

インタビュー

# 住民主体型通所型サービスB

## サロン優(駅部田町)の活動について

介護予防・日常生活支援総合事業の中に、これまでの専門的な介護サービスに加え、地域の方が主体となって運営している介護予防のための集いの場「住民主体型通所型サービスB」があります。

現在、市内6カ所で活動中であり、今回はその中から「サロン優」の小阪代表とスタッフ4人に話を伺いました。



(後列・左から)森田さん・中井さん・辻さん  
(前列・左から)堀田さん・小阪さん



### サロン優の活動について教えてください。

一人暮らしの方が参加条件のサロンです。4時間程度の開催時間内で、介護予防体操、三味線教室・ギター教室、講演、音楽鑑賞、人形作り、茶話会、マジック教室など様々な活動を行なっています。以前は月に1回の開催だったので、参加者の皆さんから好評で、開催回数を月に6回に増やし、昨年の7月からは住民主体型通所型サービスBとなりました。

### 4年前から活動されていたということですが、活動のきっかけはなんですか？

民生委員の活動を通じて、子どもが県外にいるため一人暮らしをしているという方が地域に多くいることを知りまし

### 活動を続ける上で大切なことはなんですか。

た。「今更自分も県外に行く気はないけど、心細い不安」というその方たちの声に応じて、集える場所を作ろうとサロンを始めました。始めてみると、同じ地域に住んでいるのに知らない方が多いことに驚きました。しかし、回数を重ねるごとに、参加者同士が仲良くなっているようにとても嬉しいです。最期まで住み慣れた場所で暮らしていくためには、つながりが無いと難しいと思います。同じ地域に住む者同士、絆を深め助け合っていきたいです。

### 仲間です。立ち上げ当初は大変でしたが、手伝ってくれる仲間が増えました。そして「限りなく優しく」を心がけて、笑顔を増やせるように活動しています。

仲間です。立ち上げ当初は大変でしたが、手伝ってくれる仲間が増えました。そして「限りなく優しく」を心がけて、笑顔を増やせるように活動しています。

### スタッフの声

●中井さん

ちょうど仕事を辞めたタイミングで、サロンの立ち上げからお手伝いするようになったのですが、私も最近一人暮らしになったのですが、周りの方に励まされ、支えてもらっています。集いの場があつて本当に良かったと感じています。

●堀田さん

ここは爆笑が起るサロンですよ。近所づきあいが減った今、こんな風楽しく気楽に過ごせる場所があるのはありがたいことです。みんなで集えば、前向きな気持ちも参加者の皆さんに伝わり、参加するのが楽しくなっています。

●森田さん

自分が住んでいる地域のことなので、協力していきたいです。仲間がいるということは、心強いです。

●辻さん

1年程前に小阪さんに誘われて参加しました。何歳になっても三味線やギターなどを習うことは刺激があり、良いなと思います。いつも和気あいあいとした雰囲気を楽しんでいます。

### 最後に一言

「やる以上は一生懸命やる」というのが私のモットーです。本日、都合がつかず欠席したスタッフがもう一人(松岡さん)います。今後も、参加者やお手伝いしていただける皆さんと一緒に楽しい時間を共有していきたいと思ひます。

【問】 高齢者支援課 ☎53-4099