2003年2月8日　発行
中部ＳＬＡ協会　　総務委員会　広報部会

ＳＬＡ通信

〒460-0024　名古屋市中区正木 1-2-8
（財）シニアルネサンス財団内
TEL　052 332 7883

第28号

向き合おう　　いま一度

会長　田中秀典

幹事になって約２年、会長を拝命してからもうすぐ１年。与えられた任期のゴールまでもうひと踏ん張りと自らを鼓高させながら、あと春の行事を残して今、１年を振り返ってみると、山積みされた問題はそのままのも多く、大きなうねりを期待された会員の皆様には誠に申し訳ない気持ちで一杯です。ただ、新しい試みとして部会活動を前面に押し出し各部会の企画を支援していこうとの狙いから助成金制度を採り入れました。多彩な催事の実施により会員が集い、交流を深めてもらうことが今の中部ＳＬＡ協会にとって何より必要と思ったからです。地域という『点』となるものを『線』に結びつけるため、部会代表者合同協議会も２回実施しました。各代表者皆さんの並々ならぬ努力が、やがて大きく実を結ぶことを願ってやみません。

中部ＳＬＡ協会は、申すまでもなくボランティア団体です。では「ボランティア活動」って何だろうと問い掛けてみたいと思います。諸説定義はありますが、私は「自分の行為が第三者（ひと）のためになっているか？」または「活動自体が自分のためになっているか？」の２つで判断しています。両方になっていれば満点、どちらか一方だけでも当てはまれば及第点、どっちにもプラスになっていなければ、極論ですがやらない方が良い、と思っています。皆さんにとって今の中部ＳＬＡ協会はどの位置にあるのでしょうか。何事も未知なるものに身を投じる、一歩踏み込むという行為にはストレスやプレッシャーが伴うものです。しかし、それは悪性のものと決めつけられません。ストレス学説を提唱したハンス・セリエ博士は「ストレスは人生のスパイス」と説明しています。つまり人生の香辛料、塩であって取りすぎは良くないが、生物は塩がなくては生きられない。適度には必要な物質なのだと。プレッシャーやストレスは、「生活上のスパイス」と考え受容すれば、マイナス要素と思えることがいつしかプラスにもなってエネルギーとして変化する事にもなるでしょう。　少々理屈っぽくなりましたが、幹事そして会長という大役を経験して色々反省しつつ気付いた事を皆さんに伝え、お願いしたいと思ったからです。

ボランティア活動の意義をもう一度見つめ直し、かってＳＬＡの資格を得た初心を思い起こしてみてください。その上で、活動への積極的参加で、もしストレスを感じたら、それは「エンジョイ・シニアライフへのスパイス」と受け止めてください。まず自分自身と、そして会員同士と、さらには協会組織と、いま一度向き合ってみようではありませんか。

