

# 認知症の人と共に生きる傾聴ボランティア

傾聴は、中高年の生きがい創造活動

「傾聴ボランティア」は、介護施設や在宅高齢者の自宅を訪問し、孤立しがちな高齢者の話を、目と耳と心で熱心に聴き、共感と受容により心を癒す、いま注目のボランティア活動だ。NPO法人ホールファミリーケア協会理事長の鈴木絹英さんがアメリカで学んだ「シニア・ピア・カウンセリング」の手法をもとに、「傾聴ボランティア」として確立。「傾聴ボランティア養成講座」などを全国各地で開催し、日本に根付かせたパイオニアである。鈴木さんと共に活動して

きた事務局長の山田さんは「この10数年で傾聴ボランティアは全国の自治体に広がりました。この活動のポイントは二つ。一つは相手の話を聴くことで自分もうれしくなること。もう一つは定年後・子育て後の中高年層の、ホネで語り合える仲間づくりの場になること。まさに、生きがい創造活動なんです」と話す。

「2025年問題」が目前に迫る日本で

2012年には462万人だった認知症高齢者は、団塊世代が75歳以上になる2025年には700万人を突破するという。認知症有病率を年代別に見ると、74歳までは男女共5%未満だが、75歳〜79歳で11%超、85歳以上で40%超。国が「2025年問題」として危機感を募らせるゆえんだ。山田さんは「私たち傾聴ボランティアとして訪問する施設の方も、在宅の方も、多くは認知症を抱えているんですよ。傾聴で重要なのは、決して、かわいそうなの話を聞いてあげるんじゃない、ということ。なぜなら認知症であろうと無かろうと、障がいがあるのと無かろうとお金や地位があるのと無かろうと、人としての大切さは同じですから」と力を込める。「例

えば、定年後の趣味三味も3年やると飽きると言う方が多く、結局、高齢期の生きがいとして残るのは、人のお役に立てること、社会貢献です。でも、上から目線で人生を諭すような振舞いは、傾聴とは言えないんですよ」と。

親の老後に生かす「傾聴」という視点

さらに山田さんは続ける。「傾聴とは、相手と対等だという人間関係の基本、人との向き合い方だと思っんです。認知症の方は同じお話を繰り返されることが多いんですが、対等で大切な存在だという気づきがあれば、聴いているフリではなく、心から熱心に聴くことができます。それは親子間でも同じ。認知症の親御さんを介護する方の気持ちも楽になるはず」。新オレンジプランがめざす、認知症になっても自分らしく暮らし続けられる社会とは、誰にもやさしい社会だということ。このプランを絵に描いた餅々に終わらせないためには「共に生きる視点が重要」と山田さん。協会発行の小冊子「認知症高齢者への関わり方」(介護家族として、傾聴ボランティアとして)には、豊富な具体例とともに、山田さんの深く温かい言葉が詰まっている。ぜひ参考に!

## 認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)概要

### 【基本的考え方】

認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指す。

### 【7つの柱】

- ① 認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進
- ② 認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供
- ③ 若年性認知症施策の強化
- ④ 認知症の人の介護者への支援
- ⑤ 認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくりの推進
- ⑥ 認知症の予防法、診断法、治療法、リハビリテーションモデル、介護モデル等の研究開発およびその成果の普及の推進
- ⑦ 認知症の人やその家族の視点の重視

## 介護特集

# 24 親の老後を考える

認知症高齢者が増え続けている。2012年の462万人から、団塊世代の全員が75歳以上になる2025年には700万人。軽度認知障害(MCI)の人も含めると1300万人とも。危機感を強めた政府は昨年1月、上記の7項目を柱とする「新オレンジプラン」を発表。12省庁が協力して認知症の人が住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる社会を実現するという。認知症高齢者への傾聴ボランティアの普及活動で知られるNPO法人ホールファミリーケア協会事務局長の山田豊吉さんにうかがった。

取材文/渡部せつ子



### Interview

特定非営利活動法人  
ホールファミリーケア協会  
事務局長  
山田 豊吉 さん

やまだ とよきち/海外勤務などを経て16年前、理事長の鈴木絹英さんと出会い、事務局長として講演や執筆に携わる。「モーレツ社員」の頃は「専制君主」のような働き方でしたが、傾聴を知り、人生がガラッと変わりました。もちろん今のほうが楽しいですよ!

