

日本YMCA基本原則

私たちは日本のYMCAは、
イエス・キリストにおいて示された
愛と奉仕の生き方に学びつつ
世界のYMCAとのつながりのなかで、
次の使命を担います。

私たちは、
すべての人びとが生涯をととして
全人的に成長することを願い、
すべてのいのちを
かけがえのないものとして守り育てます。

私たちは、
一人ひとりの人権を守り、
正義と公正を求め、
喜びを共にし痛みを分かちあう
社会をめざします。

私たちは、
アジア・太平洋地域の人びとへの
歴史的責任を認識しつつ、
世界の人びとと共に
平和の実現に努めます。

2013年5月1日発行（毎月1日発行）
昭和22年10月27日 第三種郵便物認可
本体価格45円（外税）（送料60円）
発行／公益財団法人 日本YMCA同盟
〒160-0003 東京都新宿区本塩町7
TEL：03-5367-6640 FAX：03-5367-6641
URL：http://www.ymcajapan.org/
発行人／島田 茂 編集人／山根 一毅
印刷／あかつき印刷株式会社

老人は夢を見、 若者は幻を見る



つかさ
山口 宰
社会福祉法人光朔会オリンピア 常務理事

かつて、高齢者は尊敬の対象でした。「寿」という字が高齢者の姿の象徴であるように、長生きをするということは、めでたいことであつたのです。しかし、いつのころからか、喜ばしいはずの「年を重ねる」ということが、経済成長力の低下や社会保障費の増大等、社会的な問題と結び付けて捉えられるようになってしまいました。「昔は良かったのに」「この先どうなるのだろうか」と、高齢者の方からも、弱気な言葉や不安が聞かれるようになっていきました。

私は今、介護が必要になった方や、認知症の方達と、日々一緒に過ごしています。高齢になり、生活にお手伝いが必要となった方々は、夢も希望も失ってしまった存在なのではないでしょうか——いいえ、決してそんなことはありません。私達が、一人おひとりのことをよく知り、常にその人を中心とした「パーソンセンタードケア」を実践することによって、持てる力を最大限に発揮し、「その人らしい」暮らしを送っていただくことが可能なのです。

93歳にして人生初の海外旅行でハワイに行かれた女性、イベントで地域の方々におでんを振る舞われた居酒屋の元女将さん^{おかみ}、そして、昔を思い出しながら力を合わせて反物から浴衣を縫い上げ

られたデイサービスの利用者の方々……。日々新しいことにチャレンジされ、何歳になっても努力を忘れず、向上心を持ち続けていらっしゃる姿は、将来への勇気を与えてくださるような気がします。

「老人は夢を見、若者は幻を見る」(ヨエル書 3：1)——神様は、預言者ヨエルを通じ、終わりの日にすべての人に霊を注ぐことを約束なさいました。再出発の時には、若者が幻、すなわちビジョンを描くのと同時に、高齢者も夢と希望を持って前に進むことをお許しになるのです。

ご高齢の方々がこれまでの人生において、積み重ねてこられた経験。それは、ご本人達にとってだけではなく、次の世代を担う私達にとっても、大きな財産です。時々刻々と時間が流れていき、急激な変化を遂げている今の時代こそ、人生の先輩方の力が必要とされているのです。これまでYMCAは、世の中のニーズを敏感に察知し、必要とされるアクションを迅速に起こし、大きなムーブメントを作って社会を動かしてきました。高齢者が夢と希望を持ち、持てる力を発揮し、培ってきた貴重な知恵を次の世代にバトンタッチする——そのような時代をつくり上げることこそが、今YMCAに求められている使命なのです。

ラポール

相手と向き合って
心を合わせていくこと。
(仏語：親和・共感的関係の意)

生かされて、生きる

中央聖書教会
日本アッセンブリーズ・
オブ・ゴット 教団 牧師
本田勝宏

「私たちは、あわれみを受けてこの務めに任じられている」

この言葉は、新約聖書の中にある言葉で、パウロという人が書いた手紙の中の言葉です。このパウロという人は、キリスト教会の歴史の中で大きな足跡を残した人です。

その手紙の中に「私に倣う者になれ」という言葉があります。確かにパウロは立派な人ではありますが、しかし、彼は決して自分が他の人に比べて優れているとは思っていませんでした。このように言い、行動できたのは、ただ神のあわれみである、と言っているのです。自分は神に生かされている、と言っているのです。

