

社会福祉法人

http://www.iwate21.net/mit/

聞いのちの

2017年12月1日発行 発行人 ● 金澤 弘幸

● 事務局 〒020-8691 ● 盛岡中央郵便局私書箱69号 FAX 019-626-5678

TEL 019-652-4162

この広報は、岩手県福祉基金の助成により発行しています。

財産は 「電話ボランティア」

盛岡いのちの電話 評議員 岩根 多喜男

私は、精神障碍者を主な対象とした就労支援 事業所とグループホームの設置運営に関わってか ら24年程になります。そこで生活している方の多 くが精神科病棟からの退院者で占められており ます。

病院での通算入院期間は平均すれば3年間く らいなのですが、10年から30数年に亘る方もい らっしゃいます。その方々からいろいろな話を聞く のが一日の私の仕事です。

現在の病状のこと、入院当初の両親兄弟との 関わり方のこと、実家の在り様と変化の状況のこ と、兄弟仲のこと、今の生活について不満や不安 を感じていること、将来の生活への戸惑いや希望 など様々です。話題には事欠きませんが、ご本人 の望んでいる方向性や希望を話されることより も、これからどうしたらよいかの答えを求められ ることの方が多く、返答に窮することも少なくあり ません。

今はもういらっしゃいませんが、開設当初に は、自死の話題に触れることもないままにその道 を選ばれた方も居られ、大変な無力感に苛まされ たこともありました。

そうした中で、「盛岡いのちの電話 | の評議員 へのご縁を頂戴いたしまして、少しずつではあり ますが、活動の内容をお聞きするに従い「電話ボ ランティア」の方々の存在の貴重さを思い知らさ れております。



被災地は今 ー「シートピアなあど」ー

本州最東端の地、宮古市から発信する海と食の体感ステージ。 屋外には、2011.3.11津波浸水ラインが表示されています。

決して人前には現れることない場所で、必死に 助けを求めている方からの声だけを聴き分けなが ら、応える内容もご自分の言葉だけを支えに呼 び掛けを続けているそのご負担感は並大抵のも のとは思われません。幾度もの研修・研鑽を重ね られた上での聞き役とはいえ、生活の糧を得る仕 事とは峻別した、真のボランティアのお仕事とし て取り組んでいらっしゃる「電話ボランティア」の 人材こそは 「盛岡いのちの電話 | の命であり大い なる財産でもあると思います。

研修担当の先生方を始めとした、「電話ボラン ティア | の育成に関わっておられる方々のご尽力 があってこその「いのちの電話」であると思いま すが、もっとこの活動が世の中に広く浸透してい く日が来ることを願い、私も微力ながらそのお手 伝いができればと思っています。

(社会福祉法人いきいき牧場 理事長)

中年期・高年期の生活と課題

~現代社会と中高年の暮らし~ 一多様な角度から私たちの生活(生き方)を考える—

岩手県立大学 田 中

尚 (盛岡いのちの電話理事)

1. 中年期・高年期とはいつ頃か

中年期や高年期をいつ頃(何歳頃)からそう 呼ぶのかは、資料によって異なりますが、厚生 労働省の一部資料(健康日本21など)では、45 歳~64歳を中年期、そして、65歳以降を高年 期として区分しています。ただ、NHK 放送文 化研究所によってなされたウェブ上の調査 (「中年は何歳から何歳?」)によれば(2014)、回 答をした人びとの年齢や男女による違いはあ りますが、中年期は40歳頃~56歳頃と感じ、 それ以降を高年期と感じているという調査結 果があり、厚生労働省の健康日本21による区 分は、多少政策的な考えを背景とする区分のよ うに思われます。いずれにせよ、わが国では、こ のような中年期・高年期はどのような年代で あり、どのような生活課題に直面することにな るのかを考えてみたいと思います。

2. 中年期の心理社会的状況と生活課題

中年期では心身感覚・社会的役割が変化していき、それらを意識化して自覚化するなかで、自身のアイデンティティの再構築が求められます。しかし、そのような再構築が円滑になされず、危機的な状況になることがあります。また、中年期では、それまでの人生をふりかえり、これからの自分のアイデンティティの再構