年次総会のお知らせ

1. 日時

平成15年4月19日（土）

午後1時30分～午後4時まで

2. 場所

ＮＰＯなごやライフプラザ（右図参照）

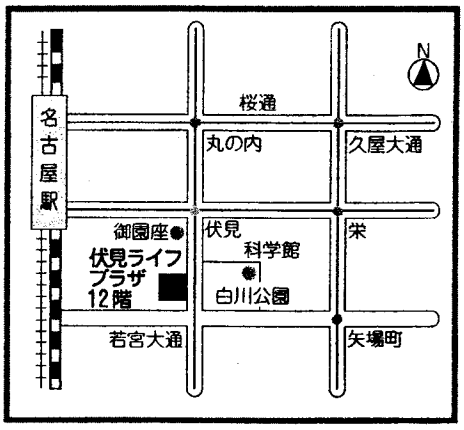
12階　集会室

住所：名古屋市中区栄一丁目23番13号

地下鉄伏見駅6番出口より南へ徒歩8分

（中消防署のあるビルです）

●交通案内



3. テーマ

（1）第1部

年次総会

（2）第2部

部会リレーショートスピーチ

① 名北部会（代表：加藤鍈美）…思いつくままに

② 尾張部会（代表：田中芳雄）…スローでいこうシニアのパソコン

③ 岐阜部会（代表：尾関恵子）…ＳＬＡの活動について

④ 電話相談研修部会（代表：大森政文）…ルネサンスと電話相談

平成15年度幹事の立候補及び推薦のお願い

平成15年度を迎えるにあたり、幹事への立候補、及び推薦についてお願い致します。

別紙のはがき用紙にその内容をお伝えしています。

同封のはがきにご記入の上、2月末日までにご投函ください。

（なお、恐れ入りますが切手を貼ってください。）

平成14年「シニアひとり暮らしの不安と悩み110番」抜粋報告

（関東ＳＬＡから転載）

1. 開設内容

（1） 日時・・・平成14年9月21日（土）・22日（日） 10：00～17：00

（2） 場所・・・仙台・東京・名古屋・大阪・広島・福岡の6ヶ所にて開設

（3） 相談員・・シニアライフアドバイザー

2. 相談のまとめ（要旨）

（1） 遺言・相続「自分の死後」を真剣に考える“ひとり暮らし”～相談窓口を広く！～

「遺言・相続」が今年は相談件数のトップになった。ひとり暮らしの方からは例年に見られる老後世話になる人（甥や姪など）への相続の方法や留意することなど相談もあったが、今年は「遺言を書きたいがどのようにしたら良いか？」「遺言書の記載の留意点」「公正証書遺言について」など遺言書へ具体的で真剣な相談が目立った。面倒を見てくれた子などに遺言を残そうという考えが次第に増えてきており、気軽に相談できる相談窓口増設が望まれる。

（2）成年後見制度 ～認知度の低い本制度～更なる周知・啓蒙を！～

「任意成年後見制度について教えて欲しい」とか「成年後見制度はお金がかかるので何か方法はないか」というように「成年後見制度」の名前は徐々にではあるが知られ始めたと感じた。ただ経済力がない人への利用がなされる方法も今後の課題とも思う。

しかしまだ、この制度の認知度低く、今回もひとり暮らしの高齢者の方から「今後介護状態になったらどうなるのか」「痴呆になったら財産はどうなるのか不安だ」という相談も多く任意成年後見制度の概要を説明する場面が見られた。不安のないシニアライフを送るためにも“身上監護”“生活支援”も十分活用できる「成年後見制度」の充実など課題は残っている。

（3） 福祉・介護 介護者の質的問題も浮上～在宅医療介護の社会体制の整備を～

親子ふたり暮らしで、90代の親を看ている70代や60代の子からの相談も目立った。介護者が高齢で持病もあり90歳をむかえる母親の介護をどのようにしたらよいかの相談や、特養入所している母親が退所を希望しているが在宅介護には躊躇している相談など老老介護の抱える問題も多い。他に目立った相談では、ひとり暮らしの高齢者で病気療養中だが退院後のことや家事の援助についての相談があった。その他に、ヘルパーや事業所への不満などが見られた。

（4）住居 有料老人ホームなどの関心高く ～もっと公的高齢者住宅の供給を～

ひとり暮らしの高齢者の賃貸住宅の連帯保証人の問題の相談も例年通り見られたが、今年は有料老人ホームや公的高齢者住宅の問い合わせ介護状態にある親などが入所できるユニットケアや特別養護老人ホームの状況などの相談が目立った。「ひとり暮らしで昨年病気になってから安心して住むことのできる施設は？」「安い費用で入居できる高齢者住宅を教えて欲しい」など高齢者が安心して住むことのできる公的住居や施設が相談者にとって現実の問題になっており、その供給が依然課題となっている。

（5） 健康 ひとり暮らしの健康不安～地域ネットワークでの心身健康相談を～

健康への不安は高齢者にとって切実な問題である。今年も多くの方より持病のことや服用している薬な

どの相談が寄せられた。特にひとり暮らしの高齢者の場合、自分の健康の不安について常時気軽に相談する場所がないのが現状である。保健所などもあるが、近くになければそこまでわざわざ足を運ぶことはできない。そのため今後このような孤独感とか精神的なストレスを和らげるため地域でのネットワークなどをつくり対処するのも必要ではないか。

（6） その他　人間関係・家族関係も悩み　～心のケア対策もこれからの課題～

今年は、近隣関係の相談も多く、人間関係や家族での問題が浮上、心のケアが課題となるほか、例年のように「本人の葬儀」など生前契約の相談も見られた。

平成14年度高齢社会研究セミナー
『中高年の社会参加を実現するためには』に参加して

（平成15年1月17日（金）10：00～16：30　場所：日本都市センター会館）

名北部会　　山下可子

『光陰矢の如し！』私が、ＳＬＡの認定を受けて9年目になる。財団から会員一人ひとりに対してお誘いのある「研修・研修セミナー」の内容は、時代の変化に対応しているので、私は大いに興味を持っている。

今までに参加した中で印象に残っているものとして、

① 平成7年度最初に箱根で行われた2泊3日の研修会

② ジェロントロジー講演会（東京）

③ 伊豆で行われた2泊3日のパソコン研修会

である。今ふりかえってみると、いずれも時代の先端をいく内容のものである。

ロスアンゼルス、北欧、ハワイの海外研修セミナーは、日程の都合で断念したが、第一回のロサンゼルス研修会（平成7年）に参加された今は亡き外山晴美さんの報告会『高齢社会とボランティア』をお聞きしたことが、つい昨日のことのように思い出される。

