

9月、上野千鶴子さん登壇です

9月の楽校セミナーは上野千鶴子さんが登壇します。演題は上野さんの名著である「在宅ひとり死のススメ」とさせていただきます。これからは「おひとりさま」が普通であり、家族に頼らなくても制度を使えば、ひとりでも最期まで暮らせることをわかりやすく説いています。ただし、それには準備が必要である、とされています。特に、女性の長寿・単身化問題にするどい強い洞察が示された名著です。出版から5年、近年の状況も踏まえたお話をさせていただきます。



日 時：9月6日（日）13：30～15：30

会 場：那須まちづくり広場 交流ホールA

参加費：500円（高校生以下無料）

充実の楽校セミナー

6月は「里山資本主義」で有名な藻谷浩介さんを当社団の設立記念セミナーでお招きします。7月は今年度から楽校セミナーのテーマとなった「生活防衛」との考え方を提案していただいた非電化工房の藤村靖之さん、10月には家政学がご専門で来年には国際家政学会の会長になる工藤由貴子さんと昨年に引き続き回想法をテーマに米沢陽子さんのお二人が登壇します。会場は「那須まちづくり広場」交流ホールA、参加費：500円（高校生以下無料）です。なお、楽校セミナーのテーマ、講師のご提案があれば、ぜひお寄せください。

6月13日（土）13：30～15：00

「環境と地域経済を両立するまちづくり」

藻谷浩介（株）日本総合研究所 主任研究員

7月9日（木）13：30～15：00

「生活防衛とコミュニティ」

藤村靖之 発明家、非電化工房主宰

8月22日（土）

〈那須まちづくり広場〉の実践と進捗

近山恵子他（一社）地域創生ネットワーク理事長他

10月10日（土）13：00～14：30

「『まちづくり×家政学』で創ろう

人生100年を生きる知恵」

工藤由貴子

国際家政学会 Executive Committee(執行委員会)

10月11日（日）13：00～14：30

「音楽による回想法～エンドオブライフ・ケアにおける音楽～」

米沢陽子 立教大学特任教授、音楽療法士

なお、10月の2つのセミナーは、10月11日～12日に開催する生活コーディネータ養成講座のカリキュラムにも組み込まれます。生活コーディネータとは、くらしの相談やサポートを受けたり、その人らしい「生き方」、「暮らし方」を最期まで継続できるよう支える仕事です。共生のまちづくり、人権と社会保障、居住福祉、介護など幅広く学べる講座です。詳細は次号でご案内いたします。

人生100年・まちづくりの会から

人生100年・まちづくりの会に参加されている樋詰絵梨子さんに、なぜ参加したか、参加されてどのように感じたかなどお話をうかがいました。

あの近山さんが？

4年前に夫をなくし、「おひとりさま」になりました。終の住処を探していたところ、友人から「那須におもしろいプロジェクトがある」との情報を聞いてWEBサイトを見て、「え？ あの近山さんがやっているものなの？」と驚きました。25年以上前ですが、近山さんたちの会社がつくった横浜市に開設した高齢者住宅のお披露目の講演でお目にかかったのです。親が老齢期に差し掛かり、住まいの情報を集めていました。その後も、折に触れ近山さん達が運営する住まいについては関心あり、横目でみていました。横目でなくなったのは母が一人暮らしができなくなったときであり、福生市に近山さんたちが開設した高齢者住宅に見学に行きました。

