

高齢者の生活

岩出中学校 一年 田中 涼

皆さんの周りには、高齢者の方々がいます。その高齢者の中には、手足が不自由だったり、目が見えにくい・耳が聞こえにくい、ということもあると思います。そういった高齢者の方々は、毎日どんな生活なのでしょう。

私は小学六年生の時、高齢者疑似体験をしました。そこでは、特殊眼鏡や耳せん・身体や手足に重りをつけたり、ひじやひざにサポーターなどをつけたりしました。その状態で言われた本のページ数を開くことやコップに水を注いだり、階段の昇り降りなどをしました。最初は思ったよりもひざがあがりにくく転けそうになったのを覚えています。その後も本のページ数が分からなくて本をすごく近くで見たり、コップに水を注ぐだけでも、腕があがらなかつたり、力が入らなかつたりなどという事がありました。階段の昇り降りでは足があがらずつまずきそうになったり、友達の手を貸してもらわなければ降りられなかつたりしました。その時、高齢者疑似体験をしてくれている人が、「階段などに手すりがあるのは高齢者の人達が昇りやすいため」だと教えてくれました。他にも、街中の字が大きく書かれていたり、階段じゃなくスロープにしたりしているのは、高齢者の人達のためなんだと思いました。

体験後は、高齢者は大変だなと思うようになりました。私のひいおばあちゃんは、特に耳が聞こえにくかったです。ひいおばあちゃんと話す時は大声で話したり、「こんにちは」は礼をして、「さようなら」は大きく手を振りました。そうすると伝わってひいおばあちゃんも返してくれました。伝わった時は、安心しました。と、同時に「やっと伝わった」とも思いました。でも、「やっと伝わった」という思いの中には、正直疲れたという気持ちもありました。私はこの体験をして、このような事を思った自分に後悔しました。ひいおばあちゃんもなりたくてなったわけではないし、自分もいつかは、こうなってしまうのに、このようなことを思っただけは、いけないと思いました。

私は、この経験を生かして、大変な高齢者の人達に役立つことをしていきたいです。そして、高齢者の人達ができるだけ安全に暮らせる社会にしたいです。例えば、私達にできることは、周りの高齢者の人達の面倒を見たり、困っている高齢者の人達を助けることなどです。

「平成二十九年度版 高齢社会白書」によると、高齢者は転倒事故が多く、特に七十五歳以上になると骨折を起こす割合が増えています。でも、高齢者の人達の面倒を見るだけでも、高齢者の人達が転けてしまうことや、骨折してしまう事が少しでも減るかもしれません。

高齢者生活が大変だと知った今、身の周りの高齢者の人が困っていたら、私は重い荷物を持って手を引いてあげたり、「大丈夫？」と声をかけたり、寄りそって、手助けして、今、自分ができていることをして苦勞を減らしてあげたいと思っています。