

第3回 ボランティア・ミシガン研修の概要を報告します

2009年10月25日(日)～11月1日(日)、米国ミシガン州アナーバー市にあるミシガン大学老年医療センター附属ターナークリニックでボランティア研修を実施しました。対象は、高齢者の心を支えるボランティア活動をしている方で、団体を運営している方、傾聴講座の講師、団体のリーダーを務める方など、14人の「心のケア」に意識の高い方たちが集まりました。

紅葉のミシガンで心のケアを学ぶ

この研修は、高齢者の心のケアについて学びます。身近に高齢者と接するボランティア、災害で傷ついた高齢被災者の心のケアにあたるボランティア等を対象に公募したところ、北海道から沖縄まで予想以上の反響をいただきました。

ミシガン大学は、医療・福祉の分野で全米でも大変評価が高い大学です。大学周辺は美しい紅葉に囲まれ、落ち着いた雰囲気があり、学ぶにはふさわしい環境です。

プログラムは、「講義」「現地ボランティアとの交流」「体験学習」「施設見学」を柱に作られています。(プログラムについては右表参照)

講師は、ルース・キャンベル先生(ターナークリニック、元ソーシャルワーク部長)とフォーク阿部まり子先生(同クリニック、臨床ソーシャルワーカー)。日米両国の高齢者医療・福祉に造詣の深いお二人が、高齢者の心を支えるあり方についてやさしく丁寧にお話ししてくださいました。



ルース・キャンベル先生(右)とフォーク阿部まり子先生(左)



紅葉に彩られたミシガン大学キャンパス

研修プログラム

第1日目
『プログラムの紹介とボランティアとの交流』
【講義】ボランティア活動の目的
【講義】ピア・ボランティアの歴史と活動
【交流】ピア・ボランティアとのディスカッション
【見学】ターナー・シニア・リソース・センターの見学

第2日目
『ボランティア活動の見学とディスカッション』
【体験】現地ボランティアに同伴して活動の見学
【見学】ターナークリニックの見学

第3日目
『戸外での体験学習』
【体験】チャレンジプログラム

第4日目
『地域サービス機関の紹介とボランティアとの交流』
【交流】地域の福祉サービス機関の紹介
【交流】日米ボランティアの意見交換ディスカッション
【見学】アーバーホスピスの見学

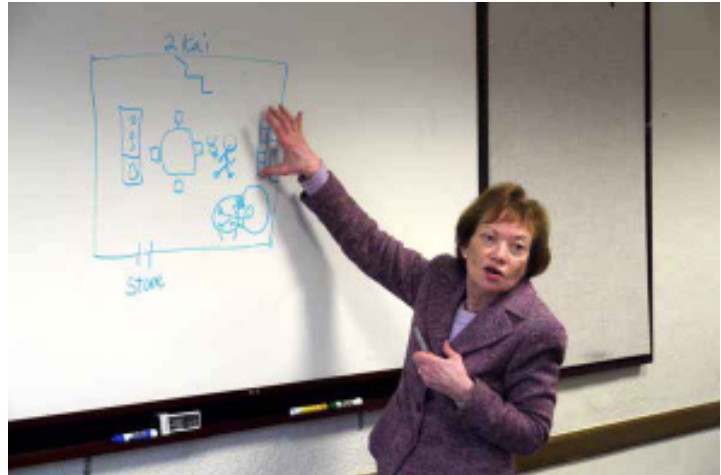
第5日目
『いかに援助したらよいか』
【講義】質疑応答とディスカッション
【講義】認知症、うつ、悲嘆と喪失
【講義】傾聴と共感、ライフレビュー、ロールプレー
【講義】研修を振り返って

※ 終日通訳付き

高齢者を援助するために

ルース・キャンベル先生とフォーク阿部まり子先生を講師に迎えて、「ボランティア活動の目的」、「ピア・ボランティアの歴史と活動」、「いかに援助するか（認知症、うつ、悲嘆と喪失、傾聴と共感、ライフレビュー、ロールプレー）」について講義を受けました。

“痛みを知る者が、痛みを苦しむ者を支える”のがピア・ボランティア。キャンベル先生はどのようにしてピア・ボランティアを組織したのか、大切にしている3つの要素とは何かについて、研修テキストと当財団の書籍『心を支えるシニア・ボランティア』（過去に行われたミシガン研修やピア・ボランティアについて掲載している）に関連付けて、ピア・ボランティアの歴史と活動についてお話をいただきました。



