



インタビュー

ふれあいまつさか

地域に広がる助け合い活動

住み慣れた地域で安心して生活するため、庭の草刈りや電球交換などのちょっとした生活での困りごとを住民同士で助け合う活動が広がっています。

今回は黒部地区を中心に地域で助け合い活動をされている「ふれあいまつさか」の西浦さん、杉元さんにお話を伺いました。



ふれあいまつさか (左) 杉元 やす子さん (右) 西浦 恵子さん

「ふれあいまつさか」を
立ち上げたきっかけと
活動内容は？

「身近に頼れる親族がない高齢者の助けになれば」と思ったことがきっかけで「ふれあいまつさか」を立ち上げました。一人の活動に対して、30分500円でごみの処理や草刈り、買い物代行など生活に関わる困りごとのお手伝いをしています。最近では依頼も増えて忙しくなりました。皆さま方から感謝の声をいただけると嬉しいですし、私たちができることはやりたいなと思います。

活動を続けるために
大事なことは？

自分たち自身が、無理をしないことが大切です。以前は時間も無制限だったのですが、1日最大3時間の制限を設け、負担がかかりすぎないように改善しました。現在、活動のお手伝いしてくれる方も募集をしており、助け合いによるつながりを広げていきたいと考えています。



今後の抱負

地域をより良くするため、子ども食堂も別の団体で行っているのですが、多世代との交流をすることでお互い刺激や元気をもらえると思うので、いつか子どもたちと高齢者が交流できる場所を作るなど、これからも地域の元氣のためにチャレンジを続けていきたいです。

村田泰彦さん
(第四地域包括支援センター
生活支援コーディネーター)

1人暮らしや高齢者世帯が増えてきている中、草刈りや家の整理などちょっとした生活の困りごとへの支援を必要とする人が多くなってきました。「ふれあいまつさか」のような支え合い活動が広がることで、お互いが助け合う繋がりのある地域づくりをめざしてサポートしていきたいです。