

嵯 峨：成清さんがプロボノを3回も依頼した理由はどういう点ですか？

成 清：こういうことをまとめる場合は客観的な立場で指摘していただける方が欲しいと思っています、緊張感も。もちろん、今回はアンケートの項目数は20くらいに抑えなくてはならないとか、集計に際してもどうしようかと思っていたのですが、googleのツールをメンバーが準備してくれたり、技術的なサポートもたいへん助かりました。

嵯 峨：400以上の回答があったということはそういう点もありますか？答えやすいアンケートになったということですか？

成 清：大いにあったと思います。答えやすい分量に抑えられたということは、プロボノメンバーがいなくてできなかった。

嵯 峨：これから訴えていきたいことは？

成 清：高齢者自身が自分にもしものことがあった場合どうするか、ということを実感してほしい、自分でなにかができるかということを考えてほしい、そういう活動をやっていきたいと思っています。

嵯 峨・成 清：ありがとうございました。

## ボランティア募集

みたか・みんなの広場は、高齢者の自立を求めて活動している団体です。ごいっしょに活動していただける方大歓迎です。

### ①お弁当配達

火曜日から土曜日まで。ご都合の良い日をお願いします。

### ②お弁当づくり

③チラシの編集や印刷

③その他運営に関すること

連絡先 なりきよ 080-1362-5359

### みたか・みんなの広場

三鷹市下連雀4-5-19 みたかの家内

連絡先 080-1362-5359 なりきよ

## みたか・みんなの広場 催しのご案内

開催日時	テーマ	参加費用・場所	主催・問い合わせ
6月5日 (水) 14:00~15:30	みたかオレンジカフェ1 (昼どき) (毎月第1水曜日) 認知症、高齢者介護なんでも相談・茶葉代100円		みたか・認知症家族支援の会 石村 ☎080-6627-3551
6月6日 (木) 10:00~17:00	足もみ健康法(リフレクソロジー) ~感じよう! あなたの身体~ 30分 2000円 ~ (予約優先) (毎月第1木曜日)		中 村 080-6507-1959
6月8日 (土) 13:30~15:00	般若心経カフェ: 今年は、スッタニパータを読んでいます (毎月第2土曜日500円)		みたか・みんなの広場 なりきよ ☎080-1362-5359
6月15日 (土) 13:30~15:00	タロット教室、初級 3,000円/90分 (毎月第3土曜日、前日までに予約)		ミスティ・ローザ ☎080-1362-5359 (なりきよ)
6月22日 (土) 13:30~15:00	茶話会「病気とともに生きる」(毎月第4土曜日) 病気となかよくするじょうずな生活法		HumannLoop「人の輪」竹内 ☎090-7632-7251
6月24日 (月) 13:30~15:30	第61回リレートーク「任意後見制度の活用」 増田勝彦さん (NPO法人多摩東成年後見の会副理事長)		みたか・みんなの広場 なりきよ ☎080-1362-5359
毎週土曜日 10:00~12:00	ノルディックウォーキング 参加無料/レンタルポール有料		三鷹ルディックウォーク友の会 なりきよ ☎080-1362-5359
第一、第三月曜日 13:30~15:00	包丁研ぎ教室 (定年後男性歓迎・事前連絡をお願いします。) 自宅の包丁と砥石があればお持ちください。参加費300円。		日本シニアジョブクラブ なりきよ ☎080-1362-5359
ご相談	パソコン個人指導: やりたいことを、実力に合わせて 日程等ご相談		日本シニアジョブクラブ なりきよ ☎080-1362-5359
毎週火曜日	マッサージ教室 (外反母趾対策)	主催者までお問い合わせ ください。	篠山(しのやま) 080-4895-0014
お休み	鉄ちゃん、集合! 私は乗り鉄、あなたは、撮り鉄? 中学生以下100円、大人300円 (毎月第1土曜日)		みたか・みんなの広場 鈴木 ☎080-1022-2281

NPO法人Humanloop「人の輪」  
http://humanloop.web.fc2.com/

みたか・認知症家族支援の会  
http://mitakanfs.blog.fc2.com/

三鷹市医療と福祉をすすめる会

NPO法人グレースケア機構  
http://g-care.org/

NPO法人日本シニアジョブクラブ  
http://jsjc.web.fc2.com/

三鷹科学遊びの会

2019年6月  
第61号

みたか 三鷹市民の集いの場  
みんなの広場

みたか・みんなの広場運営協議会  
三鷹市下連雀4-5-19  
http://minnannohiroba.web.fc2.com/  
☎080-1362-5359 なりきよ

