

【高齢者の生きがい】

東海社会福祉科学研究所

大北 秀雄

(5) 通常のリスク

新聞等の情報によると、孤独死のことが書かれていますし、老老介護による悲惨な出来事、介護疲れによる悲惨な結末などいろいろなケースのことが云われています。本当の事実関係は第三者では理解できない部分が多くあるものと思いますが、多少なりともその原因・理由が判れば、今後の生活の中で役立つことが多くあると思いますが、その内容についてはハッキリしていないのが事実です。解かっているようなことを言っている学者、専門家はいますが本当に理解して解説しているのかは疑問が残ります。その人が生きてきた時代及び現在置かれている環境を客観的に理解し、その地域性及び家族のあり方を検証することが最低の条件です。

誰でもが毎日の生活において目的を持って生きています、そのことに対する感じ方は人いろいろであり、一概にどれがベターな生き方なのかは言えません。その中で思っただけのことは、生きていくことの素晴らしさを感じる大切さ、その生き方に何かを感じる、前向きに取り組むこと、そのような姿勢を考えることで少しでも明るい生活が見えてくるものではないでしょうか。

生活をするには、事故や災害、人間関係、金銭関係など身近に感じられる問題点・課題だけではなく、地域のこと、社会のこと、家族のことなどの多くの環境があり成立しています。その中において一人で多くのことが出来るのが生きていくことの必要条件であり、特にその最低条件が健康であり、何かがあれば一番困る状態が待ち受けていますので注意することが本当に必要です。

次の大切なことは、生活する中での時間との付き合い方にあります。その生活に時間的な要素が必ず存在するものですが、何も問題・課題が無いように思い生活している人が多く見受けられます。時間との付き合い方が上手であれば何か楽しいことに出会うチャンスが多くあると思います。時間との付き合い方について、どうするかを考えることで何かが見え、その考えにより何かが起こることが可能なのか、大切なものとの付き合い方は何か、自分の生活にどう役立つことができるのかが見えてくることになり、新たな発見がそこにあるかもしれませんし、見つけることができるかもしれません。

一人の人間として毎日を普通に無理しない生き方で、生きていくことに感謝の気持ちを持つことで、前向きな人生に巡り合えることが可能になると思います。また、その巡り合うことの内容に満足することが大切であり、楽しい毎日の基は何か、人生とは何か、苦しみを乗り越えることは何か、生かされ生きる強さを感じることは何かなどを見つめることも大切です。