

男遊クラブ

健康な生活をいつまでも!!

10月15日（月曜日）

「中高年の被災者のこころの危機」を学ぶ 学習会・交流会

人生において中年期、高年期を心身ともに健やかに過ごすには、どのようなことに注意すればよいでしょうか？さらに「男遊クラブ」のメンバーのように、その年代で人生にとっての大きなアクシデントに見舞われたとき、不安なところにどのように対処すればよいのでしょうか？

そのような疑問に答える一つのヒントとして、10月の「男遊クラブ」は、東北福祉大学総合福祉学部福祉心理学科教授 学科長 渡部純夫先生をお招きし、「中高年の被災者のこころの危機」を理解する学習会と、交流会を企画、実施しました。

1. 当日の流れ

「学習会」（10:30～12:00）

男遊クラブのメンバー、スタッフのほか、当センターが訪問支援をしている方、白河市民生委員、福島県社会福祉協議会被災者生活支援相談室の方々、計20名が参加されました。



「講師を交えたランチと上映会」(12:00～13:00)

ランチをしながら9月のプログラム「浪江町をめぐる」をスライドショーで振り返ったほか、応急仮設住宅の自治会長をしていた男遊クラブのメンバーがパワーポイントの資料をもとに当時の活動を発表しました。



「交流会」(13:20～14:50)

男遊クラブのメンバーとスタッフ、福島県社会福祉協議会被災者生活支援相談室のスタッフを加えた14名で、講師の渡部純夫先生を囲んで交流会を行いました。



2. 会の内容

「学習会」では、講師の渡部純夫先生から、中年期から高年期にかけて、うるおいのある生活を送るために必要な考え方のヒントや、人生において自然災害などアクシデントに遭遇することの意味についてお話がありました。

人生についてはグリム童話や論語を引用し、「人生は迷う。迷う事こそ人生を知り、豊かにする」という趣旨のお話があり、自然災害などアクシデントに遭遇することの意味については、「体験は人によって捉え方は違うが、その出来事が自分の人生において、どのようなことか意味づけできたり、位置づけがなされると、前に進むことができる。」というお話がありました。

参加者の「日々迷いながら、毎日を繰り返している。その生き方で良いのか？」との質問に対して、講師から「それで良い。朝起きて、一日が始まり、夜が来て、一日が終わる。そうやって毎日を生きるこそ、人生の本質。」というお話がありました。

「交流会」では学習会からの流れの中で、メンバーが自分自身の体験や思いを話したり、講師に質問したりしました。

会が終わってメンバーからは「熱心な先生で、とても具体的に説明してもらえて良かった。あんなに熱心に向き合ってくれる先生はいない。」という感想が聞かれました。

全体を通したアンケートでは、「中高年の心理状態について少し理解できた感じがする。(民生委員)」「被災者のみならず、誰もが生きていくうえで、支えになる話だったと思う。(スタッフ)」「『中年期』というワードが直接的に自分と関係性が薄いように思いながらの参加だったが、周りを取り巻く関係する方々、および家族のことを考え、先生の話しを聞いていた。(関係機関)」など、参加者個々にとって有意義な時間を過ごしていただいたことが分かりました。

スタッフとして「男遊クラブ」の中で、このような会が設けられてとても良かったと感じました。

また、メンバーの皆様には、当日の会場の準備、運営に加わっていただきました。大変お疲れさまでした。