

こもれび

2024 (令和6)年 4月 No.163

最後の一粒、ひと言。

カメラマンの阿部了氏は弁当配達人を撮ろうとインドに渡り、ある家庭でお弁当のお裾分けに与る。彼らは指で味わう。人に作ってもらったという思いごと。「おにぎりを食べながら、指についたご飯粒を食べる、あの感じだ」と。

『そして、気づいた。指も旨い。』

これは鷲田清一さんの「折々のことば(朝日朝刊・2024/02/03)」の抜粋です。一つひとつに体温を感じるあたたかい表現に遠い記憶が思い出されます。

母が炊き立ての熱々のご飯を、手の中で軽快に何度も廻って回して作ったおにぎり、具は母の笑顔、そして御飯のにおいとかすかな塩味。頬張り終えた後は「指も旨い」。

東日本大震災から十三年の間、NHKがある家族を取材してきました。大震災から半年後、父親は次女のランドセルを買った際のメー

カーの企画で子供たちに三年後に届く手紙を手にしました。その手紙は震災で亡くなった姉妹の母親からのもので、長女と夫宛もあるというサブライズもあり、それぞれに感謝の気持ちが続られています。姉妹は母親に抱きしめられたような思いだったのでしよう、泣きながら手紙を読んでいたのが印象的でした。

たとえば、ビデオレターは顔や声も出て強烈な印象を与える非常に優れたものですが、今回のような直筆の手紙は筆圧を感じ、母親のにおいを覚え現実的です。また映像と違い、場面が特定されないことで、様々な懐かしい記憶を呼び起こしてくれます。

大切な人のことを思いながら握るおにぎり、したためる手紙は、最後のひと粒までおいしく、最後のひと言までうれしい。そして、笑顔にもおいても伝わってきます。

株式会社溝口祭典 溝口勝巳

高齢者あんしん相談センター旭町の
一ノ瀬です。

「これまで」認知症「おひこりさま」な
どのテーマをお送りしてきましたが、
第四回目のテーマはこの「ラムの題名で
もある」地域共生社会」についてです。
最終回もあくまで私見で「ぼやき倒し
ていこう」と思います。

地域共生社会ってなに？

制度・分野ごとの「縦割り」や

「支え手」「受け手」という関係を超えて、
地域住民や地域の多様な主体が参画し、
人と人、人と資源が世代や分野を超えて
つながることで、住民一人ひとりの専ら
しと生きがい、地域をともに創っていく
社会を指しています。(国土交通省)

もちろん支援を受ける側となって、助け
合って暮らしていきたいでしょうー とい
うことではないかな。

どうして例も必要があるの？

高齢化の中で人口減少が進行している
日本では、福祉ニーズも多様化・複雑化
しています。人口減による担い手の不足
や、血縁、地縁、社縁といったつなが
りが弱まっている現状を踏まえ、人と人、
人と社会がつながり支え合う取組が生ま
れやすいような環境を整える新たなアプ
ローチが求められています。(国土交通省)

支援機関を縦割りのから「丸ごと」へ
の変革は、一つの家庭内で複数の課題を
抱えているケースには複合的な支援が必
要となっていることが顕在化していま
す。例えば親の介護と育児のダブルケア、
障害を持つ子と要介護の親への支援
等々です。別機関ごとによる支援は限界
を迎えていることが背景にあるように
です。時折その渦にいる我々も、中々支援
が進まないでかきかきを感じます。
今や世界的に少子化問題が広がってい
るようですが、皆様もご存心の通り日本



も「少子高齢化社会」と、すいぶん前から
言われています。そして生産年齢人口も
減少傾向、運送業や建築・土木業など
は担い手不足が深刻化しており、人材確
保に苦慮しています。福祉・介護業界も
その問題を先陣切って走っており、介護
保険という公的サービスを提供する側の
人材が年々少なくなっています。昨今A
ーの進化が目覚ましく、いろいろなこと
を考えてくれて、絵を描いたり会話も流
暢にできるそうですね。将来多くの仕事
がAIによって無くなるのではといわれ
ていますが、介護では業務管理など一部
の仕事では期待できますが、結局直接援
助(身体を使って行う介護)は人間なん
です。