### ワーデンとして25年

川島 幸子さん

(ピアいのかしら/ワーデン)

私は、井の頭2丁目にある福祉住宅『ピアいのかしら』で、東京都の言い方ですとワーデン、三鷹市の言い方ですと生活協力員をしています。日常的な見守りや緊急時の対応等、入居高齢者の生活を広くサポートするのが仕事です。

『ピアいのかしら』開設にあたり、入居者と生活協力員(ワーデン)を募集した1994年2月の広報みたかを持参しました。ここに書かれている「高齢者福祉に理解と情熱のある方」という募集の言葉にウワツときて応募し、今に至っています。この開設時からですので、今年でワーデン歴25年となりました。

都会で、高齢者が賃貸住宅で暮らし続けることは難しいです。受け入れてくれる大家さんはなかなかいません。そういう状況があって、東京都により「東京都シルバーピア事業運営要綱(1988年)」が制定され、都の補助金を受けて各自治体ごとにシルバーピアの設置・運営が始まりました。

三鷹市では、1990年に会社の家族寮であったところを市が借り上げて改装した『下連雀福祉住宅』が第一号です。これは、9年後に老朽化により廃止されています。その後、大沢に『ピアおおさわ』、その翌年開設が『ピアいのかしら』です。福祉住宅というのはオーナーから市が借り上げたもの、シルバーピアは都営住宅の一部を高齢者住宅とするものです。三鷹市における定員は今現在これら合わせて、276人です。



4月29日 みたか・みんなの広場

私はそれまで、長年にわたり両親の遠距離介護をしており、指導を受けて身体介護もしてましたが、ワーデンというのは、まったく別世界です。ワーデンに求められているのは、身体介護・家事援助等ヘルパー支援のようなものではなく、入居者の暮らしに寄り添って見守り、必要に応じて関係機関と連携して生活や医療・介護支援等への適切な助言や情報提供、入居者相互の関係醸成、そして緊急時の対応が主な仕事です。入居高齢者が困った時、いざという時には、いつだって安心して駆けこめるのがワーデンです。

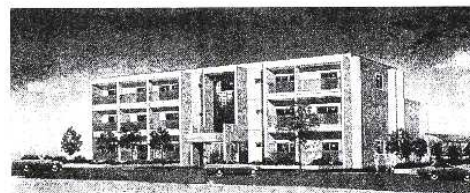
事業開始時の三鷹市の意気込みには並々ならぬものがあったと思います。しかし、ノウハウもない状態で始まりましたから、担当職員もワーデンに対し、実際にどういう業務なのか十分に説明できません。入居は、「自立した生活が営める高齢者」となっていますが、収入要件等を満たしていれば、基本的には抽選です。

自立の有無の審査はありません。そのため、食事管理や排泄の管理も困難な方が入居されることもありました。

そういうなかで、ワーデンは具体的にどう対応すべきか、緊急通報にはどのように対処すべきかなど、担当職員とワーデンとで様々なシミュレーションをしながら検討しました。

広報

1994.2.6



井の頭福祉住宅「ピアいのかしら」  
◆5月に待望のオープン

生活協力員(ワーデン)を募集  
井の頭福祉住宅・下連雀  
七丁目都営住宅内高齢者住宅

←「ピアいのかしら」オープンの時の募集(広報みたか)1994.2.6日号



その共同作業で作上げたのが「福祉住宅管理運営マニュアル」(1997年)です。その巻頭に、当時の健康福祉部高齢化対策室長が書いた文章のコピーを持ってきました。「どんなに在宅福祉サービスが整備されたとしても、地域に住む場所がなければ、そのサービスを受け取ることはできない。住まいがあってこそ在宅福祉サービスは、生き生きとして成り立つ。福祉住宅の重要性はここにあり」とあります。