築を求めるなかで揺れ動くことが多くあります。中年期を『人生の正午』と見た場合の自分の前半生の回顧と反省。前半生の価値や感動の問い直しと、後半生に向けた人生の指針や目標の立て直しといった自分探しです。さらに、中年期は、現実的な人生の軌道修正と価値観・人生観の適応的転換に向けた時期であるとも言われます。つまり、中年期はアイデンティティ再確立と心身適応の再体制化の時期といえます。特に、中年期後半からは、老年期を楽しく活動的に生きる為の新たなアイデンティティの再獲得の時期にあり、それは、自己安定感を増大させ、人生の肯定感と充実感を高める認知機能の再体制化といえます。

3. 高年期の心理社会的状況と生活課題

高年期では心身両面から生活全般にわたる「喪失体験」が様々な形で生じ、それらの喪失感からの課題が指摘されます。例えば、加齢に伴う生物的個体としての心身の変化、特に疾病や障害を有することによって、それまでとは異なる生活を求められるようになります。さらに、高年期には社会的存在としての役割の喪失や個人としてのよりどころの喪失(個人的な喪失体験)が、社会的引きこもりや孤立を招いたり、配偶者の死、兄弟の死、親しい友人の死による



精神的なよりどころの喪失や、住み慣れた家の建て替えや子どもの家への同居といった環境の変化が、それまでの生活の喪失感をもたらします。そのような「喪失体験」は、高年期における大きな心理社会的な状況の変化と生活上の危機につながることが指摘される一方で、高年期は、これまでの経験の積み重ねによる成熟、経験や知恵の獲得や到達、達成といった積極的、肯定的な側面を見ることのできる年代でもあり、そのような強さや余裕、ゆとりを享受できる、ということも言われています。

4. 現代の中年期・高年期の人びとの生活を時代背景から考える

中年期・高年期の心理社会的な状況からの 生活課題の理解だけでなく、現在の中年期・高 年期の人びとを理解するうえでは、その人びと の生きてきた時代背景を理解することが重要 となります。人びとは心理社会的な発達上の共 通の体験をするばかりでなく、「生きてきた時 代背景」の影響を受けます。戦争、貧しさ、科学 技術の発展、経済的動向(好景気・不景気・高 度成長・バブル景気等)、その時代背景によっ てもたらされる影響を受け、自己のアイデン ティティを構築したり、価値観や思考のあり方 にも反映されることがあります。それらが、現 在の生活課題にも影響してくることも考えら れます。

5. これからの中年期・高年期の人びとの 生活~ソーシャル・サポートの重要性

近年、中年期・高年期の人びとの生活課題への対応として注目されているのが、ソーシャル・サポートの役割と機能です。特に、社会的なつながりとか結びつきとも言われるインフォーマルなつながりが、人びとの精神保健や健康、生活課題への対処力にも大きな影響を

持っていると言われています。それらは普段あまり意識することがなく、特別なものと感じることが少ないかもしれませんが、家族や親せき、友人、隣近所など、それらの人びととの日常の交流や支えあいのなかで、私たちの生活課題への対処がなされていることが多くあります。改めて、それらの存在を多様な観点から見直し、捉えなおしていくことが大切になってきています。

6. まとめとして

今回は、中年期・高年期の心理社会的状況と 生活課題を中心に、その具体的な内容と、それ らを理解し対処していく方向性や向き合い方 について考えてきました。それらは一般論とし て、共通の側面があると同時に、個別的で、人そ れぞれによる感覚や実像があります。それらの 一つひとつには普遍的な公式が適用できるも のばかりではなく、その感覚と実像に向きあ い、真に受け止め、理解をしていくことがあら ゆる観点から求められます。

表 健康日本21による年代区分

- · 幼年期 0~5歳、
- · 少年期 6(小学生)~ 14歳、
- ・青年期15(社会人・高校生等)~29歳、
- · 壮年期 30 ~ 44 歳、
- · 中年期 45~64歳、
- ・高年期 65 歳~(前期高年期 65~74 歳、 中後期高年期 75 歳~)



