

## 第4課 老化の正体

年齢を重ねることを加齢と言うが、特に人生の盛りを過ぎてからの加齢を「**老い**」、または「**老化**」（エイジング）と呼ぶ。老い、老化した人を「**老人**」と呼ぶのだから、老人介護の仕事をする介護士は、老い、老化について学ぶ必要がある。

しかし、今「人生の盛りを過ぎて」と述べたが、「盛り」とは「最も勢いがある」という意味である。したがって、このような表現をすると、老いは人生の勢いが弱くなってからのことだという否定的な見方をしていることになる。老化を否定的に見ることは、エイジズムという老人差別につながる危険があるから**要注意**だ。



### 第1セクション 老化は特権

中国の始皇帝が不老不死の薬を求めたという有名な話があります。死にたくないばかりか、老いると死ぬから、老いたくもないと考えたのです。しかし、結局そんな薬はなかったし、今後もあり得ないでしょう。人間は必ず老いるし、死ぬのですから。

老いることを嫌ったのは、始皇帝だけではありません。あなたは周りの人が「年を取るのは嫌だ」と言うのを聞いたことがありませんか。年を取れば、記憶力や体力が低下するし、元気もなくなってきました。どんな健康な人でも、死ぬまで20歳の時の状態にいることはあり得ません。

では、嫌われることの多い老化とは、何でしょうか。老化は病気と同じなの  
でしょうか。仏教には、<sup>ぶっきょう</sup>「生老病死」と言<sup>しょうろうびょうし</sup>って、人生の苦し<sup>くる</sup>みが4つあると  
いう考えがあります。この言葉<sup>ことば</sup>から、老化と病<sup>べつべつ</sup>気は別々のものだと言えます。

また、なぜ人は老化するののかについても、これまで多くの人が<sup>けんきゅう</sup>研究してき  
ました。しかし、結局、老化の謎<sup>なぞ</sup>はすべてわかったわけではありません。それ  
でも、最近、人間は<sup>いでんし</sup>遺<sup>せつけい</sup>伝<sup>ねんすういじょう</sup>子が設計した年数以上に長生きができるようになった  
らしいということがわかってきました。遺<sup>いでんし</sup>伝<sup>せつけい</sup>子が設計した年数は、子<sup>う</sup>を産<sup>う</sup>み、  
子<sup>そだ</sup>育てが終<sup>ていど</sup>わる60～70年程度だと考えられています。ごく最近<sup>さいきん</sup>まで人間は  
その程度しか生きられませんでした。ところが、昔<sup>むかし</sup>も今<sup>い</sup>も遺<sup>いでんし</sup>伝<sup>せつけい</sup>子の設計は変  
わらないはずなのに、日本人の平均<sup>へいきんじゆみょう</sup>寿<sup>こ</sup>命は80歳を超えています。長生きで  
きるようになったのは、人間が医<sup>いりょうぎじゆつ</sup>療<sup>しんぽ</sup>技術などを進<sup>しん</sup>歩<sup>ぽ</sup>させてきたからです。その  
おかげで、人間は子<sup>こ</sup>を産<sup>う</sup>み育<sup>そだ</sup>てた後の「おまけの時間」を生きることができ  
るようになったのです。これは他<sup>ほか</sup>の動<sup>けつ</sup>物には決してできないことです。つまり、  
老化は人間の特<sup>とっけん</sup>権と言<sup>い</sup>えるのです。

このように考えると、老化は否<sup>ひてい</sup>定的なものではなく、人間に与<sup>あ</sup>えられた特<sup>とっけん</sup>権  
として、肯<sup>こうてい</sup>定的に考<sup>かんが</sup>えるべきなのです。そして、介<sup>かい</sup>護<sup>ご</sup>士は「どのように老<sup>らう</sup>化と  
いう特<sup>とっけん</sup>権を楽<sup>たの</sup>しむのか」を利用<sup>りよう</sup>者と共<sup>とも</sup>に考<sup>かんが</sup>える必要<sup>ひつ</sup>があるのではないでし  
ょうか。

 **考えよう**

種類 (しゅるい)  
コントロールする

1) 本文に「<sup>いでんし</sup>遺伝子」について書かれていますが、<sup>しゅるい</sup>遺伝子にはたくさんの種類があります。あなたはどんな<sup>いでんし</sup>遺伝子を知っていますか。また、人の行動はすべて<sup>いでんし</sup>遺伝子がコントロールしていると考えますか。