ミシガン大学の教室で講義をするキャンベル先生

ボランティア活動の目的

キャンベル先生が考えるボランティア活動の目的とは、まず、自分が地域や他の方にできる貢献をすること。次に、ボランティア自身が、ボランティア活動を通じて成長することです。

高齢者が持つ人生経験は「資源」であるという老いに対する前向きな考えや、ボランティアは専門職にできない役割を担っているというお話に参加者は深くうなづいていました。

さらに、援助職とボランティアの関係が密接であること、そしてボランティアに対して充実した研修が行われていること等、アメリカではボランティアが重要な存在として認識されていることに参加者は関心を寄せました。

ピア・ボランティアの歴史と活動

キャンベル先生は、日本の民生委員からヒントを得て、1978年にターナークリニックのピア・

カウンセラー（後のピア・ボランティア）を組織しました。

ボランティアの大半は60歳以上でしたが、そのボランティアと共に、地域で何が必要か、自分たちは何に困っているのか話し合いを重ねて、プログラムを作り上げました。

「ピア」というのは英語Peerのことで、仲間、同僚の意味。ミシガン大学老年医療センター附属ターナークリニックに組織された「ピア・カウンセラー」は、同クリニックで治療を受けて健康を回復した患者や地域の高齢者が、ボランティアとして地域の高齢者宅を定期的に訪問し、一緒に話をしたり、食事に連れ出したり、診察に連れて行ったりする「友愛訪問」を主な活動プログラムとしています。同じような年代であることから、お互いに理解し、共感できます。また、単に年齢層が同じということに限らず、たとえばアルコール依存症から立ち直った人たちが、アルコールの

問題を持っている人のピア・ボランティアとして援助しています

「友愛訪問」のほかにも医療、福祉、住宅や趣味に関するセミナーやワークショップを企画、開催しているグループ。毎月違ったお店で昼食を一緒に食べる「昼食グループ」、5人が同時に話せる電話のシステムで特に寝たきりの高齢者を対象にした「電話グループ」などニーズによっていろいろな活動があります。

ピア・ボランティアの3つの要素

ピア・ボランティアは、所定の研修・訓練を受けた後、コーディネーターが各ボランティアの個性を見て、クライアントとマッチングさせて活動しています。その後月に1度定期的に研修を重ねています。研修は、次の3つの要素に重点を置いています。

1. 「相手の言うことをよく聴く」

悲しんでいる人が目の前にいたら、何かをしてあげたいという気持ちになりますが、まずは相手に寄り添うことが大切です。言葉を聴くだけでなく、「沈黙」や「気持ち」にも耳を傾ける意義と手法を学びます。

2. 「相手のあるがままを受け入れる」

こちらの思いを押し売りしたり、アドバイスをしないということ。実際の活動の場で、アドバイスをすることがあっても、相手がそれを受け入れるまでに時間がかかることを理解して、相手のペースに配慮しています。

3. 「自分にできる範囲を学ぶ」

問題が生じたときに、自分だけで解決しようとせず、常にコーディネーターに報告、相談します。利用者の状況を把握して、専門家につなぐことに徹しています。

これらの3つの要素について、ルース先生は次のようにまとめています。

「ボランティアが活動する上で注意したいことは、相手に無理に『しゃべらせよう』としないことです。それでは、『あるがままを受け入れる』ということになりませんし、自分の『しゃべるべきだ』という価値観、自分のペースの押し付けになってしまうからです。

ボランティアにはもともと積極的な人が多いのに対し、クライアントの中には消極的になっている人も多いのです。無理にしゃべらせようとするのは相手を見殺しにしたボランティア側の満足に過ぎないのではないのでしょうか。長期的、定期的な活動の中で、相手のペースに合わせる事が大切なのです。」

「援助」というと、どうしても「モノ」や「労力」など形のサービスに傾きがちですが、キャンベル先生のお話から、それをじっとこらえ、相手の立場に立って、相手の沈黙にも耳を傾けようとする事が大切であると教えていただきました。

あるがままを受け入れ、相手のペースに合わせていくことによって「苦しみ」や「痛み」を共有すること。そしてそれが相手が自立する上での大きな「援助」になるということを学びました。



