

地域によるのための介護予防



与座コミュニティセンターで毎週木曜日の午後、「ふれあいサロン あしびなー」が開かれ、80代から90代の高齢者が集まり、健康体操やグラウンドゴルフ、手工芸などを楽しんでいます。

8年前からスタートした「あしびなー」は、社会福祉協議会の地域デイサービスとは異なり、介護予防・生活支援を目的に地域の人が高齢者を支えるために行われています。

今回、団体の代表者や社会福祉協議会の生活支援コーディネーターに話を伺いました。



苦労の先にあるみんなの笑顔のためにふれあいサロンあしびなー代表者 玉城 一恵さん

あしびなーは、高齢者に外へ出てもらうことで、地域の高齢者の状況を確認できるメリットがあります。

参加してもらう高齢者には、自分で手を動かし、何か一つのを達成してほしいと思っているので、比較的簡単にできる内容を選んでいきます。毎週開催しているので準備などは大変ですが、高齢者の皆さんがよることになるので、それがやりがいになっています。一緒に中心となって動いてくれる宜野座君枝さんや玉城信子さん、自治会も協力的で、とても助かっています。

しかし、私たちより若い世代の加入がないため、後継者がいないのも現状です。今は運営できていますが、私たちがさらに年齢を重ねたときに、続けられるか不安があります。若い人にも多く参加してもらい、後継者を育てて地域の人々が長く元気でいられるようにしたいですね。



あしびなーは、高齢者に外へ出てもらうことで、地域の高齢者の状況を確認できるメリットがあります。

参加してもらう高齢者には、自分で手を動かし、何か一つのを達成してほしいと思っているので、比較的簡単にできる内容を選んでいきます。毎週開催している



あしびなーのほかにも、市内に住民主体で活動している団体がありますが、このような団体があることで、地域で高齢者を見守ることができそうです。高齢者が家にこもるようになっていたり、介護サービスを受けてしまうと、もとの生活に戻ることが難しくなります。そのため、高齢者が地域と関われるような環境づくりは大切で、私たち生活支援コーディネーターは、その活動を見守りながら、時には相談を受けて活動を支援しています。

社会福祉協議会も地域デイサービス事業など、介護予防事業を実施していますが、それでも不足する部分が出てきますので、地域の高齢者を優しく見守る活動が広がってほしいと思います。

糸満市社会福祉協議会
生活支援コーディネーター
景山 由美さん



古今無双! ノリ子おばあちゃんとの対決