今回、私はこの『THE YMC A』に寄稿することで、8年ぶりにYMCAの働きに関わりを持たせていただきました。私は8年前まで、熊本YMCAの熊本YMCA学院でキリスト教の授業を持っていました。その授業の中で学生達に「私達人間は、神によって生かされている者である」という考えを持つことが大切である」ということを話しておりました。その言葉を聞いた学生の中には「そんなことはない。

自分の人生は自分の力で切り開いていくものだ。神に頼るのは弱い者のすることだ」と反論をする人もいました。

私は冒頭のパウロの言葉を事ある度に思い起こし、声に出して反復しています。自分が今、ここでこのようにしていることができるのは、ただ神のあわれみによる。神に生かされているからだ、と思っています。

生かされているということを感じるの、大切なことです。私達は時に思いもよらない災難に遭います。時に生きていく気力さえなくなるようなことがあります。自分の力で何とかしようとしても、その力さえなくなるような出来事が起こります。その時、生かされているということを知っている者、神がその大きなあわれみによって私達を生かしてくださっていると信じている者は、決して希望を失いません。

私達が生きることに誰かが必ず関わって来ています。そして私達もまた、誰かに必ず関わって生きています。この関わりの中にこそ、神の大きなあわれみが存在しています。どうかこのことを覚えていてほしいと思います。

年を重ねてイキイキ暮らす。

YMCAには、介護支援やコミュニティープログラムを通じてYMCAとつながり、生き生きと過ごす高齢者の方々が、ボランティアとして自ら豊かな時間の提供者となって活動する方々がいらつしやいます。誰もがいずれば高齢期を迎えます。豊かな高齢期を生きることを、そのような生を支える社会をつくることを、一緒に考えてみませんか。

あなたはどのような高齢期を迎えたいですか？

日ごろから高齢者の方々に身近に接しながら介護福祉士になることを目指す、熊本YMCA学院（専門学校）老人ケア科の学生達に聞いてみました。

◎どのよう^{みやりよういち}に高齢期を生きたいですか？

▲山や川がある所(田舎)で家族や近所の人と畑仕事でもしながら、のんびり暮らしたい。(M・Sさん)

▲自分の趣味や生活環境を継続して、自分らしく生活したい。(N・Kさん)

◎どんな介護を受けたいですか？

▲もし受けるのであれば自分の要望をきちんと受け止めてほしいし、二人の人として私と向き合ってもらいたい。(N・Kさん)

◎5年後どんな社会になってほしいですか？

▲便利な物があふれた社会ではなく、豊かな自然があつて、人や地域との関わりを大切にしている社会。(R・Fさん)

▲映画「ALWAYS三丁目の夕日」のように、近所付き合いがあつて、年齢に関係なく皆が生きて暮らしている社会。身近に気軽に話せる相手がたくさんいたら、もっと豊かな社会になると思う。(M・Sさん)

◎高齢期を生きるとはどんなことですか？

▲新たな人生の二歩を踏み出すこと。年を重ねたからこそできること、高齢期にしかできないことがたくさんあると思う。(S・Mさん)



が大きいことを学びました。

「より良く生きる」ためには、人生のあらゆる場面において出会いと学びを与える活動が必要です。高齢者への支援とともに、超高齢化社会を支えることができる強い子どもを育てることが求められます。これらはアジア各地のYMCAIにも共通することではないでしょうか。アジア社会が対面する少子高齢化の課題に対して、互いに連携しながら、課題解決に向かっていくこともまた、YMCAの使命だと考えます。