ターナークリニック（外観）

活動先の施設で出会う認知症高齢者やうつ病の高齢者にどのように接したらよいか。それらの病気の症状の説明から始まり、参加者との質疑応答を重ねて、いかに援助するかを学びました。続いて行った傾聴のロールプレーでは、キャンベル先生とフォーク先生の指導の下、“聴く”エクササイズを行いました。経験豊富なキャンベル先生とフォーク先生のお話に参加者は強く引きつけられました。



参加者の質問を熱心に聴くフォーク先生

いかに援助するか

(認知症、うつ、悲嘆と喪失、傾聴と共感、ライフレビュー、ロールプレー)

「認知症高齢者、うつ病高齢者の方がたを援助するには、その病気と症状についての正しい理解が必要です」というフォーク先生のお話から講義は始まりました。続いて、認知症の症状、認知症の人々に接するための心得、認知症患者からの助言(どのように接してもらいたいかな)、うつ病と悲嘆の違い等について講義を受けました。

フォーク先生は「利用者と接していて、自殺をほのめかす等、何か気になることがあったら必ず専門家に相談して、自分ひとりで抱え込まないことです」とボランティアとしての心構えについてもお話してくださいました。

質疑応答を交えて

キャンベル先生とフォーク先生は、折に触れて参加者との質疑応答を交えて講義を進行してくださいました。参加者からは、実際のボランティア活動での事例をあげて、その時どうすべきだったのか、自分の行動は間違っていなかったのかと確認するような質問が多くあがりました。

「デイサービスで活動している時に、義理の娘に物を盗られるという悪口を聞かされた場合にどのように対応したらよいか」という質問に、

フォーク先生は次のようにアドバイスしました。「あると思っていたものが、そこにはない不安感や苛立ちを理解してあげて、大変ですねと共感していくことが大切です。なくなったという事実に焦点を当てるか、相手の感情に焦点を当てるかで、返事の仕方は2通りありますね」。両先生は、参加者の質問にじっくりと耳を傾け、やさしく、そして適切な答えを返してくれました。

講義終了後、「フォーク先生の表現が素晴らしく、説明がスーッと頭に入り、今までモヤモヤしていた課題が解けました」とうれしそうに話す参加者がいました。また、ある参加者は、「本音で話し合えて大変有意義でした。自分たちがやってきたこと、今からめざすべき方向性は間違っていないと背中を押していただいた気がしました。一歩ずつ、今の活動を続けていきたいと思います」と希望に満ちた表情で感想を述べました。



ミシガン大学ミシガンリーグでの講義

傾聴のロールプレー

ロールプレーを始める前に、キャンベル先生から傾聴の心構えについてお話がありました。

「相手に尊敬の念を持つこと、心から聴いて、その方の立場に身を置いてみる。書籍に書かれている傾聴のテクニックにとらわれずに、時には、高齢者ならではの人生経験を生かして、自分の直感を信じることも大切です。相手の様子が少しおかしいなと感じたら、耳を傾けることです。傾聴というのは、相手のこれまでの人生、現在おかれている状況を理解して、その方が少しでも居心地のいいように接することが重要です」。

相手を尊重し、相手のペースに合わせることを強調されるキャンベル先生のお話により、参加者の関心が高まりました。

その後、二人ずつペアになり、お互いに向かい合って、ひとりが聞き役、もう一方が話す役になって傾聴のロールプレーを行いました。



二人一組になって傾聴のロールプレー



ジェスチャーで表現するロールプレー

聞き役には、しゃべってはいけないという条件が与えられました。相手を見て、表情で反応することはできますが、言葉を発してはいけません。

相手が話し始めるまで待ち続けるこのエクササイズは、“聴く”ためのエクササイズであると同時に、認知症高齢者の傾聴をする訓練にもなりました。認知症の高齢者は何か話そうと思っても言葉が出てこないことがあります。その時に聞き手が相手を急かすのではなく、相手のペースに合わせて寄り添うことの大切さを教えていただきました。

言葉を発しないロールプレーに始めは戸惑いを感じていた参加者も、時間の経過と共に言葉を交わさなくても表情だけで感情を表現でき、相手と心を通わせることができることを体験しました。

相手が言葉を発するまで待つ

キャンベル先生は、五感を利用した傾聴の事例を2つ紹介してくださいました。ひとつ目は、デイサービスで、いつもは何も話さなかった利用者がバラの香りを嗅いだ途端、「これは私の結婚式の香り…」と話し始めた事例。