「5年間休務して今感じること」

電話ボランティア S.K 夫が『終わった人』になり、盛岡に戻ることができ ました。盛岡に戻ったら、是非ボランティアに復帰し ようと決めていました。『どうしてだったのだろう』と、今考えてみる と、私を待っている仲間がいるから…。そして、あこがれの先輩た ちのようになりたい、というのが一番の希望だったように思います。

何回も研修を受け、まな板の鯉となりながら満足のいく傾聴 ができていない自分。『他人と過去は変えられない。変われる のは自分』という言葉に30代の時に出会い、嫁として7人家族と同居。今こんなに家族仲良くできているのは、ボランティアでの研修のお蔭だと思っています。ボランティアに参加した時、小学生だった娘が、大学時代に出会った人と結婚し、2人の孫にも恵まれました。自分の人生は思い通りにはいかないけれど、どんな時でも楽しめる自分でありたいと思います。いろいろと相談者から教わりました。

000000000000000000000000000000000000

そして、今は1,000時間の達成まで頑張ろうと、家族の理解 に感謝しながら…。

全国合唱コンクール文部科学大臣賞受賞 岩手県立不来方高等学校音楽部

盛岡いのちの電話 Bouquet of the smile~笑顔をあなたに~ チャリティーコンサート

不来方高等学校音楽部は、今年大阪市で開催された第70回全日本合唱コンクール全国大会高校部門Aグループで10年連続18度目の金賞を受賞、上位団体に贈られる特別賞のうち最高賞の文部科学大臣賞に輝きました。最高賞受賞は3年連続7度目となり、県勢初、不来方高校初の快挙を達成しました。本年度で定年を迎える顧問の村松先生への思いが込められた合唱は、長年生徒を導いた村松先生の有終の美を飾ることとなりました。

盛岡いのちの電話のチャリティーコンサートには2002年から出演、協力いただいています。輝かしい日本一の不来方サウンドとパフォーマンスをお楽しみください。石巻好文館高校音楽部の皆さんが友情出演します。皆様お誘いあわせの上お出かけください。曲目はコンクール報告演奏、合唱版紅白歌合戦、クリスマスソング他です。

☆日 時/2017.12.23(土)13:30開演(13:00開場)※昨年と時間と会場が変わりました。

☆会 場/都南文化会館(キャラホール)大ホール [1,000人収容]

☆アクセス/JR盛岡駅から東北本線岩手飯岡駅まで約7分、

岩手飯岡駅から東方向に徒歩10分

☆入場料/1,000円(当日1,200円)小・中・高校生500円(当日600円) ☆プレイガイド/キャラホール・川徳・プラザおでって・ショッピングモールアルコ



[バス]県交通川久保線矢巾営業所行き都南総合支所前で下車、バス停より西方向に 徒歩7分。[車]東北自動車道盛岡南インターチェンジから東方向に6分。駐車場は数に 限りがありますので電車・バスなどの公共交通機関をご利用ください。

パザーへのご協力をお願いします。

恒例行事となっている盛岡いのちの電話後援 会主催のバザーが、次の通り開催されます。ご 家庭で眠っている衣類や台所用品、贈答品等が ありましたら、この機会にご提供いただきたく よろしくお願いします。

当日のバザーにも是非お出かけ下さるようご 案内申し上げます。

- ■日 時/2018年1月28日(日)午前10時~正午
- ■会 場/カトリック四ツ家教会 (本町通2-12-25) 1月4日 (木) から、四ツ家教会にてご協力品をお受けいたします。
- ■問い合せ先 盛岡いのちの電話事務局(019-652-4162)

相-談-電-話

◆盛岡いのちの電話

☎019-654-7575/12時~21時(日曜日12時~18時)

◆自殺予防いのちの電話

☎0120-783-556/毎月10日 8時~翌朝8時

◆インターネット相談/ https://www.inochinodenwa-net.ip/