世代間交流の場をYMCAで

— APAY主催 第30回 Advanced Studies Program に参加して —

大阪YMCA 秋山 健二

近い将来、アジアには日本以上の速さで少子高齢化へ向かう国や地域が数多くあります。

私は昨年11月に、香港で実施されたアジア・太平洋YMCA同盟(APAY)主催の第30回Advanced Studies Programに参加しました。約1カ月間の研修を受講するにあたり、アジアに広がる少子高齢化という課題に対してYMCAが果たすべき役割は何かを自分なりに考え、アジア各地のスタッフと共に学び合いました。私が研修を通じて強く考えるようになったことは、幼児、若者、高齢者等の各世代を一つにつなぐプログラムをYMCAが実施する必要性です。

日本は30年後、高齢化率が約40%と予測されています。多くの人びとが迎える「老い」と、それを支える世

代への教育は必須です。これからの社会は、各世代に応じた「老い」への教育が必要になります。介護が必要な高齢者と、幼児、青年、元気な高齢者が、支援や交流を通して「老い」に対する学びの機会を持つことは、双方にとって良い効果をもたらすことが期待されます。

例えば、保育園、幼稚園、高校、日本語学校と高齢者デイサービスにおいて、曜日ごとに協働プログラムを開発・実施し、お互いの交流と、各世代に応じた高齢化学習を進めていくことはYMCAだからこそできることです。

私は大阪YMCAサンホーム(特養)において、多くのターミナルケア(看取り介護)を経験しました。そこで「より良く生きる」ということは、経済的、社会的に成功することではなく、自分と他者との関係性によるもの

野菜作りで、年代を超え人の輪をつくる



宮良一さん

「こうして土をならして、次の作物を植える準備をするんだよ」時間がたつと土壌は酸性化するからね。石灰をまいて中和させるんだよ」

どんな質問にも、優しく、適切に答えてくれる宮良一さんは、横浜YMCA三浦ふれあいの村で活躍中のシニアボランティア、70歳。取材のためお話を伺ったのは、4月から開始の人気プログラム「三ツ星野菜クラブ」の事前準備の日でした。

「三ツ星野菜クラブ」は、自らの手で季節の野菜を育て、自然の大切さ、食べ物への感謝の気持ちを育むことを目的に、家族やグループを対象とした、種まきから収穫までの

農作業を体験するプログラム。今年で3年目を迎えます。宮さんは、担当スタッフ2人と共にこのプログラムの運営を担っています。

数年前に三浦市が主催する「趣味の農業講座」を受講して以来、「農業にすっかりはまった」という宮さんは、自宅近くに約10㎡の土地を借り、時間のある時は一日中、畑で過ごします。「野菜はスーパーが八百屋で買つものとはかかって思っていた。種から育てた作物を初めて収穫した時の感動は今でも忘れません」と宮さんは言っています。以前からふれあいの村で夜警をされていた宮さんは、「三ツ星野菜クラブ」が始まると、「定年を過ぎて一から農業を学んだ素人だからこそ、参加者の気持ちに寄り添えるのではないかと直ぐにボランティアを志願。今では「三ツ星」に欠かせない存在です。

「三ツ星は宮さんあってこそ。私達も一からスタートでしたが、宮さんの豊富な知識に助けられています。今年は宮さんと畑の開墾に挑戦したいと思っています」と話す担当スタッフの言葉にはかみ宮さん。「三ツ星に関わって良かったと思うことは」と質問す



ると、「子ども達と接することができた点です。子ども達からはいつも素直な反応が返ってくる。壁を取っ払って子どもと話している時間がとにかく楽しい」と答えてくれました。

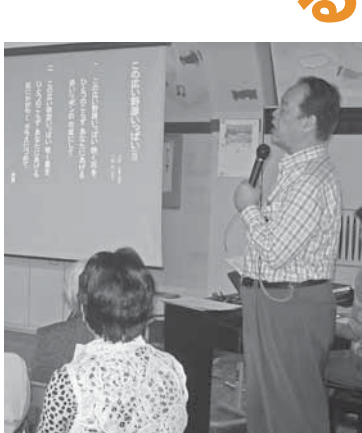
「一応何でもやってみるんだ」という宮さんは、農業の他にも、釣りやゴルフ、野球観戦にパソコン等、非常に多趣味です。「三ツ星」では好きなことを素直に楽しんでいるのであって、「子どもに何か伝えたい」という特別な使命感を持っているわけではないのです。それでも、子ども達と過ごす時間を心から楽しみ、自分の知識を惜しげもなく伝えてくれる宮さんは、子ども達にとってもスタッフにとっても大切な存在です。