2つ目は、自分の人生でよく使っていた体の動きをジェスチャーで表現するゲームをしたとき、昔テニスプレーヤだった利用者が、車椅子から落ちそうになるほど躍動的に動かされた事例。本来この利用者は、とても虚弱な体質でそのような動きができる方ではなかったそうです。

こうした事例紹介の後、実際に「子供の頃の匂い」、「昔よくしていた動きをジェスチャーで表現する」をテーマにロールプレーを行いました。

ロールプレーが始まると、参加者は自分の子供の頃の記憶をたどりながら話し始めました。一端思い出すと泉がわくように、次から次へと当時のエピソードが思い出されるという経験を通して、高齢者が言葉を発するまでの時間、また考えを行動に移すまでの時間、じっと待ち続けることの大切さを学びました。

ボランティアの新たな視点を得る

ターナー・シニア・リソース・センターと聖ジョセフ・ビレッジでピア・ボランティアと交流しました。お互いの経験を語り合い、活動でやりがいをもっていることや、ボランティア組織が抱えている問題等について意見交換を行いました。

ターナー・シニア・リソース・センターのピア・ボランティア5人が参加。自己紹介と活動内容の紹介の後、4つのテーブルに分かれて参加者と話し合いをしました。ターナーのピア・ボランティアは、高齢者宅を訪問して話し相手になったり、寝たきりの高齢者を対象に電話で話し相手になるなどして高齢者の心のケアをしています。彼らが取り組んでいる心のケアについて、直接話を聞ける貴重な機会になりました。



ピア・ボランティアとの交流にキャンベル先生もオブザーバーとして参加

ピア・ボランティアと交流

まず、5人のピア・ボランティアそれぞれが活動を始めたきっかけと利用者との思い出深いエピソードについて話をしました。次に、テーブルごとに小グループディスカッションを行いました。日米両ボランティアが活動内容について質疑応答を重ねる活発な意見交換の場となりました。お互いに高齢者の心のケアを実践する者同士、国や人種は違っても、心のケアの重要性に違いはないことを再確認しました。

今回参加したピア・ボランティアのなかで、最高齢である92歳の女性、アルマさんは「人のために何かをするのが生きがいです」と穏やかな口調で話しました。その言葉を聞いた参加者は「高齢になってもボランティアとしていきいきと活動している姿に、私もライフワークとして活動を続けいく勇気をいただきました」と応えました。高齢にも関わらずチャレンジ精神旺盛で、前向き

に活動に励むピア・ボランティアから、参加者は活動に向ける活力をもらいました。

心がつながる共感の輪

参加者の一人は、アルツハイマーの配偶者を看取られたピア・ボランティアのアルさんに、アルツハイマーの姑を介護している友人のことでアドバイスをお願いしました。するとアルさんは一言「ただ話を聞いてあげることですよ」と言って、とても優しく温かいまなざしを向けてくれました。参加者は「これが、ピア・ボランティアなのですね」とうれしそうに話しました。

お互いの経験を語り、認め合うことで、参加者とピア・ボランティアの間に連帯感が生まれました。「つらくなったとき、ピア・ボランティアさんを思い出そうにします」という参加者の言葉がそれを象徴していました。交流では、和やかな雰囲気の中、温かな共感の輪が広がりました。

聖ジョセフ・ビレッジで、地域サービス機関のボランティアと話し合いをしました。日本からの参加者14人と各機関のボランティア15人が3つのテーブルに分かれてディスカッションを行いました。参加は、以下の4団体。

- ①ネイバーフード・シニア・サービス
- ②カトリック・ソーシャル・サービス
- ③ジューイッシュ・ファミリー・サービス
- ④アナーバー・モーターミールス

(各団体の詳細は右下参照)



聖ジョセフ・ビレッジでの日米ボランティアの意見交換会

日米ボランティア29人が意見交換

まず、各サービス機関からその組織と活動内容について説明がありました。団体が作られたきっかけから、メンバーを増やすこと、運営資金を集めること等現在抱えている課題にまで話が及ぶと参加者も自身の体験が重なったのか、説明の一言一言に深くうなづいて理解を示しました。

この説明を受けての意見交換会では、参加者14人と現地のボランティア15人が3つのグループに別れてグループディスカッションを行いました。

自己紹介から始まり、「どのようなボランティア活動をしているか」「一番やりがいがあることは何か」「困難に思っていることは何か」をテーマに各自が自分の経験を語り、ボランティアで得た経験と感情を分かち合いました。

