しのびよる老齢化社会

新潟市の60歳以上の人口は48,310人で総人口比11.1%。それが、昭和60年には65,000人（13.0%）90年には24%も占めるようになり、老齢化社会は静かにしのびよっています。

老人とひと口にいっても、ねたきりや一人暮らしの老人、健康で元気な老人とその姿は多様です。

そこで、「敬老の日」にちなんで民間ボランティア、奉仕員、そしてお年寄り自身からの投稿でいろいろな姿を紹介、市の対策も紹介します。

（写真はゲートボールで身体を鍛えるお年寄り）

生きている喜びを求めて
～多い元気なお年寄り～

男七十二・六九歳、女七十七・九五歳と平均寿命が伸びている今日、老後をいかに生きるかが大きな問題となっています。

"生きがいのある老後を送りたい"――これは誰もが望んでいることでしょう。

ひとくちに"生きがい"といってもむずかしいところですが、**須田丈夫**さん（学校町、七十五歳）は「人それぞれ違うでしょうが、自分が生きているだけの価値を感じ、そして生きる喜びが感じられることかな。私はまず、年寄りは野次馬になって、見たり、聞いたり、しゃべったりして楽しむこと――と思っています」と話しているようにやはり生きている喜びを感ずる＝生きがいといえるのではないでしょうか。

すでにそういう生きがいを持って生きているお年よりもいるでしょうが、"生きがい"を求めているお年よりもたくさんいることも事実です。

市が行っている各種の生きがい講座や憩いの家での楽焼き、民謡教室などにも健康増進と心のハリを求めてかなりのお年寄りが参加。その数は延べ一万五千人にものぼっています。

中央ことぶき大学――これは、中央公民館の主催で十数年前から開かれているものです。

六十歳以上のお年寄りが毎年百人ほど参加し、週一回、午前中は一般教養、午後は柳細工、指人形劇、家庭菜園の三つのグループにわかれてクラブ活動を行っています。

柳の枝で飾り物の鯉をつくったり、指人形グループでは指人形だけでなく、台本や背景までつくり、今、秋の文化祭上演に向けて猛練習中。家庭菜園では、今から、秋十一月のさつまいもの収穫を楽しみにしています。"自分で作ったと思うと、よけいにうんめて"と大好評。

また、小学校などへでかけていって、子どもたちに昔とった杵づかで、竹馬、お手玉などの遊びを教えたりもしています。

また、ゲートボールも盛んになって、毎月二回、五十人の人が陸上競技場で汗を流しています。

"青空の下、多勢でボールを打ちあっては気持ちがいい"と好評です。

ゲートボールの輪が広がる

今は各地域に広がり、有明台地区では大会を開いたり、老人クラブで用具をそろえはじめたりもしています。

また、阿賀浜荘など憩いの家で開いている楽焼き、ペーパーフラワー、書道、民謡などの教室にも多くの人が参加しています。楽焼きを楽しむみなさんは「次は何をつくろうかなと考えるのがまた楽しくて。作っても作ってもすぐ人が持っていってしまって、ほとんど自分の手元には残りませんがね」と楽しそうに話してくれました。

◇　◇

このような講座を開くほか、茶のみ話しや、碁、しょうぎをしたり、風呂に入って一休みしたい人々のために老人憩いの家を設置。そして、まだ仕事をしたい人々に対しては就労の斡旋も行っています。

まだまだ、どこも悪くないけど、何かするのがおっくうで、どこにいったらわからない――という方もおられるようです。

一度、お近くの憩いの家におでかけになりませんか。

指人形

小浦方券次（五十嵐二）

五月十七日、中央ことぶき大学の第一日目が始った。入学した動機は市報にいがたを見て、私の好きな科目が沢山あったからである。

実をいうとクラブ学習にはあまり関心がなかったが、日ごろ孫の手工等見ていたので軽い気持ちで指人形コースを選んだのが苦労の種。男三人、女二人のグループ。スローガンは「お互いに持ち味を生かして楽しい学習会に心がけましょう」である。

