

安心のまちづくりのために

第39回

高齢者の暮らしを考える

日本は、世界でも例を見ないスピードで少子高齢化が進行しています。それに伴い医療・介護のサービス需要が増加しています。介護保険法の改正により今までのサービスに加えて、地域住民が主体となって介護予防のサロン運営や生活の困りごと支援を行う仕組みをつくっていこうと去年の4月から「総合事業」がスタートしました。

総合事業の通所型サービスBとして市の委託を受け、意欲的に活動されている「五反田サロンたんぽぽ」の皆さんにお話を伺いました。

インタビュー

住民主体通所型サービスB

「五反田サロンたんぽぽ」



たんぽぽの活動について

週に1回、地域の高齢者のための介護予防を目的に活動しています。

茶話会や介護予防運動は必ず行い、時には理学療法士や薬剤師を招いて勉強会なども行います。

3年前に、地域の集会所を使って皆で集まって楽しく交流できる場をつくりたいという想いでサロンを立ち上げました。

運営メンバーと協力し第五地域包括支援センターのサポートもいただき活動を続けるなか、総合事業としての運営に発展していきました。地域包括支援センターが身近な存在で支援してもらえるのが、とてもありがたいです。

地域の交流のきっかけ

皆で集まる場を作ることが、介護予防の取り組みや地域の交流のきっかけになったんですね。

五反田町は1丁目から5丁目まであり、お互いが顔を合わせる機会が少ない状況でした。このサロンを通じ、顔見知りになり、交流が深まったと思います。参加者も開設当初の倍ほどの人数になり、地域の方に喜んでもらっているのが嬉しいです。

誰かのお世話になる可能性はどんな人にもあります。元気なうちに地域の人とのつながりを作っておくことで、お互い様の安心した関係のなかで暮らすことができます。皆で介護予防に励み、できることをできる範囲で続けていくと共に交流によるネットワークを広げていけたらと思います。



五反田サロン たんぽぽのスタッフの皆さん

「五反田サロン たんぽぽ」は当初から意欲的に活動されているサロンの一つでした。『いきいきサポーター養成講座』や『元気アップリーダー養成講座』を修了された運営メンバーもいて、活動も充実していき通所型サービスBに発展しました。サロンを通じて私たちも地域の方と顔の見える関係性が築け、地域のお話や困りごとでも聞くことができています。これからも楽しい時間が過ぎる場が続くよう、支援を行っていききたいと思います。

第五地域包括支援センター 生活支援コーディネーター 富田 和也さん