2012年の地方自治研究全国集會に私が提出し、奨励賞を受けたレポート「シルバーピアの拡充と制度の改善」に記述した数字ですが、2035年には都民の3人に1人が高齢者になる。単身・夫婦高齢者世帯の36.8%、35万世帯・47万人が民間・公営の借家で暮らしている。しかし、民間住宅においては家主の半数が高齢者は入居不可です。高齢者の貧困問題、認知症、孤立死などを考えると、高齢者は、大家さんにとってはリスクという考え。だからこそ、公的住宅の大きな役割があるのです。2009年に群馬県渋川市の高齢者施設で多くの方が亡くられる火災がありました。入所者28人中18人が実は、都内からの利用者でした。その2年後、新宿で築50年の木造アパートの火災により生活保護受給者ら5人が亡くなっています。これを伝える新聞記事に、高齢者の貧困と孤立の対策として、安くて環境の良い公営住宅があれば、というケアマネの言葉が紹介されています。

でも私が力説したいのは、公営という建物だけではなく、シルバーピアには、日ごろから入居高齢者の暮らしを見守りサポートするワーデンが居る、ここに大きな意味があるということです。

行政も、そういう高齢者住宅の意義を十分理解したうえで進めてきたと思いますが、都はその後2回にわたり事業の見直しをし、基本的には住み込みであるワーデンを通勤型に、としました。先ほども言いましたように、入居選定の際、自立性の審査はしていませんし、退去の規定もありません。なので、要介護3、4、5という方もいらっしゃる。視覚や聴覚に障がいのある方、身体に不自由がある方、認知症の方も暮らしています。介護保険だけで、そういう方々の24時間の見守りが可能かというところ、介護保険を目いっぱい使ったとしても、それは厳しいです。

いま三鷹では、バックアップとして警備保障会社と契約しています。でも深夜に、ご自分のことを伝えられない認知症の方やアルコール問題を抱えた入居者が警察に保護された・などという場合、身体に触れる介助が必要な場合、警備保障は機能しません。住み込みで24時間体制というワーデンが居て、なんとか回っているというのが現実なんです。現場としては通勤型という選択はありえません。



ワーデンは1年毎の契約です。毎年1年生です。私も1年毎の契約で25年間続けてきています。三鷹市はその制度に、契約年齢の上限、いわゆる定年制を導入しました。そして東京都運営要綱を原則通勤型、困難な場合は住み込みも良しと変えたことを根拠として、三鷹市でも、ワーデンが定年退職した住宅から順次、通勤型に切り替えていく方針を出しました。

市がそのことをオープンにした段階で、私は入居者にお知らせしました。これは当然ながら、皆さんを不安に陥れたり、騒動を起こそうとしたわけではありません。私がこれまでも入居者の方に申し上げてきたのは、人生を自分が主役で最後まで全うしてほしい、ということですね。あなた任せではなく、自分がどういう形で人生の幕を閉じるのか、最後はどこで過ごしたいのか、自分で決めてほしいと思っています。過去にも、元気なうちに施設に入って、そこでの生活スタイルを作りたいと軽費老人ホームに移られた方もいます。私が辞めた後は状況が大きく変わるかもしれません。選択肢を持ち、自分で考えてほしいとお伝えしました。

借り上げ型の福祉住宅は内廊下になっていて、自宅玄関ドアを開けても内廊下ですからパジャマのままゴミ出しにも行けるとか、緊急通報が鳴って私が駆けつける前に、向かいや隣の部屋の方が「どうした、どうした?」なんてやりとりがあったりして、一つ屋根の下に暮らす連帯感みたいなものがあります。『ピアいのかしら』での暮らしは、入居の方たちが作っていくものです。私としては、高齢者のコミュニティみたいなものになればいいなあと思っています。

しかし一方で、ワーデンの待遇には問題が大ありで、このままでは後任は見つかりにくいと思います。申し上げたように、ワーデンは1年契約の繰り返しです。毎年1年生で、定期昇給も一時金もありません。住み込みの仕事ですから、退職と同時に住宅からは退去です。ですが今現在、退職金の規定はありません。長年にわたり、住宅に因まる高齢者の支援をしてきて、自分が高齢者となって退職して即、自らが住宅困窮者となるわけです。

このような仕事をこれから引き受ける方って、いると思われませんか?!

今日は、あまり市民の方に知られていない福祉住宅について話す機会をいただいて、とても嬉しいです。ありがとうございました。

## 渋谷のラジオは、渋谷のコミュニティラジオです。87.6MHz

# 渋谷のラジオ 中継(2)

4月2日の、渋谷のラジオ・渋谷プロボノ部に出演した記録の第2弾です。進行は、嵯峨生馬さん(サービスグラント代表理事)です。当日の録音はこちらで聞くことができます。<https://note.mu/shiburadi/n/n219582b1e69d>



嵯峨：さて、プロボノについてですが、今回はどういう内容でしたか?

