

インタビュー

地域に広がる助け合い活動

春日町お助け隊

高齢になっても安心して地域で暮らしていくため、地域の助け合い活動が広がりつつあります。「春日町お助け隊」では庭の草抜きや家の片付けなど生活の中のちょっとした困りごとを地域の住民同士で助け合う取り組みを行っています。今回はその「春日町お助け隊」の皆さんにお話を伺いました。

春日町お助け隊の活動について教えてください

春日町では平日の朝にラジオ体操を行っているのですが、参加しているメンバーでいつも使っている公園の草抜きをするようになりました。その中で、「自分の家の草抜きがなかなかできなくて困っている」という声を聞き、お互いが助け合いながら草抜きをするようになりました。それがきっかけで「春日町お助け隊」が発足し、地域の住民同士が助け合うようになりました。今では草抜きだけでなく、



家の片づけ、通院、買い物のお手伝いもしています。お助け隊の活動をするポイントが貯まり、景品がもらえるので、活動する楽しみもあります。

活動するにあたって大事なことを教えてください。

気楽に助け合える関係性が大事です。自分たちが住み慣れたところでいつまでも暮らしていくために活動を始めましたが、支える側も高齢になり、活動を続けていくことは簡単ではありません。しかし、気心が知れた住民同士が助け合い活動をするこで地域の絆も深まりました。活動をする中で、野菜の栽培の方法などを利用者の皆さんに教えていただくこともあり、この活動が支える側にとっても生きがいとなっています。

第一地域包括支援センター
生活支援コーディネーター
松尾さん

春日町お助け隊は、ラジオ体操で集まる中で自然にできたグループであるからこそ、皆さんが楽しく活動され、関わり合うことでお互いが元気になれるのだと感じています。「誰かを助けたい」という思いだけでなく、「楽しんで活動したい」という思いが皆さんの原動力となって活動をされているのかなと思います。春日町お助け隊のような活動が、松阪市全域に広がるといいですね。

利用者の声

顔の知った方が来ていただけるので、頼みやすさがあります。私自身も高齢になり、身の回りの片付けなどできないことも多くなってきましたが、地域の方に助けていただけるので、本当にありがたいです。

【問】 高齢者支援課 ☎53-4099



【写真】左から 利用者さん、徳田さん、川喜田さん、宇城さん