（4頁につづく）

那須のコミュニティ「生きる思想」

東京家政学院大学家庭科教育研究所 工藤由貴子



原風景

「人が生涯発達の可能性を豊かに開きながら最期まで生きること」そのためには何が必要なのか。初めて那須まちづくり広場にお邪魔した頃、筆者は、それを家政学の視点から具体的に示していくことを研究課題として、国内外の調査研究をしていた。まちづくり広場に出会ったとき、よく似た風景を見たことがあると思った。それは、個人の「自助」と近隣社会における「共助」を基本とし、政府の役割はできる限り小さく保つという基本哲学をもつアメリカでの、NORC(自然発生的リタイアメント・コミュニティ)、筆者が生涯発達の舞台の原風景として思い描く場所である。人生100年時代を生きる高齢者像を示す象徴的な言葉とて、“Productive Aging”——高齢期になってもできる限り社会の中で役割を担いサービスの受け手としてよりも担い手であり続ける—という概念がある。社会保障政策という視点からみると反面教師のような米国ではあるが、一方で政府に期待できない分、自分たちのことは自分たちでやる、という「支援される高齢者」という従来のイメージとはまったく異なる気概あるシニアたちに出逢う楽しみがある。アメリカ社会と関わる醍醐味である。NORCで出会い、その魅力で私を虜にしたのも、依存も支援も含みながら、自分の生活を生きる主体であらうとし、老いを受け入れながら、自分たちの暮らしを自分たちの手で創り続けようとする人たちだった。そして、その時に会った、NORCのサービス供給NPO最高責任者Maryの、オーラに満ち、求心力を放つ姿は、那須まちづくりの代表近山恵子氏とぴたり重なった。

老いを受け入れながら、暮らしを自分たちの手で編み続ける

さて、ここに住むのは、人生100年の生涯発達を続ける私たち自身である。どれほど制度やサービスが整っていても、そこに暮らす私たち自身が「自分はどう生きたいのか」「この場所でどんな関係を築きたいのか」を他人任せにしてしまえば、生涯発達の可能性はそこで閉じてしまう。そして、コミュニティは単なるサービス供給の場になってしまう。だから、ここで生活する私たちは、老いの過程を過ごすのではない。老いを生きる。そして、老いの過程は一方向に静かに展開させるのではなく、多方向への起伏に富んだスリリングな道筋へとつくり変える。

生涯にわたる発達の原動力は、進んでまわりの環境に働きかけ、相互作用を行う生活の主体性。生活の営みを通して環境への主体的な働きかけをすること自体が人間の発達にとってかけがえのない活動である。「今できること」や「効率的に、失敗せずに行うこと」に価値を置かず、「ほんとうは何がしたいのか(欲求)」、「そのために何をどう選ぶか(選択)」、「どのように営むか(行動)」、といったその人の欲求形成の核心部分がまず尊重されなければならない。そのためには、様々な選択肢や資源環境の条件整備が必要であり、そういう環境のもとで初めて、私たちはほんとうに望むものを選びうる実質的自由を得ることができる

那須まちづくり広場には、このような、生涯発達を開いていく私たちに必要なもの・ことがある。ここでは、支援を要する状態を個人の責任に帰属させるのではなく、個人、家族・家庭生活、地域コミュニティに広がる関係性の中で新たな生活資源を発見し、課題を乗り越えることができるような方法を示してくれる。環境は所与のものではなく、人間が働きかけながら再構成する対象となる。一方、そこに生きる私たちは、「サービスを受ける側」としてだけ存在するのではなく、自分の生活をどう営みたいかを考え、必要な助けを受け取りながら、同時に誰かの生活を支える側にもまわっていく。長い人生の中で起こる脆弱化、病気、障がいなど、心身の状況の変化を受け入れ、「わたしはこういう生活がしたい」という問いを開き続ける存在である。

那須まちづくり広場とそこに住む私たち自身、「支える人」と「支えられる人」を固定せず、互いに関係を編み直しながら、コミュニティそのものを共につくっていく両者の関わり合いによって、「住む」こと自体が創造的営みになる。「私たちは高齢だから特権が欲しい」、とは言わない。自分たちで何でもできるとも言わない。私たちは自分たちが高齢者であることを受け入れている。老人だから助けがあればほんとうに嬉しい。でもなくても大丈夫。何が欲しいか、どうなりたいかは我々が決めること。私たちは住民としてただここに住んでいる人たちではなく、互いの意思で城を築く隣人です」。強烈な求心力でNORCをまとめあげるMaryの矜持が、その格好良い姿とともによみがえる。人は完成された自立した個人として生きるのではなく、関係の中で生活を編み直し続ける存在であるという、エイジングを生きる思想が立ち上がってくる。