2) 本文に「<sup>へいきんじゅみょう</sup>平均寿命」という<sup>ことば</sup>言葉がありますが、この<sup>ほか</sup>他に、「<sup>けんこうじゅみょう</sup>健康寿命」「<sup>げんかいじゅみょう</sup>限界寿命」という言葉もあります。これらの言葉の意味がどう違うか<sup>しら</sup>調べてみましょう。

健康寿命  
(けんこうじゅみょう)  
限界寿命  
(げんかいじゅみょう)

3) 本文に「<sup>いりょうぎじゅつ</sup>長生きできるようになったのは、人間が<sup>しんぽ</sup>医療技術などを<sup>しんぽ</sup>進歩させてきたから」とありますが、<sup>ほか</sup>他に、<sup>りゆう</sup>どんなことが理由で人間は長生きできるようになったと思いますか。

理由 (りゆう)

## 第2セクション エイジズム

「人間は差別する生き物だ」という人もいます。レイシズム（人種差別）やセクシズム（性差別）。他に、エイジズム（老人差別）という差別。例えば、「老人は不潔だ」「老人は役立たず、社会のお荷物だ」など。極端な例は、「姥捨て山伝説」です。これは、年老いた親を山に捨てるという物語です。

介護士にもこのような老人差別をする人がいます。たまに老人ホームで、「はい、おばあちゃん、おまんまですよ」「あら、おじいちゃん、可愛い」などと介護士が利用者に言うのを聞くことがあります。老人に向かってこのような幼児語を使用するのは、無意識的に老人を幼児と同じ無力な存在だと考えているからです。ある学者は、「年を重ねるから老いるのではなく、年寄りとして扱われることによって老け込んでしまう」と書いていますが、これはまさしくエイジズムの害を表しているのではないのでしょうか。

では、このようなエイジズムの中であって、老人はどのようにして老年期を過ごせばいいのでしょうか。「老いの価値」を初めて認めた心理学者カール・ユングの考えが参考になるかもしれません。彼は、40歳以降を「人生の午後」と呼び、そこからが人間本来の可能性に光が当てられ、長い自己実現の旅が始まるのだと言いました。

介護士は「可愛いそうな年寄りを助けるため」に老人介護をするわけではないことを肝に銘ずるべきです。



 **考えよう**

1) 本文以外のエイジズムの例を挙げてみましょう。

2) 『MANGA 介護の日本語初級』の番外編にエイジズムが表れている場面があります。それはどこで、なぜでしょうか。

表れる  
(あらわれる)  
場面 (ばめん)

3) 本文に老人差別の話が出てきますが、どうして人は老人を差別するのか、考えてみましょう。

4) 本文には老人ホームでの例が出ていますが、あなたなら利用者に対してどのような言い方をすべきだと考えますか。

5) エイジズムの考えは「老人はみんな・・・だ」というステレオタイプの考えです。エイジズム以外のステレオタイプの例を挙げてみましょう。

ステレオタイプ

6) 本文に差別の話が出ています。『MANGA 介護の日本語初級』で、クマリーさんは「いじめ」を受けていると感じていますが、これは「外国人差別」だと思いますか。

### 第3セクション 老化現象

第1セクションで、「老化は特権」と書いたが、実際多くの老人を見ると、  
現実には生やさしいものではないことを実感する。老化は確実に心身機能の低下  
を招いているようだ。以下、具体的に挙げてみよう。

#### 1) 身体機能

- ① 運動機能：筋力は20歳を100とすれば、80歳で60と低下する。だから、運動能力が低下し、運動不足となる。
- ② 平衡感覚：体のバランスを取りづらく、転倒しやすくなる
- ③ 感覚機能：視力の低下、老眼、難聴、味覚の変化
- ④ 免疫機能：インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなる

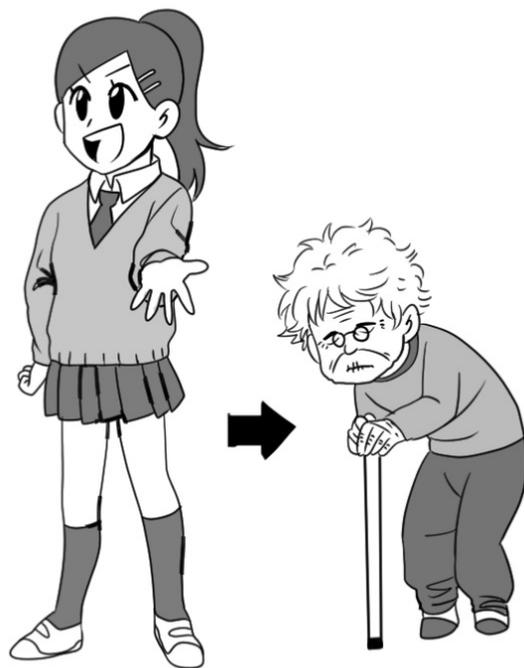
#### 2) 認知機能

記憶力、計算力、思考力の低下—認知症の可能性

#### 3) 精神機能

うつ病、ノイローゼなど

以上たくさん負の側面を見てきたが、もちろん、一人の利用者がすべてに当てはまるとは限らない。介護士はそれぞれの利用者の状態をきちんとアセスメントしなければならない。



 **考えよう**

1) 自分の知っている老人には、どのような心身機能の低下が起きていたか思い出してみましよう。

2) 『MANGA 介護の日本語初級』のサダさんには、どんな心身機能の低下が起きていたか説明してください。

3) 老人は認知機能のすべてで機能低下を起こすと思いますか。老人の方が  
わかもの 若者より ちのう 優れた知能を持ってはいないか考えてみましよう。

起こす  
(おこす)  
優れる  
(すぐれる)  
知能  
(ちのう)

## 第4セクション 価値転換 事例研究

おおのみちこ (84歳) とかわいはなこ (82歳) はとても仲の良い姉妹でした。道子さんは勉強が良くできて、師範学校を卒業して小学校の教師をしていました。結婚後は専業主婦として子供2人を育てました。一方、花子さんは運動が得意な活発な娘で、結婚し、3人の子供を育てながら、農作業もしていました。

せいかく、じそん、きむずか、くら、ほう  
性格は、自尊心が高く、気難しい感じの道子さんに比べて、花子さんの方は、明るく誰からも愛される感じでした。

二人は生まれてからずっと同じ町に住んでいます。家も近く、車で10分しか離れておらず、お互い助け合って生きてきました。

ところが、しあわ、とつぜんふこう  
ところが、幸せな生活を送っていた二人に突然不幸がやってきました。花子さんが62歳の時、ご主人が交通事故で亡くなり、道子さんが65歳の時に、ご主人が心臓発作で亡くなったのでした。

さび、ひた、しゅうとめ、う  
花子さんは寂しさに浸る時間もなくて、姑の介護をしながら農作業に打ち込みました。しかし、道子さんの方は、子供たちが巣立ち、大きな家に独居となり、寂しい日々を送ることになりました。

その後、花子さんは70歳を超えてから、近所の老人会で知り合った75歳の男性と親しい関係になり、週に2、3回一緒に食事や旅行を楽しむようになりました。まさしく、第二の青春を過ごしているかのようです。家族も温かくそれを見守っています。

一方、道子さんの方は、独居生活を続けていましたが、1年前から肺炎で何度か入院したため、また以前から足腰が悪く、転倒のリスクも高くなっていたため、子供たちは相談して、近くの老人ホームに入れることにしました。道子さんはしぶしぶ老人ホームに入居しましたが、内心はとても不満でした。自分を同居させてくれない子供たちを恨みました。そして、そんな自分の人生に絶望感を抱いています。だから、ホームでも他の入居者とはほとんど交流のないまま、自分の部屋に閉じこもっています。

いじょう かくう  
以上は架空の話ですが、現実<sup>じつじ</sup>にありそうな話です。老年期<sup>らうねん</sup>になって配偶者<sup>はいぐう</sup>を  
な  
亡くすという同じ喪失体験<sup>そうしつたいけん</sup>をした二人の姉妹が、その後違った人生を歩いてい  
るのがわかりますね。介護士には、老年期において人生の価値観<sup>かちかん てんかん</sup>を転換すること  
の大切さや困難<sup>こんなん</sup>さを理解<sup>もと</sup>することが求められます。



 **考えよう**

1) 本文の例以外にどんな喪失体験があるか挙げてみましょう。

2) 本文では親と子供家族との同居問題が取り上げられています。

『MANGA 介護の日本語初級』第9話でも同じ問題が出ていますね。

あなたはこの問題についてどう考えますか。あなたの国ではどうですか。

取り上げる  
(とりあげる)

3) もしあなたが道子さんの老人ホームの介護士だったら、道子さんには  
どのように対応しますか。