まず最初、先生から説明をきいて、何をやるかの話し合いに入った。かなりの時間がかかった。

出しものを「舌切りスズメ」ということにした。私は無造作に良いおじいちゃんを申し出た。次週、作業に入って先生から一枚の新聞紙を細かく切るのを教えられてはじめた。

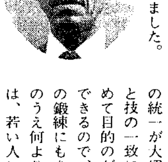
約二時間もかかったので大変なことだと感じた。学習も進み、頭部と手あらましができた。「この顔あんたに似ている云々」苦笑。次は色塗り、着物と学習はどんどん進んだ。下着は△△さんが手伝ってくださったのでできた。さて次は上着、チャンチャンコ、帽子とまた壁につき当る。仕方なく愛妻の元に持ち帰った。妻いわく「私が学級で生みたいなもんだ」と苦情。三拝九拝で何とかまとまった。あとはセリフの練習。テープレコーダーを準備し練習してみたが、なかなか思うようにはいかない。回を重ねる毎に少しづつうまくなるであろうとひそかに期待している。

何をやってもひとつの事を完成するのに時間がかかるのだが、みんなで一生懸命やっている手づくりの指人形劇を早く上演してみたい。

これも健康だからだろう。

ゲートボールクラブに参加して

佐藤　正作（紫竹）



私がゲートボールを初めて知った動機は、昨年十月、市教育委員会主催で開催された「ゲートボール教室」に参加したのがきっかけでした。午前十時から正午までの二時間六回にわたっての短い期間の講習でしたが、体育課の先生方の熱心な明るい指導のおかげで、ゲーム上のルールと共に技術も未熟ながら一応身につけることができました。

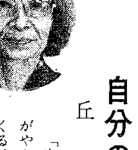
参加者は、男女合わせて四十名程でしたが、ほとんどの人が毎日欠かさず参加し、秋晴れのカラッとした青空のもと、市陸上競技場の緑の芝生の上で受講生は心を一つにして、何事も忘れてゲームに打ち興じ、時のたつのも忘れて熱中しました。

このゲームをして思ったことは、木槌でボールを打つときの境地は精神の統一が大切であり、心と技の一致によってはじめて目的のゲート通過もできるので、まさに身心の鍛練にもなります。そのうえ何よりもよいことは、若い人には若いなりに、婦人や高年者にも軽い運動なので共に親しめる大衆向きスポーツだということです。ゲームはふつう五人ごと紅白に分かれて交互にゲートを目指してボールを木槌で打ち合いますが、標準の三十分位はたちまちで、二時間はアッという間に過ぎてしまいます。その後ゲートボール愛好者クラブの発足をという意見が多くでて、すぐその場で準備委員が選ばれました。

六月二十七日ゲートボール発足会が陸上競技場の会議室で開かれました。その名を「グリーンゲートクラブ」と命名、対象者を五十歳以上の男女として各方面に呼びかけ、七月四日から毎月第一、第三火曜日に集合してゲームを行うこととなったわけです。現在まで愛好者は毎回四十名近くの参加を見ており、月二回をせめて三回にという希望も多くでている状況で、さらには、市老連の主催になる第七回老人スポーツ大会にも、ゲートボールレースとして個人競技種目に、新しく加えられるなどますますゲートボールの輪が大きく広げられていくことは、よろこばしいことです。私はこれからもゲートボールを通じて、多くの友達との出会いを大切にして、明るく、楽しく、しかも健康づくりのできる「ゲートボールクラブ」の集いにはかかさず参加して明るく時を過ごしたいと願っています。

手作りおもちゃを自分の手で

丘　藍子（五十嵐二）



夏休みに入ったばかりの七月二十七日、女池小学校での「手づくりおもちゃの会」に指導の立場で参加した。対称は五年生児童全員で四百三十一名。かなりの人数。

会場は体育館で計画予定通りきまりよく進行。いよいよ本番。作業に入ると熱気がむんむん。加えて連日の猛暑。児童一人ひとりが火の塊みたい。汗、汗、汗。目的の工作に完成目ざして一生懸命。刃物や金づち、使う道具にも抵抗を感じているもよう。とにかく"けが"をしてくれねばよいがと念じつつ、その都度注意を与え、手を貸し「ガンバッテ」を声援する。

「出来たっ!!」目をかがやかせて作品を見せにくる子。「動いた?」「うん、動いた」といって動かして見せる満足そうな笑顔。素直で純真な明るい子供たち。「大成功」約束のシールを作品に貼ってやり、ともに完成の喜びにひたってやる。