写真は工藤由貴子さんが著作者として加わった高等学校「家庭総合」の教科書です。「充実した高齢期へ」とのコラムで那須まちづくり広場が紹介されています。



那須まちづくり<広場2>の近況

<広場2>を統合医療の拠点とする活動が本格化しています。5月30日の一回目の「統合医療カフェ」につづき、7月14日には日本統合医療学会理事、つるかめ診療所副所長の鶴岡浩樹さんをお招きし、2回目の「統合医療カフェ」を開催します。鶴岡医師は統合医療で重要な役割を果たす在宅医療のエキスパート。日本社会事業大学 大学院福祉マネジメント研究科 教授であり、医療・介護・福祉に幅広い知見をお持ちです。那須まちづくり株式会社の統合医療推進の顧問でもあります。

統合医療カフェ

7月14日(火) 那須まちづくり広場 交流ホールA 参加費：500円(高校生以下無料)

プログラム：

11：00～12：15 「地域における統合医療について」

講師：鶴岡浩樹(日本統合医療学会理事、つるかめ診療所副所長)

12：15～13：45 ランチ・交流

(希望者は13：00～13：45に <広場2>見学)

13：45～15：00 お茶会<広場2>を統合医療の活動拠点にするには」

鶴岡医師から、広場の活動への期待

那須まちづくり広場は、統合医療に関して「住まい」、「コミュニティ」、「まちづくり」からアプローチしており、全国的に見てどこでもまだ手つかずの稀有な事例です。通常はCAM(補完代替医療)の実践から地域に向けた統合医療に発展することが多いからです。また、0歳から100歳もの多世代で、障害の有無にも関わらず多くの方が関わっていることも大きな特徴です。「まちづくり」などからの多面的なアプローチのため、統合医療の要素も数多くあり、連携し合っています。統合医療社会モデルとして群を抜いた存在であると言えます。企画中の<広場2>にも大いに期待しています。<広場2>には温泉があります。温泉は健康づくりだけでなく、日本の伝統文化とも深く関わりがあり、「みそぎ」の意味もあります。統合医療社会モデルの活動に温泉ほど適したものはないのでと感ずるほどです。新たな統合医療の拠点として多くの方に関わっていただけると期待しています。



シリーズ「老いても生き生き暮らすために」

6月から新企画の講座が始まります。「本音で語り、支え合いができる介護支援講座」と題し、介護の役割について学ぶ講座です。高齢者とかかわり方や身体介護や認知症介護の大切な事、「寝たきりにならないこと」や「認知症をこじらせない」などを共に学びます。6月・7月・8月に6回実施予定です。

講師：在宅生活アドバイザー 金田由美子

会場：交流ホールA「ひろばのひろば」参加費：1回 1000円(高校生以下無料)

問合せ・申込：(一社)地域創生ネットワーク0287-74-3520

6月7日(日)

①10：30～12：00 介護の備えをしましょう～介護とは何か、介護のポイント

②13：00～14：30 もし身近な人が認知症になったら
～認知症を学び、地域で支えよう～

7月5日(日)

①10：30～12：00 自宅での介護にこだわりたい方へ
～生活リハビリとは何か？

②13：00～14：30 身体機能の低下に備えて

8月2日(日)

①10：30～12：00 高齢者の特性とコミュニケーション

②13：00～14：30 閉じこもりがちな高齢者を引き出すテクニック

(1頁から続く) おひとりさまの不安

その後、母もなくなり義父母もなくなり、老いは自分たち夫婦の問題となってきました。私は移住したかったのですが、夫は「東京を離れない」との強い意志を持っていました。その夫がなくなり、本当にひとりになってしまい、自由になったという面もありましたが、ひとりであと2～30年間生きるのかと不安になりました。ひとりで暮らす不安で、ネットで多世代共生型を含む集合住宅の情報を集め始めました。ほどなく、「え？ あの近山さんが？」となったわけです。