厚労省は介護人材不足に対し、ロボット
の活用も真剣に施策に取り入れています
が、介助の際に負担軽減される補助的な
機具のようです。一人の人間の代わりに
なる鉄腕アトムのようなロボットがいて
くれるといいですね。

今、お話しした「介護の仕事」は、主に食
事・入浴・排泄等を支援する「身体介護」
についてでしたが、同じ介護でも少しの
お手伝いで生活が保てる、いわゆる

何か障害を克服する必要があるの？

現在の生活で半一杯のため、他人を手伝
う心の余裕がない。また、個人主義が広ま
っているように、人干渉されたくはない
とたくまな。前述の、勝手に作られた
「別社会への偏見」なご、個々が持つ
心のバリア(壁)なども言えますが、
それこそ意識的な、と聞きます。

また、昔の日本はど田舎だったからと聞
いてそれが今の時代はどうかか。いや、
必要なのは確かです。今から、うまい時
に合せて動いていこう。のどきかかぬえ。

全頭を担おうとはせず、少し余裕がある
時、何かひとりで誰かを支援できたの
がいいですね。例えば「認知症の啓蒙活動
だりだり」です。もう「うか」や「三
出」の「な」な、自分自身も「出」
ない程度です。認知症が「出」出して
手伝わなくても誰かまかせませぬ。その時
支えあう地域であってほしいですね。

八王子市内で住居同士が共生社会を
実現しているか、地域に力をつけて
いるか、という事です。問題意識を持ちあ
わわっている地域は共生社会創りですか
か、それ、みなさんの地域はいつですか



困った時はお互い様
一年間ありがとうございました

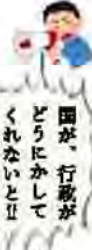
～秋葉し 隣は何を するぞ～
松尾芭蕉の句ですが、下ページの流れから考えると、
「隣の人は何をしているのかわからないよ。」などと
引用されそうですね。(本来は、相手への気遣いの
気持ちを込めた一句だそうです。)



「住居支援」があります。「わか」地域共
生社会を創る「わか」です。

地方、単身者の増加により家族同士の繋
がりがなくなる、また地域住民同士の繋
がりの弱体化が進んでいます。「その家の
認知症の人は誰も知らない」という
認知症の人は誰も知らないという
地域でも、別社会の住人かのかうに思
われています。「社会的距離」を
創ります。

介護保険等の公的サービスは対象外
な「認知症の仲間」といわれる身近な生活
の支援(例えば認知症球交換や、買い物・通
への同行等)も一人暮らし、または高齢
世帯では大きな課題です。



国が、行政が
どうにかして
くれないうえ
なおりますね。



「でも本来自ら担い手がないんです。専門
職従事者が不足、認知症を創る
動いていこうとしています。
国の少子高齢化対策として、
この場では、高齢者の支援を
「他人事」に任せたいですね。
時代が変わっていき、認知症
の「わか」。

地域共生社会を創る認知症支援センター

日本の健康寿命が延びており、定年後も
まだまだ活躍できる方々が大勢いらっしゃ
います。八王子市でも、そのような方々が
活躍できる取組が始まっています。
例えば、今までは「介護サービス」等
施設にいた介護予防のための運動や、ヘル
パーが実施していた「お金の相談・買い物
支援」専門職員ではなく住居主体で支援して
います。

「介護予防・
口寄せ生活支援」です。『トイレや入浴の介
護を、うごいていこう』

終活のいま

【第3回 認知症の備え】

皆さま、こんにちは武藤頼胡です、お元気ですか。先日、ずっと引つ掛かっていたことが一瞬で吹っ切れしました。悩みとしては些細なことですが、良い方向になったというわけではなく、「よくしがんばるぞー」という気持ちになれました。結果も大事ですが、バイタリティ溢れる毎日であることが人生の甲斐を感じるように思っています。

さて、前回はこれからの住まいについてでした。今回は「認知症の備え」についてです。

私は医者ではないので、体のことというよりも、何を今から備えるのか、ここが肝です。

昨年、福岡県の方からの相談でまたま行く用事があったのでご自宅を訪ねました。ご夫婦二人暮らしで、ご息は少し離れたところにおり、生活のいろいろなことが心配だと電話がありました。八十年代後半のご夫婦はそれなりに体のことはあるけど、お元気とのこと。見た目もその通りでした。