(文責・編集部)

声を出して、心の底から歌って人とつながる

東京YMCA南「コミュニティセンター」の入口を入ってすぐ目の前に続く急な階段を次から次へと元気に登っていく人びとの姿があります。気が付けばあつという間に3階の一室は50人ほどの高齢者の方でいっぱいになりました。今日は、月に一度の「YMCAすずらん会」の日です。

者次第。「春の小川」「花の街」「仰げば尊し」と、その日の気分や季節にちなんだ曲が次々とリクエストされ、1時間半ほど歌い通しています。それでもリクエストは最後まで途絶えることなく参加者の大合唱が続きます。



伸びやかな美声で歌唱指導するのは東京世田谷ワイズメンスクワッドの小川圭一さん。曲の合間に挟まれる小川さんの解説に、参加者は相づちを打ったり、曲目への思いを高めます。会が進むにつれ、会場は心地よい一体感に包まれ、一曲歌い終える度にどこかともなく聞こえてくる「歌い終えたな」「名曲だね」の声に、あちこちから共感の返事が返ってきます。

「先日出先でたまたま友人に会って、次回行きましようね」と約束して今回来たんです」とうれしそうに話す60歳の女性は、ご友人と席を並べ、曲の合間や休憩時間に会話を楽しんでいます。また、「YMCAすずらん会」をきっかけに、交流の輪と活動の範囲を広げた方もいらつしやいます。例えば、被災地の仮設住宅等で支援活動の一環として行われた「みんなが歌おうYMCA歌の広場」には、連営ボランティアとして参加する、会の常連の方の姿もありました。

(文責・編集部)

YMCAすずらん会/東京YMCA



毎月第4金曜日開催される「YMCAすずらん会」は、唱歌・童謡・叙情歌を中心、地域の方々が集い、歌や交流を楽しむ「歌声サロン」です。曲

目は、毎回参加者次第。「春の小川」「花の街」「仰げば尊し」と、その日の気分や季節にちなんだ曲が次々とリクエストされ、1時間半ほど歌い通しています。それでもリクエストは最後まで途絶えることなく参加者の大合唱が続きます。

最後まで主役で——とびっきりのバスタイム

とびきりYMCA福祉会 マイホームきよはら

荒井直美 大根田祥子 新田ひろみ 星野亜花音



「高齢者の方々に寄り添って、楽しくケアをしたい」と語るスタッフ

介護の現場では、看取りの介護(ターミナルケア)は避けて通れません。ターミナル(終末期)のケアにあたる私達は「流れ作業になっ

た。まさにターミナル期にあったYさんお風呂に漬かり幸せいっぱいの表情を私達に見せてくれました(写真左)。ターミナル期にあつても「最後まで気持ちよくお風呂に入りたいから」最後の温かさを感じていただくという取組でしたが、バスタブにYさんは息を引き取られました。バスタブで見せてくださった笑顔と表情は私達介護者にとって最高に素敵なプレゼントのお返しとなり、最後まで悔いのないお見送りをすることができました。

ていないか?」「お一人おひとりときちんと向き合えているのか?」そして「自分だったらどうしてほしいだろうか?」と悩んだり、自問自答したりすることもしばしばです。そんな悶々とした気持ちをお風呂の時間を楽しく過ごしていただくこととお風呂の時間を楽しく過ごすこと

私達はこれからも互いに「笑顔のプレゼント交換」ができるよう、日々の与えられた時間を大切にしながら高齢者の方々に寄り添ってケアをしていきたいと思ひます。その人のことを深く知ることができると、深く思い、考えることができるので私達のケアの質は問われます。難しく言えば、その人らしい(個別支援)当たり前の暮らし(自立支援)のサポートの実践ですが、私達はYさんが最後に喜んでくださったように「とびっきりのバスタイム」、こんな感じで楽しくケアの仕事に携わって