何かしっくりする参加者

那須のプロプロジェクトに興味を持ち、人生100年・まちづくりの会に参加しました。近山さん達の企画も魅力でしたが、集まってくる人が何となく「しっくりする」と感じました。人生で求めていること、住まいに求めることはそれぞれ違うのに匂いが似ているのです。それで、「この人たちと何かを探すのは面白いぞ！」と思ったのです。

どうせなら一歩進んで悩もう

もちろん不安はあります。まだ形が見えない<広場2>、<広場3>でコミュニティをつくれるのだろうか、と困ってしまいます。ただ、いっしょに進む人がたくさんいることは安心です。人生、どうせいろいろあります。どうせなら、立ち止まって悩むより、一歩進んで悩もうと思いました。

今後の予定

今後の活動予定は以下の通りです。セミナーは1頁、講座新シリーズ、統合医療カフェなどは3頁をごらんください。

「人生100年・まちづくりの会」定例会

近山恵子の人気セミナー「自分の人生 私がつくる～生活設計を書く～」
(定例会は参加費200円、近山セミナーは参加費500円です)

那須会場

第74回定例会：6月13日(土) 10:30～12:00

近山セミナー：6月12日(金) 13:30～15:00

第75回定例会：7月18日(土) 10:30～12:00

近山セミナー：7月17日(金) 13:30～15:00

第76回定例会：8月22日(土) 10:30～12:00

第77回定例会：9月19日(土) 10:30～12:00

■場所：那須まちづくり広場「ひろばのひろば」交流ホールA

東京会場

第51回定例会：6月28日(日) 10:30～12:00

第52回定例会：7月26日(日) 10:30～12:00

第53回定例会：8月30日(日) 10:30～12:00

第53回定例会：9月27日(日) 10:30～12:00

■場所：スマートレンタルスペース半蔵門 3階

(最寄り駅は半蔵門、ご予約の方に地図を送付いたします。)

地域創生基金へのご寄付のお願い

地域創生ネットワークでは、地域創生の推進のため、モデル地域におけるコミュニティ活性化支援、まちづくりモデルの研究・実践、人材育成、最期まで安心して暮らす仕組み作りなど、多岐にわたる活動を展開しております。これらの活動を継続・発展させていくために「地域創生基金」を創設しています。次の世代へ、支え合い、心の通う社会を手渡していくためにも、ぜひ皆さまのお力をお貸しください。

詳細な説明書および申込書は、当団体のWEBサイトからダウンロードしていただけます。ご関心をお持ちいただけましたら、ご覧いただけますと幸いです。(www.chiiki-sosei.net)

ご寄付いただいた方の思い(吉田詩子さんから)

近山さんの高校時代からの友人です。近山さん達の活動は世の中にぜひ必要なものであり、できれば一緒に活動したいのです。でも自分の体力では一緒に活動することはできません。そこで、資金提供でこの活動を後押ししたく、寄付いたしました。

WEBサイト・SNSで最新情報を発信中!

■新企画の最新情報、更新中!

那須まちづくり広場HP

<https://nasuhiroba.com/>



■新企画の最新情報を毎日UP!

那須まちづくり株式会社FB

<https://www.facebook.com/nasuhiroba/>



■那須まちづくり広場の日々を発信中!

那須まちづくり広場FB

<https://www.facebook.com/AsahishoPj>



■いいね&フォローをお願いします!

那須まちづくり広場Instagram

<https://www.instagram.com/nasuhiroba/>



■那須まちづくり広場You Tube

<https://www.youtube.com/channel/UCPg99Ib-gK3BRNGmOKMGD4w>



発行：一般社団法人 地域創生ネットワーク

〒329-3225

栃木県那須郡那須町豊原丙1340 226号

TEL: 0287-74-3520

E-mail: info@chiiki-sosei.net