特集6

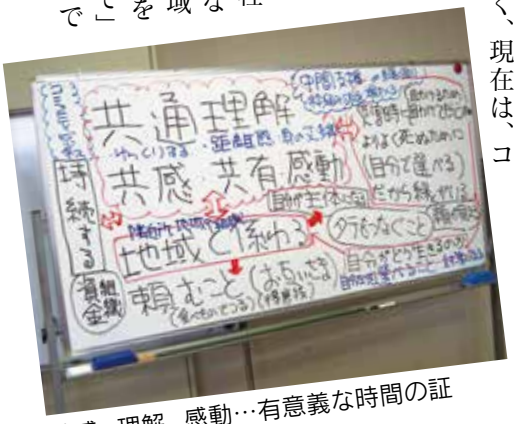
団塊セミナー「老い方」「死に方」「支え合い方」の開催を通して

縁側プロジェクト　代表
稲津　智（松山市）

◆昔あった縁側のように

松山市西垣生にある「託老所あんき」、愛媛で最初にできたこの小さな託老所に、ある人はご近所さんとして、またある人は友人として、ある人は仕事を通じて関わり、その関わりがゆっくり時間をかけて広がり私たち縁側プロジェクトは結成されました。昔あった縁側のように、そこで暮らす人と外の人をつなげる、そんな役割を果たしたいという思いから縁側プロジェクトと名付けました。

設立から今年度で11年、細々ではありますが、切れることなく、現在は、コミュニティレストラン「おばさん料理・おいでんか」の運営や地元に残る「三十三観音」の継承等々、地域を舞台に様々な活動を行っています。「隣の人とはあいさつ程度、それ以上は踏み込まない」そんな空気が漂う地域の中で住民同士がお互いを知り、困った時に「助けて」と気軽に言い合うことができる、そんな地域をつくっていくことが縁側プロジェクトの目標です。



共感、理解、感動…有意義な時間の証

◆どう死ぬかはどう生きるかということ

縁側プロジェクトでは、平成23年より「団塊セミナー・老い方・死に方・支え合い方」という事業を行っています。このセミナーは、平成23年2月松山市で開催された「全国宅老・グループホーム研究交流フォーラム in えひめ」の中で、一般市民向けに開催された公開講座がきっかけとなり始まりました。これからの高齢社会を支えるのは決して若い世代だけではない、高齢者自身も担い手の一人。その中心となる団塊世代が自分自身の「老い」を受け止め、「死」を見据えながら、残りの人生をどのように生きていくかは、個人の問題であると共に地域そのもののカタチを変えていく力になると私たちは考えました。ちょうどテレビや新聞等では人口構成の中で大きな塊を形成する団塊世代が65歳を迎え、退職や年金の支給等、我が国の雇用や消費などに大きな影響を与えるであろうと言われていた時期でした。

セミナーは「老い方」「死に方」「支え合い方」の3つの柱で構成されています。セミナーをはじめた当初は「死に方」なんて縁起でもない！といった声も聞かれましたが、根気強く、どう死ぬかはどう生きるかということ、死を自分に関係ないことのようにフタをして生きるのではなく、きちんと向き合うことで、今、自分が何をしなければならないかが見えてくるのではないかと訴え続けています。

どんな人も必ず「老い」、「死ぬ」時がやって来ます。これは自分の問題で決して他人事ではありません。にも関わらず人は一人で死ぬことはできません。誰かに支えてもらわなければ死ねないのです。「あれ、○○のばあちゃん、2、3日顔見てないね。ちょっと寄ってみよう」そんな人が近所に居てくれたら、どんな

に心強く幸せなことでしょうか。そんな何気ない心遣いが、私たちの今をそして未来を安心で豊かなものにしてくれるのではないかと思います。

最近になって「終活」という言葉がよく使われるようになりました。社会や人の生き方も少しずつ変わってきています。

◆学びを地域へ生かすために

初年度、松山で開催した団塊セミナーは、「老い方」「死に方」「支え合い方」の3つの柱を基に地域の社会福祉協議会や高齢者施設が開催のための費用や事務局を担い県内各地で開催されるようになりました。また、毎年、年度末には団塊セミナーを開催した地域が一同に集まり、在宅医療を支える医師や地域サロンの運営者などを講師に迎えながら、学びを共有すると共に交流を深めています。セミナーでは毎回、講師の話を聞いた後に参加者同士が小グループに分かれ、今日の話を聞いた感想や意見を話し合います。一方的に話を聞くだけでなく、そこで自分がどう感じたか、隣の人はどう思ったかを率直に語り合うことのできる時間はその日学んだことへの理解を深めます。また、自分たちの地域に持って帰り生かす際の手がかりになります。

初年度の団塊セミナー

率直な意見交換が学びを深める

◆自分の人生を生きる

「年をとっても住み慣れた地域で自分らしく生きたい。そのためには、この地域がどんな地域だったらいいだろう。自分らしく生きる（死ぬる）ことのできる地域にしていくために、いま、私たちはどんなことができるだろう」これが縁側プロジェクトの活動の根っこです。「病院で管につながれて死ぬなんていや」「自宅で家族や気心のしれた親しい人たちに囲まれて死にたい」多くの人が願う人生の最期を実現できるかできないかは私たち自身の生き方・暮らし方に掛かっています。

県内各地から大勢の参加者が集まる