

なんも・なんも 16号

石山・澄川・芸術の森地区



孤立を防ぐための取り組み

芸術の森地区にお住まいの方から聴いたお話をします。

「うちはこういう世帯です！」

「自分は今こういう状況です。何かあったら助けを求めるかもしれません。」

このように、近所の方や近所のコンビニの店員さんに伝えたそうです。困ったときに1人、もしくは家族だけで悩むよりも誰かに頼りながら無理せずに自分らしく暮らしていく為に行つたと仰っていました。

さらに旅行等で自宅を空けるとき…

「旅行へ行くため、家を数日間留守にします。」

そう近所の方に伝え、旅行を楽しまれたそうです。このように一言伝えておくことで、新聞が溜まってしまっても、自宅の電気がついていなく1日中真っ暗でも、近所の方は心配せず安心して過ごせる、そう教えていただきました。

1秒もかかるない言葉が、人と人のつながりを作る

最後に「何かあったら頼らせてね。」たった1秒、たった一言で自分の気持ちが救われる仰っていました。住み慣れた地域でこれからも気持ちよく、そして楽しく暮らしていくために、まずは自分からSOSを発信していくことが大切である、と。

- 相談していいのかな
- 迷惑じゃないかな
- 他人に話すなんて…



「ちょっとだけ見守っていてほしい」

1秒もかかるない言葉で伝え、
不安を取り除き
自分らしく生活しましょう。

2023年5月14日 石山地区 ヒルタウン町内会 意見交換会



石山地区ヒルタウン町内会では、町内会役員や班長の方、さらに4つの専門機関を交え、町内会の見守り活動に関する情報交換および意見交換会を実施いたしました。

役員の方、班長の方々から貴重な意見と見守りに対する重要性等を聞くことが出来ましたのでいくつか紹介します。



ヒルタウン町内会を「ながら散歩」している。しかし、外に出る高齢者が少ない印象。外出する方が増えるとより良いと思う。また、孤立世帯は1人暮らしだけでなく、高齢者の夫婦も多い。何をしたら良いのか、どこに相談したら良いのかわからない方が増えてくるのではないだろうか。これからも長く自分の自宅で過ごしていくには、ヒルタウン町内会も集まることが大事。若い方とも積極的に関わっていくことが必要だと思う。

見守らなくてはいけない方に対し、**民生委員1人**では助けられない。班長や役員が3か月に1回程度集まり、会議や情報共有を行い、どのように見守って行くか、活動していくか方針を決定したほうがいい。

パークゴルフ等体を動かすと良い運動になるし、自然と人と集まる機会にもなり、仲間が増える。高齢者が孤立しないように集まる場があればなお良い。

地域に住む役員の方々、班長の方々の意見を肌で感じることができ、大変良かったと感じています。見守り活動に難しさはなく、外出した時に「カーテンが閉めっぱなしじゃないかな」「新聞溜まり過ぎてないかな」等、さりげない行動だけで良いのです。習慣化すると、何かあったときの「異変」に気付くことができ、高齢者の孤立を防ぐことが出来るのです。

支え合える、見守り合える地域作りをお手伝いいたします！