「良い匂いだなあ」「気持ちが良いなあ」「幸せです」「とあちこちでうれしい言葉をいただきます」



バスタブの湯船で気持ち良さそうな表情を浮かべるYさん

Tea Time at Swedish Nursing Home



高福祉国家として知られるスウェーデンは、社会福祉をめぐる理念の一つ「ノーマライゼーション」が育まれた地。ノーマライゼーションとは、「高齢になっても、病気になるまでも、障がいがあつても、人には「ふつうの暮らし」を送る権利があり、社会にはそれを支える責任がある」という考えです。認知症高齢者を対象とした、少人数・一般の住宅で地域社会に溶け込みながら生活する「グループホーム」もスウェーデンで生まれました。

そんなスウェーデンでは、Fika(フィーカ)と呼ばれる1日2回のお茶の時間が、どの学校でも職場でも、もちろん老人福祉施設においても、大切なコミュニケーションの手段として持たれています。おいしいお茶菓子とたわいない会話を楽しみながら、人とつながる至福のひととき—Fika。人が人であることを大切にスウェーデンの暮らしには、豊かな高齢期を過ごすヒントがたくさんありそうです。

NEWS

各地の動きをご紹介します。

●「発達障がい児の思春期と性」をテーマにセミナーを開催

——京都YMCA



専門家を交えて保護者、指導者が話し合う機会となった

セミナーを毎年開催しています。セミナーへは、発達障がいのある子ども達の指導に携わる関係者、医療関係者、保護者の方々等、合計51人の参加がありました。

今回は「発達障がい児の思春期と性」をテーマに、「総論」を小谷裕実氏（花園大学社会福祉学部臨床心理学教授、小児科医）、「学校での実践」を原恵理子氏（大阪YMCA国際専門学校高等課程表現・コミュニケーション学科スタッフ）、「家庭での対応」を、女子・男子高校生保護者の方にそれぞれご講演いただきました。

「総論」では、子どもの性教育において、知識を伝えるだけでなく、事例に基づき、当事者の思い、経験等を踏まえ、子どもにとっても身近なことであると伝えることが大切であることが話されました。「学校での実践」では、大阪YMCA国際専門学校での性教育の取り組み事例を紹介し、多様な不登校経験を持つ生徒達に対する学校における取り組みについて、携帯電話の使い方のマナー、人間関係がこじれることで家族・友人・恋人等の距離感がどう変化するかということ、また性への経験不足・知識不足による危険を回避する重要性等が話されました。最後に「家庭での対応」として、女子・男子高校生の保護者より、具体的な事例を交えながら、丁寧に伝えることの大切さ、自分と他者の体と心を大切にすることの重要性等が話されました。

参加者からは、「小・中学生の子どもがいますが、常に気になる問題でありながら、後回しにしがちなテーマを考える良い機会になった」「男子、女子、両方の保護者の方の目線でお話を聞くことができ良かった。この程度は分かってくれるだろうと思わずに、丁寧な説明が大切だとあらためて確認できた」等の声をいただきました。

今後も家庭、学校、地域社会のそれぞれで、できることを補い合いながら、取り組みを続けていきます。

(京都YMCA 藤尾 実)

●第23回日本語弁論大会を開催——北九州YMCA

2月20日、北九州YMCA日本語学校の「第23回日本語弁論大会」が開催されました。留学生の日本語能力向上を目的に毎年2月に開催される同大会へは、各クラスから選抜され、発表の1カ月前から指導の先生と一緒に練習に励んできた学生達が、家族のことから社会問題まで幅広いテーマで個性あふれるスピーチを披露します。

会場には学生や講師のみならず、大学の先生や地域住民の方々も多く来館されます。スピーチの他に、学生による自国の歌や楽器演奏からなるミニコンサート等も実施しており、外国の文化や風習を身近に感じていただけるプログラムとなっています。

第23回大会では、ネパール国籍のアユス・オザさんが優勝、2位と3位には、中国とネパールの学生がそれぞれ選ばれました。ここで優勝したアユスさんの、「うれしいの本当の意味」という題目のスピーチを少しご紹介します。