■取材協力  
特定非営利活動法人  
ホールファミリーケア協会  
(鈴木 絹英理事長)  
東京都千代田区神田淡路町1-19  
千代田ビル2F  
TEL:03-5297-7108  
FAX:03-5297-7109  
http://www.5d.biglobe.ne.jp/~AWFC/  
※傾聴の通信講座を開講中。  
【認知症高齢者への関わり方】も購入できます。詳細はお問い合わせください。

パナソニックグループの  
パナホーム直営の介護付有料老人ホーム

## ケアビレッジ千里・古江台

あなたと夢を、ごいっしょに。  
**PanaHome**

# クリニックを同一建物内に併設 医療連携体制も充実

リハビリ、認知症の対応も充実しています



## ケアビレッジ千里・古江台

〒565-0874 大阪府吹田市古江台5-3-7

詳しくはホームページをご覧ください。

ケアビレッジ千里・古江台

検索



生活の様子は  
HPで見られるよ

アイドル犬  
ハッピー

[www.panahome.jp/mw/furue](http://www.panahome.jp/mw/furue)

【物件概要】●名称/ケアビレッジ千里・古江台●構造・規模/軽量鉄骨・柱・梁ラーメン構造(一部鉄筋コンクリート造)、2階建て(一部3階建て)●敷地面積/2515.92㎡(761.06坪)、建物延床面積/2869.70㎡(868.08坪)●居室数/全52室(18.01㎡~41.74㎡)●全室介護居室(個室)●介護にかかわる職員体制/1.5:1以上(入居者総数:直接処遇職員総数)●居住の権利形態/建物賃貸借方式(定期借家契約20年)●敷地の権利形態/定期借地権契約50年



### 【バスで越越しの場合】

●北大阪急行電鉄・大阪モノレール「千里中央駅」より阪急バス千里中央バス停9番乗り場から76・77系統(北千里・古江台・藤白台方面行き)乗車約15分。  
●阪急電鉄「北千里駅」より阪急バス北千里バス停1番乗り場から76・77系統(古江台・藤白台方面行き)乗車約5分。  
※ともに北消防署前バス停下車徒歩約3分

### 特別講演会の開催

高齢者の方のための  
ビューティタッチセラピー講演  
『笑顔』と『元気』の  
ビューティタッチセラピーとは

内容 スキンケアやメーキャップ等を通して肌に触れることで、心や身体の健康を促す「美容療法」です。高齢者の『笑顔』と『元気』、『認知症予防』や『自立支援』を促す効果についてご体験いただけます。

- 定員: 20名様 ■参加費: 無料
- 日時: 3/13(日) 13時半~15時
- 場所: ケアビレッジ千里・古江台
- セミナー申込・問い合わせ:  
0120-8-8746-4 9時~18時(受付時間)

※完全予約制(お電話にてご予約ください)  
※定員になり次第受付終了いたします

講師: 谷 都美子

日本介護美容セラピスト協会代表理事  
武庫川女子大学薬学部 非常勤講師



### 介護に関するお悩みを解消します

1. クリニックが同一建物内に併設しているから安心です
2. 夜間の医療看護体制も整っているから安心です
3. リハビリ、認知症の対応も充実しているから安心です
4. 生きがいを考えた色々な趣味活動も豊富です
5. 栄養バランスの取れた美味しい食事を召し上がっていただけます
6. 手厚い介護で安心した生活を過ごしていただけます

### 入居相談会・見学会

随時受付中

TEL.0120-8-8746-4  
9時~18時(受付時間)