成清：みたか・みんなの広場のメンバーである、「Human Loop・人の輪」というNPOが、9年前に「三鷹の高齢者ハンドブック」という冊子を作りました。これを欲しいという声がいまだにあるし、介護保険が入っていないので、では改訂版を作ろう、ということになりました。その改訂版を作るために、高齢者の方がどういう暮らしをしているのかアンケートを取ろう、ということでそのアンケートをまとめることについてプロボノの皆さまにお願いしたい、ということで応募しました。

嵯峨：「お役立ちハンドブック」は2010年発行ですが、ポイントはどのあたりですか?

成清：高齢者の方への情報提供ですから、わかりやすく正確にしなければいけない、また行政の情報と民間の情報も併せて提供する、さらに市民として受け止め、考えるという観点でまとめる、ということです。

嵯峨：市民の声を掲載しているという特徴もありますし、文字数も抑えたコンパクトなサイズ(A5版40ページ)で、これを現状に合わせたものに改訂するというねらいですね。アンケートでどんなことを調べたいと思いましたか?

成清：例えば、「地域包括支援センターをご存知ですか?」という質問がありますが、なにを知っているのかよくわからない。言葉は知っている、どこにあるのかを知っている、中身を知っている、といういろいろあります。どの程度知っているのか、ということを知りたい。また「看取りについて家族と相談したことがありますか?」という質問も入れましたが、行政ではこんなことは聞けないですね。

嵯峨：看取りの質問で、ご家族と話をしたことはありますか? という質問に続いて、「話をしたいができていない」または「話をする必要を感じない」を選択された方に伺います。それはなぜですか?とかなり切り込んだ質問ですね。

成清：例えば、85歳の方が「まだ元気だから、時期尚早だと思います。」と書いています。これをどう読むか、ということだと思います。健康であることはその通りですが、その年齢だったらある日突然、ということもあります。準備をしておいて間違いはない、と思うのです。

嵯峨：アンケートは何枚くらい、またどういうふうに配ったのですか?

成清：当会のメンバーによるポスティングと対面での依頼、そして四つの地域包括支援センターにお願いして、3千枚配布しました。回収は435枚です。目標の300枚を大幅に超えました。

嵯峨：アンケートの結果について、気になった点は?

成清：自分が認知症になった時に、だれに支援をお願いしたいか、という質問で、家族が多いのは当然ですが、地域包括ケアの時代と言われていますが、「ご近所」という回答が非常に少なかった。認知症の怖さは広まっているけれども、地域としてどういふふうに関わっていくかという方向性については、まだまだだと思えました。

嵯峨：地域の互助が言われていますが、いざという時に、地域の方にサポートしてもらえると思っている方が少ないということですか。

成清：そういう体制もないと言うことが現実ですね。

嵯峨：看取りについてはいかがですか?

成清：話をしたことがある、という方が6割ほどいらっしゃるかもしれませんが、どこまで話しているかについては、もう少し知りたいところではあります。半分以上いたという点は意外と多いので安心しました。看取りの場所では、在宅介護と言われますが、「自宅で」という方がほぼ半数いらっしゃると思いますが、遠慮して病院とか施設と答えた方も多いのではないかと感じます。

嵯峨：調査によっては、8割くらいが自宅ということもあります。

成清：三鷹も老々世帯が多くて、子どもに迷惑をかけたくないと思っていることが、こういう結果になったのかな、とも思います。

嵯峨：「話をしたいができていないという方」が3割いますが。

成清：高齢者自身は「話をしたい」ということを思っているのですが、子どもが忙しいとか配偶者の介護をしているとか、個別の条件もあるし、結果をどう読むか悩ましいです。

嵯峨：自由記入はたくさん書いてくれましたか?

成清：国は在宅医療を推進していますが、在宅医がどこにいるか、という質問には、知らない、わからない、そして教えてほしいという書き込みが非常に多かった。病院の看板には内科とか外科とか書いていますが、「在宅」とは書いていませんよね。だから在宅医がどこにいるか、わからないことになりました。

嵯峨：ハンドブックには盛り込みたい情報ですね。

成清：もちろんです。各病院の了解はとりますが。

嵯峨：ハンドブックをまとめるのはこれからの作業ですか。

成清：はい、これから半年かけて内容を詰めて、年内には本にしたいなと思っています。