落伍者もなく、けがをした子もいない。ほんとうによかった。

おもちゃ、遊び道具は街にはんらんしている。いつでも買ってくればすぐ使われる。しかし、製作のたのしみ、用具の使い方、完成の喜びは果して身にこたえて味わえるだろうか。それに加えて人と人との交流。いろいろなことがあって作品への愛着も深まるというもの。愛着があれば「物も」「人も」大切にする心が育つのではないだろうか。

ねたきり老人対策
特別養護老人ホームを建設
十一月・大山台で着工、来年度完成

一方、在宅のねたきり老人は市内で約八百人、一人暮らし老人は約千四百人ほどいます。そして、生活保護世帯二千三百七十八世帯（五十三年七月現在）中、一人暮らしも含め老人世帯が約七百世帯と全体の三分の一近くを占めています。

最近民間の生命会社が行った調査によっても、「豊かな老後のために特に必要だと思うものは?」の問いに対して圧倒的に多かったのは「健康」の五七・四%（男五六・〇%、女五九・二%）、次いで「経済安定・余裕」が二十・五%（男二一・七%、女十八・九%）、「家族の愛情」七・一%（男五・五%、女九・二%）という結果がでており、年をとるとともに病気と所得の問題が大きくクローズアップしています。

新潟市で毎年実施している「老人健康診査」では昨年度、六十三歳以上の対象老人三万五千四百九十人のうち一般診査を受けた人一万六百九十三人（受診率三十・一%）。その中で精密検査をうけた人八千三百六十六人（受診率七八・二%）うち七千三百二十七人ものお年寄りが「療養を要する」という結果がでています。

一般診査の受診率がたった三十%にすぎないのに、その中の七割近くが要療養者ということになります。

そのベスト3は①高血圧性疾患②胃十二指腸潰瘍③心疾患。

病気も慢性的でなおりにくいという性質を持っています。

それだけに早期発見・早期治療が大切と、市では今年度から老人健康診査の対象年齢を一歳引き下げ六十二歳以上とし、診査項目も増やしました。

ねたきり老人に喜ばれている巡回入浴事業

そして、病気にかかったお年寄りに対しては、六十五歳以上六十九歳までのねたきり老人と一人暮らし老人の医療費の無料化を図っており、国の実施している七十歳以上のお年寄りの医療費の無料化をさらに一歩進めた施策を行っています。

身体上、または精神上著しい欠陥があるため常時介護を必要とし、家庭で介護をうけることができない老人を収容して養護することを目的とした特別養護老人ホームが市内に三か所あります。

「松風園」と「済生会」そして「有明園」で、二百人の人を収容しています。

しかし、入所の希望者は多く、現在、六十人ほどが入所待機をしているため、今年と来年の二か年継続で大山台に定員百人の特別養護老人ホームを建設します。

鉄筋コンクリート二階建てで総工費十二億九千八百万円（用地費含む）。今年十一月ごろ着工する予定です。

この他に、市では在宅ねたきり老人等に対してギャジベットや車椅子の貸与、巡回入浴事業、寝具乾燥を行うとともに、不自由な生活を送っているお年寄りたちに少しでも手助けとなるようにと二十七人の家庭奉仕員を配置し、週二回訪問、掃除・洗たく・買い物をしたり、話し相手になるなどしています。

そして行政の手の届かない所を民間ボランティアの方々による社会福祉施設や病院に入院・入所している人たちへの介護、地域活動として一人暮らし老人のお世話など、はば広い奉仕活動が支えているのが現状です。

奉仕活動によせて

高野　美保（清心女子高三年）

老人は私たちにとって遠い存在ではないし、老人の問題についても、素通りすることはできません。暖かい家庭で、不自由なく暮らしている老人もいますが、一人で寂しく暮らす老人、病気で入院している老人もいることを忘れてはなりません。

私は去年、奉仕活動を主とするND委員会に入り、松風園を慰問する機会が与えられました。そこにいる老人を一目見て寂しさを感じ、すぐに手を差し伸べたいと思いました。私たちがそばに行き、手を握り、話し相手になってやると、その寂しさの間から明るい笑顔が現われました。その時私たちが自分の手を使って実際に老人と触れ合う、そして心をこめて何かをしてあげる、これこそ老人に対する奉仕だと思いました。

老人に対してだけではなく、障害者に対しても同じです。それができた時、誰もがきっと喜びを見い出すと思います。

私たちの学校では、クリスマス行事として年に一回全校生徒と先生方が一緒になって、奉仕活動を行っています。JRC、ND委員会だけでなく、ふだん障害者に接しない人たちが、奉仕活動で何か新しいものを見つけ、喜びを知ったならすばらしいと思います。

