

老いの課題をみつめて

～「対話」、人と出会い、自分と出会うために～

金曜日 13:30～15:00



老いをどのように受け止めたら良いのか…、漠然とした不安の中で、信仰は持っていても、自分と他者にどのようにどのように向き合っていけばよいのか、迷い、悩みます。老い行くための勇気を見つけるには、何が大切になるかについて考えます。

講師 岡崎 清子 (心理カウンセラー)

日程 9/29 10/13 10/27
11/10 12/1

* お申込・お問合せ

一般財団法人真生会館

〒160-0016 東京都新宿区信濃町 33 番地 4

Tel 03-3351-7121・Fax 03-3358-9700

E-mail gakushu@catholic-shinseikaikan.or.jp

URL <http://www.catholic-shinseikaikan.or.jp>

* 申込書

(受講料:一回毎 ¥1,000)

老いの課題を見つめて～

お名前

ご住所:〒

連絡先:TEL

E-mail

老いの課題をみつめて

～「対話」、人と出会い、自分と出会うために～

- 1 老い——新たな課題を突きつけられて
老いを直視し受け入れていくことの難しさ
- 2 ライフサイクルにおける老年期の位置づけ
老いへの葛藤と受容
- 3 「対話」、人と出会い、自分と出会うために
夫婦で迎える老年期
- 4 さまざまな体験に向き合う
配偶者との死別と適応 自己の死の受容
- 5 人生の完成の時——老いを神の命の中で受容し、委ねていく
確かな価値観と人生観を求めて

■高齢者に向けて、老後の生き方を指南する本をよく目にするようになりました。背景には、「老後の」あり方の時代変化があります。昭和のころは、老後の理想の姿として持つこともできた隠居生活を楽しむ——正社員として企業で働き、定年退職し、退職金と年金で老後の生計を立て、子や孫に囲まれて安らかな日々を送ることは、多くの人には夢の生活になっています。加えて、社会の変化が遅い時代には、年長者の経験や意見も、それなりに尊重されていましたが、高齢者の古い経験は敬われなくなっています。

さらに、経済の発展を最優先して走り続けてきた日本社会の歪みは、家族のありようを変化させ、高齢者の激増と相まって、誰もが、いずれは他の人の助けを借りなければならない時代を迎えています。

■平均寿命が伸び、高齢化が急速に進んだ日本社会の中で、老後は幸せな晩年ではなく、不安で不透明な未来へとイメージを変えつつあるのが現状です。このような状況の中で、「**老いが人生の完成の時である**」ことをしっかりと認識し、負の感情を抱かずに受け入れ、落ち着いて高齢期を生きていくには何が大切になるのでしょうか。それにはまず、私たちひとり一人が自分の老いとどのように対峙しているのか、老いを受容していくためにはどのような心を培えばよいのか、しっかりと自分自身に向き合い、自分を知ることが求められているのではないかと思います。

■老いには、たくさんの苦難が待ち受けています。老いとは、いわば「自分自身を知る」ための「場」。老いの苦難に向き合う者は、深く自分自身を知っていきます。この講座では、老いゆくための勇気を見つけるために、「**自分自身を知る**」とはどういうことか、またその意味について、老いの道程で出会うさまざまな心の悩みを取り上げて考えてみたいと思います。それはまた、私たち人間のいのちの尊さをあらためて確認していくことにも繋がっていくのではないかと思うからです。