「先生、実は俺が俺のことボケてるから病院行けって言ってます。どう思いますか？」と開口一番の質問。

また任意後見人になれる人は成人で判断能力のある人です。もちろんお子様や姪っ子などもなれます。私が今までサポートした方で、七五歳の男性は、妻(七十歳)と息子(三二歳)など二名を選んだりしています。おひとり頼る人がいない方は、専門的に任意後見人を受けるところも都心部を中心に多々あります。また、パンフレットなどは地域の社会福祉協議会、公証役場では契約書作成の打ち合わせが第一ステップ。(公証役場は要予約です)ぜひパンフレットなどを要チェックすることから始めてみてください。

遺言書を作成する

認知症になってから作った遺言書は認められません、これも元気がうちに作成するものです。遺言書は財産の受け渡しだけでなく、自分の思いを未来にバトンタッチできる道具です。また受け継がれる人(子供など)がスムーズに採ることもなく、私たちの思いの形を受け取れます。相談者さんの遺言書のサポートをしていると、今は一部の財産(数十万円のこと)も多々あります)を寄付する

私はこのようにお話ししました。「息子さん心配なのですね、でも認知症はボケではなく、ガンと同じく、病気の一種なので定期検診が大事で、早期発見はやはり他の病気と同じく、子供が良いからぜひ行ってみてくださーい」と伝えると、「あー、歳とつたからボケてきたって俺に言われたけど、病気が、じゃ行ってみようか」こんな会話になりました。後日ご夫婦で検査に行かれたと連絡があり、結果、ご主人は認知症ではなく、残念ながら奥様は認知症と診断されました。これからご息子と相談することので地元終活カウンセラーも入り話し合っていくことになりました。

自分がいつ病気になるか、これは誰もわかりません。そのため、また診断されていない「今」ぜひ手立てをしてください。



「遺言」をされる方も増えていきます。先日は「ごうのりのゆりかご」と書かれた方もいました。赤ちゃんと書かれた方もいました。遺贈する際はあらかじめ先方にそのような際は受け取るのかなど確認も必要です。

また小さな団体だと実際に相続が起きた際に無くなっているなんてリスクもあるので注意です。

私の遺言も国境なき医師団と生まれ故郷の養護施設に一部寄付することになっていきます。世界の医療を支えたい、そして地元の子供達に何かしたいという思いからです。実際は遺言書にて遺贈の金額はとも少ないうです。だって、毎年年末に数万円ずつ寄付を続けていて、私が死んでしまつたらそれが叶わないのでその分をと言う考えだからです。気負わずできることからくらの感覚が良いのです。継承していく子供達、お世話になった方や寄付したいところ

【認知症に備える】

任意後見人制度

聞いたこともあるかと思いますが、後見人制度は二種類あって、すでに判断能力がなく、裁判によって決めるものが法定後見制度、そしてタイプルのもの、元気がうち(判断能力がある)にあらかじめ後見人となつてくれる方と任意後見契約を締結し選択します。元気がうちなので、ご自身で後見人を決められます。当然前者の法定後見制度は、自分の希望ではなく裁判で決められてしまいます。

任意後見人がいないと困ること、それは契約ごとが一切できなくなり、また支払いもできません。施設に入る場合、賃貸の家を借りるときなどの契約。何事も多少のお金が必要時簡易なものを含め契約を交わすシーンはあります。あらかじめ任意後見契約で定められた範囲でその事務を行います。逆に定められていないことや食事や入浴の介助などはできません。「しつかりと契約によって範囲が決めている」と言うことです。



など、そもそも今の財産は私のものだから、自由に決めるのも私だと思つていきます(笑)

今回は認知症の備えとして財産に関わること二つをピックアップしました。

何か少しでも考える、調べることから、そしてそのためには心の整理をするエンディングノートを作ると上記の様なこともスムーズに手続きできるように思います。今からいい時期ですねえ、コートをクリーニングに出すくらいのお季節が好きです。どうぞ元気に過ごすください。



