連載コーナー

■福祉のまち／安心して暮らせるまち“みはら”とは　Vol. 5

高齢者福祉「ふれあいいきいきサロン」

見えたぞ！地域で支えあう協働の姿

高齢者同士が支え合うというその現場は？

前号にて、三原市が策定した「長期総合計画～福祉のまち／安心して暮らせる“みはら”」の説明を掲載しましたが、その中で高齢者福祉の一環として行われている“ふれあいいきいきサロン”にスポットを当ててみました。

“ふれあいいきいきサロン”は、高齢者が住みなれた地域で生きがいをもって暮らせるよう地域の方やボランティアの方と協力し、家庭に閉じこもりがちな高齢者に積極的に参加いただき、健康で生きがいをもって暮らせるようにと現在市内38ヶ所で運営されています。

今回は去る5月25日(日)に三原市中央公民館にて行われた、宮沖3丁目の方で構成されている「ふれあい仲間むつみ会」の取材を行いました。

◆ふれあい仲間むつみ会代表田原氏

会の代表である田原寅直さんにお話を伺いました。

―設立の経緯と活動内容について教えて下さい。

市役所の方から話があり、高齢者同士の交流を目的に設立しました。特にひとり暮らしの高齢者にとって、この会から新しい繋がりができて有意義な会になればと期待しています。

活動内容としては、今回はみんなで食事を作りましたが、風船を作ったり体操を行ったりと高齢者同士がコミュニケーションを取れる活動内容となっています。昨年12月に第1回目を行い、今回が5回目となります。メンバーは現在18名です。

―ボランティアの協力について教えて下さい。

現在3名のボランティアの方に協力をいただいています。会の運営に関するお手伝いをしてもらい、大変助かっています。また、今回は食事を作るということで、保健師や栄養師の方に講演をしてもらい、食生活改善推進委員の方にはボランティアとして、お手伝いをしていただいています。会の運営を行う費用についても、市からの補助金で賄っています。

―これからの活動について教えて下さい。

高齢化社会が進展し4人に1人が高齢者という時代です。とかく閉じこもりがちになりやすい高齢者が、こういった会により少しでも生きがいをもって元気で暮らしやすい社会となるよう今後も活動を行っていきたいと思います。

今回ボランティアとして参加いただいた方や食事の献立から料理作りに協力いただいた食生活改善推進委員の方にお話を伺いました。

◆ボランティアの方

地域にすむ住民の一人として、何かお手伝いできる事はないかと思い参加しました。会の準備や後片付けのお手伝いをしています。こういった会を通して、高齢者同士のコミュニケーションが図られ、いきいきと暮らせる社会になればと思います。

◆食生活改善推進委員の方

食事の献立や料理作りのお手伝いをしています。一番悩むのは献立を何にするかですね。栄養のバランスを考えながら、高齢者の方が食べやすいものを考えています。健康でいきいきと暮らすには、毎日の食生活は重要ですからね。

必要！　運営などに関する協力者。さらなる展開を期待します！

今回の取材を通して、高齢化社会が進む中、高齢者同士がふれ合える場の環境作りは、今後ますます重要になってくると感じました。それと同時に、このような“ふれあいいきいきサロン”が各地で活発に繰り広げられるためには、行政のサポートとボランティアの協力が必要不可欠であると感じました。さらに言えば、社会的にあまり認知されていない段階の今は、このような活動が地域に根づくまで行政側の積極的な援助が必要なのかもしれません。この点に注目すれば、今回のサロンに協力をしていた「食生活改善推進委員」の二人は、行政から指導を受けてその資格を取得した方で、ボランティアとして地域に貢献しているその姿は、行政の援助の一部の表れで、今後に期待が持てました。

このような行政、住民の取り組みの積み重ねが、住民一人ひとりが、何らかの形で社会に貢献するという意識をもつ事に繋がってゆくと思います。そしてその先には、福祉のまち／安心して暮らせる“みはら”のまちが見えてくるような気がします。

今回は地域経済連載を掲載していません

(株)クライム　(株)キヨーデン　共和不動産(株)　共立電機産業(株)　(株)京屋　キリンビール共栄商事(有)　キャメル　スナックギフト　キダニ衣料　(株)喜多　(有)岸本建設　キカワ歯科医院　完山商店　カンモト・ワーク・ビュー　関西薬品(株)　関西通商(株)　関西機工商会三原営業所　(株)ガルバ興業　しまなみしんきん　(有)カメラのファースト　(有)上田商店　(株)カネツナ　カネダ漢方薬品(株)　レストランかねしょう　(有)加藤食品　(株)勝村木材　勝村商店　(有)勝原不動産　ピアノラウンジ笠下工務店　尾道ダイハツ販売三原　(株)マネージメント・ブレインズ 小野税理士事務所　(有)お茶の平野園　オクノブ食品(株)　(株)オギロパン　岡本電機(株)三原営業所　(株)岡崎商店　大成土地家屋調査士事務所　大東印刷(株)　大下建設(株)　(有)エルサ　(有)ゑびす家　(株)エヌワイティグループ　NRK保険事務所(有)　エトワール大池　(有)栄和商事　宇野税理士事務所　うな中　(株)ウツミ　USUKEBOU　上田正樹公認会計士事務所　上田鉄工(株)　(有)上田製版印刷所　糸崎木材(株)　スナック石垣　居酒屋あやか　(有)池本興業　イオン(株)・ジャスコ三原店　あまの歯科・矯正歯科クリニック　浅田公認会計士事務所　(有)安芸緑化機材　Ⓐ赤谷木材(株)　(株)赤石硝子建材　(株)愛和テクニカルサービス　アイワ建設(株)　アイフルホーム三原店　iSグループ

田辺製麩工場　たなかの「ラーメン家」　(株)田中組三原支店　田中運輸(株)　竹野八百屋　(有)高山ペットショップ　(有)田尾石油店　建設業(有)大陽　ダイヤ石油(株)三原給油所　タイヤコーナーシゲタ　(有)大日ヘルスショップ　大同建設株式会社　(有)ダイショウ車両　(株)大建組　第一歯科医院　ソナリア&ベッド館　セブンイレブン三原宮浦店　セブンイレブン三原駅前店　誠和工業(株)　(株)セイム　(株)スミダ　砂田歯科医院　(有)砂田建設　新宅建設(株)　フォレストセレモ新栄会館　如水館中学高等学校　城南観光　(株)正田文華堂　順勝寺　スナックジュリアン　(株)住創　スナック娑羅　シャトー・ラフォン・ロシェ　写真のビッグ　島本建設(株)　スナックシティワン　(株)シゲモリ本店　山陽製粉(株)　(有)山陽高速印刷　山陽建設(株)　広告・サイン・印刷 三洋企画　三陽環境管理(株)　三豊建設(有)　三協アルミニウム工業(株)　三基工業(株)　(株)澤井製作所　(株)サツキ工業　佐竹工業(株)　さくら保険　あなたの町の郵便局　サイクルショップうらさき　(株)サービスセンター　五洋医療器(株)　小松木工(名)　(株)コマツ　ベーカーズプレイス クレール　(株)コパックス　小島洋紙(株)　(株)コグマヤ　広陽フッソ産業(株)　河城石材店　晃栄不動産(有)　広愛産業(株)　(医)仁康会 小泉病院　藝陽日日新聞社　芸備燃料 市内4S・S　啓誠塾　栗政電機産業(株)