意見交換の中で日米ボランティアに共通していたことは、利用者が喜んでくれたときが一番やりがいを感じるということでした。日本人とアメリカ人で考え方や文化は違っても、相手が喜んでくれることがボランティア自身の喜びでもあるという共通項は参加者の心に深く印象づけられました。

日本とは異なる価値観を持つアメリカのボランティアとの話し合いは、参加者にとって日ごろの活動を新たな視点で見つめ直す貴重な機会となりました。

参加団体

ネイバーフード・シニア・サービス

地域に住む在宅高齢者が、自立した尊厳のある生活を送るためにサービスを提供している。友愛訪問、高齢者虐待への介入、家屋の補修や病院への送迎サービスなど幅広い活動を行っている。なかでも友愛訪問に力を入れており、最も大切なサービスとして位置づけている。

カトリック・ソーシャル・サービス

家族介護者に、毎週数時間の休息を提供することをねらいとしている。サービスの対象者は、地域に住む65歳以上の住民。ボランティアは、身の回りのケアは提供しない。通常週1回、要介護者とその自宅で2～4時間くらい一緒に過ごしている。

ジューイッシュ・ファミリー・サービス

高齢者が自立した生活を維持しながら、社会と関わられるよう、援助サービスを提供している。孤立している高齢者への「友愛訪問」、診察に同伴できなかった介護家族のために医療ケアの必要事項をメモする「患者パートナー」などを提供している。

アナーバー・モーターミールス

地域に住む、高齢、病気、障害の理由で外出できない方を対象に、栄養価の高い食事と外部との接触を提供している。ボランティアは、週6日食事を配達している。食事の配達を受ける高齢者にとって、ボランティアが一日で会う唯一の人間であることから安否確認の役目も果たしている。

日米ボランティアが協働

ピア・ボランティアに同伴して、5ヶ所の活動先を見学。ピア・ボランティアの活動を実際に目にする貴重な機会となりました。チャンレンジプログラムでは、お互いに助け合い、結束して問題解決にあたるチーム作りについて学びました。これらの体験学習を通して、現地のボランティアとの交流も促進されました。

ピア・ボランティアに同伴して、現地のボランティア活動を見学しました。見学先は

- ①シルバークラブ
- ②ケア付老人ホームへの友愛訪問
- ③低所得高齢者アパートへの友愛訪問
- ④ターナー・シニア・リソース・センター
- ⑤高齢者宅への配食サービス

の5ヶ所。それぞれに参加者2～3人で1組となってピア・ボランティアと通訳と共に活動場所に移動しました。



シルバークラブで日本人利用者の話を傾聴する参加者

子どもを連れて友愛訪問

低所得高齢者のアパートに友愛訪問したボランティアは、1才の子どもを連れて訪問。ボランティアが部屋の掃除をしている間、利用者が子供の相手をしていました。抱いたり、散歩に連れ出したりするうちに利用者の表情も和やかになりました。まるで、娘が実家を訪れたような温かい光景に、同伴した参加者も目頭を熱くしました。

シルバークラブで日本人利用者と出会う

シルバークラブ(認知症専門アダルトデイサービス)に、日本人利用者が1人いました。参加者が訪れると日本語での会話が始まりました。

他の利用者は「この人は普段は静かなのに、日本語だとなんでこんなに話すの」と驚きの表情。施設職員も「昨日まで具合が悪かったのかとてもおとなしかったのに、今日はよく話してとても元気になりました」と笑顔を向けてくれました。

シルバークラブを訪れた別の参加者は、利用者とスタッフが自然に混在している光景に、「施設」に対する概念がすっかり変わったと言いました。

職員とボランティアと利用者の区別がつかないくらいひとつの雰囲気には溶け込んでいること、利用者が楽しみながら人形を作り、エクササイズで体を動かし、認知症になっても自分の意思を表現している点に参加者の関心が集まりました。

シルバークラブでボランティアをしているセラさんは、利用者一人ひとりのバックグラウンドをよく理解し、各々が関心をもつ話題で会話の糸口を作っていました。見学を終えた参加者は「彼女の利用者への接し方が一番印象に残っています」と感想を述べました。

子どもを連れてのボランティア活動や、利用者への接し方等を目にしたことで、より一層ピア・ボランティアがしている心のケアについての理解を深めることができました。

チャレンジプログラム

野外でのアクティビティを通じて、チームワークを学ぶプログラム。仲間と協力しながらゲームの中の課題をクリアする過程で、効果的なコミュニケーション・スキルを身につけます。美しい自然に囲まれた広場で、参加者は4人のピア・ボランティアと共に、体を動かしながら学びました。