むとう よりこ/武藤 頼胡 (1971年生・静岡県出身) 終活カウンセラー協会代表理事
終活カウンセラーの生みの親。『終活』という考えを普及するべく、全国の公民館や包括センター(行政)でのセミナー講師を年間120回以上担い、一人一人に「終活」を伝えていく。
テレビ、新聞、雑誌などメディアへの掲載多数。自分自身も終活カウンセラーとして様々な年代の方からの相談ごとを聴いている。「全てのものとコミュニケーションの起る場に」をモットーに同じ立場、同じ歩調を大切に日本の高齢者を元気にする活動に励む。
「現在」 NHK ラジオマイあき!終活回・RBC ラジオマイライブ・マイタイム・日本農業新聞連載7年目
「メディア」 NHK ごごナマ・NHK 情報まるごと・ガイアの夜明け・NHK ニュースウォッチ9・おはよう朝日です(ABC)・News Web・テレビ朝日・BS朝日・関西テレビ・TBS・テレビ東京など多数



お盆。
なつかしい顔
思い出す。

行灯
提灯
全品
20%
引

発送・電話注文も承ります

行灯をお持ち
帰りの方は
更に10%の
お値引き！
こちらをご持参
ください。

新盆用白提灯は対象外です

お盆用品 大売り出し!

5・25(土)~7・16(火)

●ご返礼品 10%引き (一部除外品あり)

仏壇仏具の専門店
百具一心堂

八王子市元横山町 2-14-18

TEL / FAX 042-642-0922

10:00~17:30 水曜日定休



行灯・提灯各種展示しています。お仏壇に掛けるタイプもございます

明治40年創業

株式会社 溝口祭典

株式会社 溝口祭典

「さよなら」と「ありがとう」

人形
供養会



大切にしていたお人形。
皆様もお人形も安心できる
ように私たち溝口祭典が
橋渡しをいたします。

ご参列の
会員様の
ご供養料は
無料です

お人形の受付

5/16(木)・5/17(金)
10時~12時
5/18(土) 9時~10時半

人形供養会

5/18(土) 11~12時

●場所 こそす齋場
(八王子市元横山町 2-14-19)
●御導師 日蓮宗法華寺 お上人



1083体の人形を前に木剣供養するお上人とお焼香風景



① 人形・ぬいぐるみ・こけしなど、お顔のついているものだけを受付けます。 ② 陶器製・ガラス製、またガラスケースはご遠慮ください。
③ ご供養料 会員 1,000円 / 一般 5,000円 *当日のご人形も歓迎いたします! ※入会者を紹介して下さった会員様は無料です。
④ 一家族様 45Lビニール袋一袋迄または5体迄です。 ⑤ お写真もお受けいたします (50枚まで) アルバム・額はご遠慮ください。

八王子駅から徒歩約10分/こそす齋場・こそす家族会館・こそす会館・お仏壇の百具一心堂

●お申込お問合せ 042-642-0921 株式会社 溝口祭典

イベント・セミナーのご案内

人形供養会

大切にしていたお人形。皆様もお人形も安心できるように、私たち溝口祭典が橋渡しをいたします。ぜひご参列ください。



日時	5月18日(土) 午前11時～
場所	詳細は本誌6ページをご参照ください。

お盆セミナー

第1回	6月9日(日) 午前10時30分～12時
第2回	同日 午後1時～2時30分
場所	こすもす家族会館(八王子市本町6-12)
定員・参加費	10名/無料
講師	伊藤久哉(式典部次長・一級葬祭ディレクター)

「お盆」のそのものの意味合いや、飾り付け方、さらに棚経等、お盆に関連する事柄についてご案内いたします。また、実際にお仏壇での飾り付けや精霊棚もご覧いただけます。



※会場の都合で、今年は一日のみのご案内となっています。他の日をご希望の方は遠慮なくご連絡ください。別の形でご説明いたします。

イベント・セミナーはお電話で、事前にお申込みください

TEL.042-642-0921 株式会社溝口祭典

弊社は、三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社が調査・分析を行った「全葬連葬祭サービス安心度調査2023」において、最高評価のトリプルAが認定されました。

これからも故人とご遺族ご親族ご参列者にとりまして意義ある心に残るご葬儀が行われますように努力を重ねてまいります。これからもよろしくご願い申し上げます。

