

3 声を掛け合おう。誘い合おう。

現在、地域では、高齢者が増加しています。高齢者にとって、繋がっている人や見守ってくれる人が身近にいることは、大きな支えになります。地域住民を大きな家族のように見立て、地域全体で繋がり、見守りあう関係をつくっていったらどうでしょうか。

そのためにも、まずはどんな人が同じ地域に住んでいるのか、お互いに把握することから始めてはいかがでしょうか。例えば、月に一度の「お茶会」や「おしゃべり会」を地域で催してみるのもいいでしょう。そうした会が回数を重ねて、信頼感が深まれば、お互いの悩みを相談しあえるようにもなり、気づかいや支え合いが自然と地域で生まれてくることになります。

まずは、気軽に声を掛け合い、誘い合うことから始めてみませんか。

【事例：地域を活性化させる高齢者のサークル】

臼井台地区では、4つの自治会（臼井台区、大名宿、ニッコー団地、野口会町会）が協力して、地域に高齢者が増えてきたことから、集まれる場所づくりをしようと呼びかけ、民生委員等も協力し、「いきいきクラブたぐり」という団体を12年前に立ち上げています。この団体は、原則75歳以上の方を対象に、毎月テーマを決めて、介護予防講習や地域の中学生との交流、みんなで歌を歌ったり、おやつを食べての談笑など、気楽に参加できる会を目指して活動しています。

この活動に参加することで友達もでき、家に閉じこもりがちだった方が外に出るきっかけにもなったとのこと。

また、参加している人の中には、自分の能力を活かして、広報や運営などに協力している方もいます。今後とも、現在活動に参加している人だけでなく、いろいろな人を巻き込んでいくことを意識しているとのこと。



<いきいきクラブたぐりの様子（臼井台青年館）>