ディブリーフィング(振り返り討議)

相互に助け合う組織作りをめざす

メンバー同士の結束を強くして、問題解決に向けて相互に助け合う組織を作るには、どうすればいいのか。チャレンジプログラムで、そのヒントを見つけることができました。それは、相手の意見を受け入れること、相手の身になること、異なる意見も受け入れてみんなで話し合っただけで決めることでした。

半円状の筒を利用して、バケツからバケツにピンポン玉を移すゲーム(右下写真)で、失敗を重ねて行き着いた結論は、どのように渡せば次の人が受け取りやすいのかを考えてプレーすることで。その結論に至る過程で、始めはバラバラだったチームがひとつにまとまり、与えられた課題をクリアできました。

共通の目標に向かってチーム全員で取り組み、うまくいかなかった場合は全員で話し合い、再チャレンジするという過程を通じて、チーム作りに必要なコミュニケーション・スキルと信頼関係の築き方を身につけました。

相手を受け入れる

ゲームをクリアした後は、ファシリテーターを中心に「ディブリーフィング(振り返り討議)」を行いました。

ゲーム中の自分の行動を振り返って、さらに他

の参加者の考え方を聞くことで、自分の立場と相手の立場を踏まえた第三者の視点で、自分の行動を客観的に見つめ直すことができました。

プログラムを終えた参加者は、「チームで課題を達成するためには、相手の気持ちをやさしく受け入れて、その人のペースに合わせて行動することが大切なことだと実感しました」と感想を述べました。

目標は同じでも、アプローチの仕方が人によって違うことや、その違いを認めて受け入れていくことの大切さについて、参加者は体験を通して理解しました。



チャレンジプログラムのアクティビティのひとつ半円状の筒を利用して、バケツからバケツにピンポン玉を移すゲーム。1つでも玉を落とした場合は最初からやり直す。1度成功しても、タイムを縮めるにはどうすればよいのか等の課題が追加され、難易度が上げられた。

日米施設の違いを実感

地域サービス機関、病院、ホスピスを見学。異なる種類の施設見学を通じて、心のケアの実際について見聞を広めました。各施設が、利用者を第一に考えていることや、ボランティアの存在を重要視していることに関心が集まりました。

ターナー・シニア・リソース・センター

アナーバーにある地域福祉サービス機関。高齢者とその家族のQOLを高め、改善するためのプログラムを展開しています。主な活動として、「シルバークラブ」(ミシガン州で唯一の認知症専門のアダルトデイサービス)、「高齢者住宅相談室」、「生涯学習教室」などを運営しています。

シルバークラブで利用者が絵を描いている様子やダンスを踊っている様子を見学させていただきました。ダンスの時間に、明るい雰囲気の中で、マイケル・ジャクソンの音楽にのって踊る利用者たちがいました。日本の高齢者施設とまったく異なるムードに、参加者はカルチャーショックを受けた様子で、興味深く活動を見学しました。

シルバークラブのボランティアは、利用者の隣に寄り添い、共に時間を過ごしています。参加者の一人が「職員とボランティアと利用者の見分けがつかせんね」と発言すると、職員は「それは、よかった。私たちはそれを目指しているのです」とにこやかな表情で答えました。



プログラムについて説明するまり子先生

ターナークリニック

ミシガン大学のイースト・メディカル・キャンパスにあるミシガン大学附属の外来クリニック。老年医学の分野で洗練された医師、看護師や研究者などの専門職がチームを組んで、学際的チームアプローチによって高齢患者に対応し、質の高いサービスを展開しています。

このクリニックで働いているフォーク先生が、ソーシャルワーカーのオフィスや診察室等、施設内各所を回りながら、一つ一つ丁寧に説明してくださいました。続いて、ここでは訓練を受けた高齢者がボランティアとして、治療に来る患者のために書類の記入の手伝いをしたり、入院患者の体調不良やせん妄を防ぐ目的で、摂食や移動の援助をしていることを教えてくださいました。

医療・援助職関係者の仕事を同じフロアに構えて、いつでも連携できる体制を整えていることや、患者のデータ管理が行き届いていること、さらに高齢者が高齢者をケアしていることに参加者の関心が寄せられました。