◆今回の研究セミナーの特徴は、《中高年の社会参加を実現するためには》のテーマのもとに、時代の変化・社会の要望に答えて、内閣府と高齢者ＮＧＯ連携協議会が連携して開催されたことである。具体的な内容は紙面の都合で割愛するが、経過は次の通りである。

◆午前の部：講演会

1. 中高年社会参加活動の促進を願う・・・江見康一氏（一橋大学名誉教授）
2. 中高年男女が共に参画できる社会・・・樋口恵子氏（高齢社会をよくする女性の会代表）
3. このセミナーに期待すること・・・・・堀田　力氏（高齢社会ＮＧＯ連携協議会代表）

◆午後の部：分科会（第3分科会に参加）

第1分科会：中高年による企業、仕事づくり・・・コーディネーター東瀧邦次氏

第2分科会：中高年の活用を目指した新企業・・・コーディネーター鷹野義量氏

第３分科会：地域自治体と協働する中高年の現状と課題・・コーデイネーター河合　和氏

①　報告１→山岸秀雄氏（特定非営利活動法人ＮＰＯサポートセンター理事長）

地域自治体とパートナーシップを組むNPOに対し何をすればよいか、NPOの担い手としてのシニアは、それらの事業を推進する上でどのような点を心掛ければよいかの実践例。

②　報告２→田中　茂氏（世田谷区役所生活文化部参事）

シニアを区の財産と考え、その財産の活用として『いい・コミュニティ世田谷』を立ち上げ、地域発展に寄与。

③　報告３→藤井俊公氏（『いい・コミュニティ世田谷』事務局長）

活動を推進する立場から、サービスを利用するシニアと提供するシニアの現状と区の対応の成功例報告。

④　報告４→和久井良一氏（(財) さわやか福祉財団渉外代表）

全国の地方自治体が推進している生活者に密着する事業にシニアがかかわっている成果と協働関係の在り方。

第４分科会：中高年の社会参加活動とマスメディア・・・コーディネーター古賀忠壱氏

◆以上、４分科会に別れて活発な討議が行われた。

少子高齢社会の今、地域の自治体にとってその地域に住む中高年者はどのような存在か？また、中高年者にとって地域自治体はどのような存在か？について実践報告があった。

また、高齢者を

（A）活動的な高齢者

（B）ひとり暮らしの高齢者

（C）要介護などの高齢者

の３視点からのアンケートの項目が提示された。これは日頃のボランティア活動を掘り下げるうえで参考になった。

『ボランティア（VOLUNTEER)』とは、言うまでもなく

①「暖かい気持ちと笑顔」を根底に

②対等で（上下関係なく）

③公共や福祉の事業に自発的に参加し、

④男女が支え合って

⑤協調と連帯を持って

⑥無報酬で行う

人のことである。

一人ひとりが自立して自己決定し、社会性のある参加活動をする努力と啓発が大切であることを、今回のセミナーで再確認した。

（この記事は、去る１月23日、田中秀典会長からの依頼をお受けしてまとめました。）

和　わ　輪

バトンタッチされた方は、次の号で SLA の仲間に渡してください。（原稿は 400 字程度）
気楽にリレーを楽しみましょう。

鈴木八重子さんから

我が家のミニミニ菜園

猫の額ほどの我が家の庭で長年自己流ながら野菜作りを楽しんでいます。
始めたきっかけは知人からもらったミニトマトの苗でした。
「わき芽を欠く、一本仕立てにする」
「支柱はこうして立てる」など、など野菜作りのノウハウを教わったのが第一歩でした。
「花が咲いた」「実がついた」と、その折々に植物のもつエネルギーに感動したものです。
　品質改良されたモニトマトの苗は、数え切れない程の実を付け鈴生りと表現しても過言ではありません。
　こうしてちょっとした体験から、今では種類も数も増えて「育てる」楽しさを実感しています。
次は、保坂正子さんにお願いいたします。

荒川輝子さんから

熟年修学旅行

深まり行く秋の最中、高校同期の面々と一泊二日を、共に過ごした。名称<在京同期会>その年年で頭に元気が出る!若返る!など、サブタイトルがつく。故郷を離れた者達が、毎年同じ月、曜日、時刻、場所に集合。そこからバスで一路山中湖畔へと向かう。一晩、語り合い、笑い・・・。
今年は、キャンプファイヤーを囲んだ。ギターに合わせて？あの頃の歌を歌う。今のことはなかなか覚えられないし、すぐ忘れるのに、皆驚くほどよく覚えている。
高かった火柱も、時間が過ぎるに連れて落ち着き、お互いの顔が照らし出される。
「自分達は今、ちょうどこれくらいのところかな」その声の主も、皆も黙ってしばらくの間炎を見ていた。
翌朝は、富士山五合目へと向かう。「母をショートステイにお願いしてきたので」と帰宅する友もいる。途中の紅葉を楽しみ、五合目では、それぞれの位置からの富士山を仰ぐ。昼食をはさんで帰路のバスは、修学旅行を思わせる。
次回の幹事も、笑いのうちに決まり、「あと 365 日・・・」の声に拍手が沸く。