私たちの学校だけでなく、市民全体が奉仕活動を行う日が一日も早く来るよう願っています。

S老人のこと

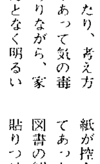
小林　サツ子（河渡内）

七十三歳、独居男性、十八年前妻と死別、三男一女が有り、各々遠方で生活。大阪在住の長男の仕送りで生活。娘は兄のもとから短大に通学中。

本人は相当ながんこ者で、子供の側にも事情があり同居できないのです。「オレには妻の位牌と夜に遊びにくるネズミがいるだけだ」。この言葉が口ぐせでした。前立線肥大症で、腹壁に穴を開け、管が差し込まれている状態、週二回の私達の訪問を、枕もとの時計をみつめて待っていてくれますが、冬季のバス等で四～五分遅れても気嫌が悪く言葉も荒くなります。また、ある時など「お早ようございます」――といっても返事がないので、大急ぎでクツを脱ぎ、ふすまを開けると頭からすっぽりふとんをかけ、顔が見えないのでおどろいて近づくと目だけ出すことも。「ナァーんだおどろかして!!」といっても…その後がいけないのです電気毛布の中で胸元までぐっしょりぬれて異臭が鼻をつきます。下げている袋が古くなり、金具がゆるみ、尿がもれるのです。機具代も高くなかなか思うように取り替えられないのです。もそもそとふとんの中に顔をかくすおじいちゃん、さっそく身仕度して仕事にかかります。清拭、洗濯、炊事、買物、掃除、二時間がまたたく間に過ぎてしまいます。その人は四月に亡くなりました。あばれてみても、おこり散らしてみても消せない、その人の淋しさ、くやしさ悲しさが分るようで、そのことを思うとき、今も熱いものがこみ上げてきます。これは肉親でないと消すことのできない孤独地獄だと思います。同居して、たとえけんかしても、子供の、孫の、優しいひとことで、ふっ飛んでしまうことだと信じています。これは他人ごとでない、私のこれからのことでもあるのです。

奉仕員として

品川　洋子（小金町）



真夏のうだるような暑さの中に、入浴の介添えをしたり、冬は凍りつくような吹雪の中で水でお洗濯など、さまざまの苦労を重ねながら、老人家庭奉仕員として働くようになって、もう五年になりました。

最初は未知の世界に飛びこむ思いで先輩の奉仕員からの指導をうけて老人家庭を訪問しておりましたが、今でもその頃のことがよみがえってまいります。感情に溺れすぎたり、力んでみたりの日々でしたが、無我夢中でこの間を過してまいりました。その中で特に印象に残ったケースについて申しあげたいと思います。

（ある老婦人の家庭）

背中の骨が曲がって、痛々しいほどやせ細った七十過ぎの一人暮らしのおばあさん。

名ばかりの床の間ですがいつも何かが活けられているのです。雪で折れた松の小枝であったり、近所からもらった菊の一輪であったり…。

ホーロクで煎って番茶の一服を出してくださるその大変優しい女らしい動作。料理も年寄りにいといわれるものは素直に聞いて実行しようと努力するなど、とかく一人よがりで自己流の解釈をしたがる老人の多い中でこの方は話題も豊富で話に味もあったり、考え方にも弾力があって気の毒な環境でありながら、家の中がなんとなく明るい雰囲気ですっきりしているのに感心させられます。

（病身の老夫婦の家庭）

ご主人の中風の面倒をみてもう十余年だそうでご自分も病気がちの上、今度は腰をおこして疲れ果てた奥さん。でも、壁に島崎藤村の「椰子の実」の詩や武者小路実篤の色紙が控え目にピンで止めてあったり、新聞の新刊図書の紹介を切り抜いて貼りつけてあったり、ペーパーフラワーを看病の暇に少しずつ楽しみながら造ったり、ラジオから流れる「早春賦」のメロディに耳を傾けたり、逆境の中にも自分なりの心の灯を見出すよう懸命に努力されている感じが見えるのでした。

このようなことから、人は環境や経済的な問題とは関係なく心をうるおすことができるものだということを知り、そして、いつまでも女らしさを失わない年寄りになりたいものだと教えられ、今の仕事にひとしおの喜びを感じているこの頃でございます。