クリニックの診察室を視察

アーバーホスピス

在宅ホスピスが主流のアメリカにあって、アーバーでも数少ない入所ができるホスピス。220人いる利用者のうち入所しているのはわずか16人。実働しているボランティアはおおよそ350人で、家族がこのホスピスでお世話になった人や、ミシガン大学の学生等で構成されています。ボランティアの多くは利用者の自宅を訪問して活動しています。



アーバーホスピス（外観）

遺族の心のケアもボランティアに

ボランティアは利用者の自宅を訪れ、話し相手になったり、一緒に歌を歌ったり、利用者が望むサービスを提供しています。他にも、オフィスでの書類の整理や、資金集めなど利用者と直接接しないボランティアもいます。

アメリカのホスピスは利用者の遺族に対して13ヶ月の悲嘆サポートを行うことが義務付けられています。政府からの資金援助が無いので、ここではボランティアが中心になって悲嘆サポートグループを組織して、遺族の心のケアをしています。活動を希望するボランティアは、遺族ケア部門のスタッフのもと、2時間の特別研修を受けた後、月1回、遺族に電話をかけて心のケアをしています。



職員からホスピスでのボランティア活動について説明を受ける

最期を看取るボランティアも

家族が遠方に住んでいる患者のために、「“No one dies alone”（誰も一人では死なせません）」というプログラムがあります。22時から2時、2時から6時のシフト制でボランティアがホスピスに待機して、患者が亡くなるときには、深夜であってもボランティアが寄り添います。

身内を亡くした遺族に「ひとりで亡くなったのではありません。ボランティアが寄り添っていましたよ」と伝えることで、遺族の心を穏やかにする効果があります。

職員の「利用者は死ぬためにここに来るのではなく、死ぬまで楽しく生きてもらうためにここに来てもらうのです」という説明を受けて、ある参加者は「患者さんを一人にしないという心のこもったケアに非常に心を打たれました。終末期の人へのボランティアを望んでいますので、今日の見学には心震えるものがありました」と感想を述べました。

また、夜中の時間帯にボランティア活動を受け入れていることや、患者の最期を看取るという大きな役割がボランティアに与えられていることに、参加者は感動を覚えると同時に、「日本でも同様の活動ができるのではないかと新たな活動に向けた意欲を見せました。

参加者の感想をご紹介します。 (研修終了後に寄せられた感想文より抜粋)

お互いに信頼しあうということがどんなに素晴らしいことか。また、信頼できる人がいるということが、どんなに心に平穏をもたらすことか、つくづく感じました。ミシガンのボランティアとは言葉が通じなくても、お互いにすぐに打ち解け、思いやりを持って相手に接していくことができました。こうしたボランティアを継続させることができれば、世の中も変わっていくのではないかと思いました。

アメリカと日本における地域高齢者福祉の違いを目にすることができました。日本のよいところ、日本が学ぶべきところ、そこにボランティアとして何ができるか、今後どのように社会に発信していかなければいけないかと、本当に考えることが多い研修でした。

相手に心を委ねることの心地よさを体験できたことが一番の収穫でした。相手に心を委ねた安心感のなんともいえない心地よさ。委ね、委ねられる関係に、「これが傾聴のあるべき姿だ」と確信しました。呼吸を合わせるといことは、こういうことかと合点がいきました。

この研修を通して、聴くことの大切さを学びました。今までは、相手の方を励ますにはどうすればいいのか、傷ついた心を癒すには何をすればいいのか、と焦っていましたが、大切なのは、相手の方の尊厳を守り、その方の考え、思いを大切に、寄り添うことだと教えていただきました。ボランティアにできることは、ただそばに居てその方の自立を見守ってあげること、という認識を新たにしました。

2010年も研修を実施します

2008年までは、当財団が組織するユニバーサルボランティアのメンバーに参加を限定していましたが、2009年からは募集の枠を広げ、一般公募をしました。本年も引き続き一般公募にて研修を実施させていただきます。

2010年は、10月24日(日)～10月31日(日)の日程で実施する予定です。

詳細は、本年4月以降に当財団ホームページ等で告知いたします。

みなさまのご応募お待ちしております。

研修の様子を映像でご覧いただけます

インターネットを利用して、本研修の紹介ビデオをご覧ください。

当財団ホームページ内の「ボランティア・ミシガン研修」の記事にある「視聴」の文字をクリックしてください。(YouTubeのサイトが開きます)

ウェブサイトの閲覧は、ご自身の責任でご覧いただきますようお願い致します。