<在京同期会>は「故郷ではないが、行けば故郷の匂いの友人に会える。離れて暮らしているから尚更懐かしい」と語った友がいる。今年の参加は、46 名。数年前からの集いが、三年前からこのパターンに定着。

<大いなるマンネリ・イコール・大いなる安心>とか。昨年に続いて参加二度目の私。男女共に、各分野で活躍中。主婦も趣味から高校の専任講師になった人。好きだった歌が続いていて、ライブでジャズを歌っている人。闘病のなか、参加の人もいる。マンネリどころか大いなる刺激であった。

集合駅で解散、それぞれ現在の顔に戻って帰路に着いたことであろう。

次回参加を目標に、私もいつもの毎日を、新たにスタートしよう。

次は、二期生の森北芙美代さんにバトンタッチします。

編集後記というよりも今回は、お許しいただき『幹事から一言ご挨拶』とさせていただきます。

「幹事として二年間、SLA 協会を見て思うこと」近田昌枝

多種多様なボランティア活動や様々な民間団体がある中で、明らかな目的や独自性のある活動内容が絞りきれず、ただ言葉の上だけのスローガン「より良い人生の締めくくりを」と唱えるだけでは何の活動方向は見出せないでしょう。むしろ、もっとシンプルに考えて会員の登録をする事務的な機能だけを維持して、各方面で活躍する会員の情報を伝えたり、報告をする場をもうけたり、あるいは会員同士の親睦を図ったりとそれで十分だと思います。

会員のそれぞれの希望、要望を満たすだけの力は協会にはないと思います。協会が何かをしてくれるだろうという問題ではなく各自が自己の確立を図り自己実現を目指していくべきだと私は思います。

・奥山裕子

最近では、ボランティア・アドバイザという名のもとに沢山のグループが出来、多種多様化しておりますが、SLA におきましては個性的でかつ優秀な方々が揃っておりますので、これからも活動が期待できると思います。　二年間お世話になりました。

・浅野澄子

平成 14 年度の幹事としての一年が過ぎようとしています。年度初めの活動計画の中に「内容ある協会を目指し・・・・ＳＬＡ活動の充実をはかります」とかかげられています。実現の度合いは？なんと大変難しいことです。

今年度は会長始め幹事一同、会長の方針に沿いながら話し合って活動してきました。人それぞれ感じ方、受け止め方が違います。とにかくみんなで協力して活動した一年でした。残りの一年は会員皆様方のご支援を心からお願い致します。

・「こんな情報があるよ。」高梨泰子

ＳＬＡとして認定されたものの、その先が見えていなかった時次期幹事の依頼があり、えっ、一番新メンバーの私が？と躊躇しましたが、「幹事をやることによって、いろいろ分かってくると思うよ。」の言葉に、１年なら何とかなるかなと思い、（あとで２年と知りました。）お引き受けしました。

この１年の幹事会、電話相談を通してSLAのメンバーは各方面の逸材揃いだなと思いました。それなのに活かされていない気がします。

新年度は『こんなことしてるよ。』『こんな情報あるよ。』の声を是非幹事会にお寄せください。

「残る一年も頑張ります。」森北芙美代

ＳＬＡ幹事の一員に加えていただいて、ほぼ一年になりました。現在会計を担当しております。在籍してＳＬＡ通信を受け取るだけのときに較べるといろんな学びがあります。残る一年も微力ですが他の幹事の方の足手まといにならないよう頑張っていこうと思っております。

「こんな筈ではなかった一年でした。」原田志郎

本来このシニアライフは今まで長い間の苦節にピリオド打って、豊かな、静かな、ゆとりある時間を過ごすというイメージを勝手に持っておりましたが、現実はその正反対、激動の2002年でありました。こんなこと言っても具体的に言わないとわからないと思いますが、・・・。幹事会にも出席叶わずというご迷惑を皆さんにかけてしまいました。昨年暮れからやっと少しずつペースを取り戻しつつあります。あと一年どこまでやれるかわかりませんが、何とか頑張ります。

SLA
●シニアの生き生きライフを支援する
中部シニアライフアドバイザー協会