  
した。いかがでしょうか？ 素人の手作り  
ですから見苦しいことはお許し下さい。  
投稿をお待ちしています。

総務委員長 梨本将代・総務委員 後藤雅子

# SLA ット 広場

スラ ット ひろば

## == 反射鏡 ==

### 第7回 いけ花 インターナショナル 世界大会に参加して

木藤洋子

無言なる花は私に多くを語りま  
す。瞬間と永遠、有と無、生命の  
本質と人間のあり方を花の姿に教  
えられます。「花を通じての友好」  
をモットーに35ヶ国より会員  
が21世紀への大きな架け橋となる  
よう、名古屋に集いました。微力  
な私ですが参加。国際交流がいけ  
花を通し大きく貢献出来る事をし  
りました。各国の人々との意思の  
疎通がなされた時の喜びは大きく、  
笑顔と感激の渦がまく。小さな力  
の結集がこんなにも大きな力を持  
つ事に感動。お別れのパーティー  
では涙さえ浮かべる光景も見られ  
ました。期間中名古屋に滞在され  
た三笠宮妃殿下の心配りも大会成  
功に大きく貢献されました。

どんな事でも愚かだから、微力  
だから、と自分を卑下する事なく  
前向きに生きていれば、趣味の一  
つであってもこうした感動と感激  
ある体験をさせて頂け誠に有り難  
く、この気持ちをいつまでも大切  
にして心豊かに生きていけたら—  
—と想ったのでした。

### 手づくりの絵本から

園原節子

絵本は子どものものというイメ  
ージが一般的ですが、最近の絵本  
は絵もすばらしく、内容も幼児か  
ら大人までそれぞれのグレードに  
合った楽しいものが沢山あります。

子どもも大人同様、一つの人格  
をもち年令相応の喜怒哀楽の中で  
生きています。絵本にはそうした  
子どもたちの気持ちが率直に表現  
されていて、我々も学ぶべき所が  
多々あります。そんな子どもの感  
性を大切にしながら、私は手づく  
りの絵本を作っています。

手づくり絵本は年令を問わず誰  
でも気軽に自己表現できる手段で  
す。絵が描けなくても表現方法は  
多様で、誰かに伝えたい“あんな  
こと、こんなこと”を子どもの視  
点でとらえ、表現していくのです。  
作品のレベルもさることながら、  
作り上げていく過程はとても楽し  
いものです。

作品はその本を作った時の心の  
一里塚であり、生きた証としての  
自分史となり、何かを語り続けて  
くれます。