「うれしい」や「幸せ」は自分の大きな夢の中ではなく、実は身近で小さいことにあるのではないのでしょうか。小さいことの中、例えば、日々時間に追われて生活している私達は、家族からたった1分だけの電話をもらって話せたとき。ああ…うれしいですね。またとても寒い朝に起きた時、友だちが作ってくれた温かいコーヒー。うれしいですね。幸せですね。問い掛けるように進められるアユスさんのスピーチに、多くの学生が共感を覚え、スピーチ後には拍手喝采が起きました。

2位の中国国籍の吳娜さんは、ホームステイ先のお母さんとの絆が日本の有名な音楽グループ「嵐」のビデオを見ることから始まったというスピーチを披露してくれました。「嵐」をきっかけに、日本人を理解し、日本の生活にも慣れることができたこと、「嵐は努力したからこそ、成功したのですよ」と教わり、失敗しても落ち込まず、いつも笑顔で努力を重ねられるようになったこと、そしてホームステイ先のお母さんへの感謝の気持ちが伝えられました。

第23回弁論大会も、心に訴える弁論とみんなの温かい拍手に包まれた素晴らしいプログラムとなりました。来年も行いますので、ぜひいらしてください。

(北九州YMCA ウルジー・ジャワハラン)



第23回大会で優勝したネパール出身のアユス・オザさん

●変化を起こすYMCA地球市民

——日本YMCA同盟



「地球市民」として歩く新たな気持ちが会場に広がった

3月24日、在日本韓国YMCA（東京・水道橋）にてYMCA地球市民育成プロジェクト認証式を行いました。

今年度は過去最大人数（全国から41人、海外から31人）のユースを研修生として迎えました。本プロジェクトは専門知識・領域・経験を問わず、「英語でグローバルな課題を学びたい」「国際協力を仕事にしたい」「共に考え合う同世代の仲間をつくりたい」等、それぞれの目標や志を持つユースを対象に、平和をつくり出す「地球市民」の概念、態度、行動力を学び実践する年間のトレーニングです。

この認証式は、一年間を通して行われたプロジェクトの締めくくりとなります。認証に先立ち、研修生による各地域、各大学でのアクションプランの報告が行われました。「環境・エコを最優先にしたライフスタイル」「フェアな貿易を広めるためにできること」「留学生にも心地良いコミュニティづくり」「東日本震災を風化させないために」等、それぞれの問題意識や取り組みについて発表がなされました。また、本プロジェクトにご支援いただいているYMCAユースファンドの皆様から激励のメッセージもいただきました。

日本全国・アジアのユースとの出会いを振り返り、変化を起こす力は一人ひとりに備わっていること、暴力や犠牲によらない世界や社会を目指すために、自分で物事をきちんと考える姿勢を持ち続けたいとの想いを分かち合いました。

(日本YMCA同盟 佐々木 美都)

YMCA地球市民育成プロジェクト2013年度研修生を募集しています。本プロジェクトに関心がある日本在住のユース（おおむね18歳～30歳、留学生も可）が対象です。専門知識・YMCA経験は問いません。詳しい募集要項は日本YMCA同盟ホームページ（<http://www.ymcajapan.org/>）からご確認ください。6月10日（月）申込締切。

Big Heart Projectとして復興のための活動を継続します

YMCAでは、東日本大震災発生直後からこれまでの2年の間、被災地や全国での活動を展開してまいりましたが、今後も人びとの心に寄り添う支援をBig Heart Projectとして継続していきます（「Big Heart」は英語で「思いやり」「やさしさ」を意味します）。



YMCA Big Heart Projectは、津波による被災地、福島第一原発事故による放射能の影響を受ける地域、そして避難をしている方々が暮らす全国各地で、全国のYMCA・学生YMCA・ワイズメンズクラブが協力して行う、復興のための活動です。

1. 未来を創る子どもたちを育む

子どもや青年が、自分たちの“いのち”を守り、豊かな自然を愛する心を育みます。そして彼らが、未来を創る主人公となるよう、リーダーシップの育成に努めます。

2. すべての“いのち”が光り輝くように

あらゆる世代の人びとのクオリティー・オブ・ライフの向上を支援します。また福島第一原発事故による影響から、子どもたちを守る努力を続けます。