

# 阿南 ぶらりまち紀行

ふるさと「阿南市」のすばらしい魅力を再発見!

～地域の輝き～

第151回



## ひまわりご近所デイサービス

口腔体操をするひまわりご近所デイサービスのスタッフと利用者



徒歩で集会所に集まる



脳トレゲーム

高齢になれば、私たちは介護保険サービスを受けることができる。けれども制度によるサービスだけでは対応できない困りごともある。昔は困ったときに近所の人や駆け付けてくれたり、地域の人のところへ気軽に出かけたり、心配ごとを相談しあったりした。一人暮らしの高齢者も、近所に頼れる人がいれば安心して楽しく生活できる。こうした地域のつながりはどんな方法で再生できるだろうか。

那賀川町大京原地域の「ひまわりご近所デイサービス」は、毎週火曜日の午前10時～午後1時に大京原集会所で、いきいき100歳体操、食事会、レクリエーションなどを行い、歩いて来られる距離に住む高齢者20人ほどが参加している。昨年5月に代表の西野貞江さん（72歳）が、「地域の人に元気で長生きしてほしい」と近所の人たちに声をかけ、婦人会を中心に12人のスタッフが集まって活動が始まった。

ご近所デイサービスの魅力は「ざっくりスタッフも利用者もみんなが顔見知り」だということ。男性も女性も、気楽にお



「月が～出た出た月が出たヨイヨイ」



手作りのおいしい食事をみんなで

しゃべりを楽しんでいる。ご夫婦で参加している中山住子さん（89歳）は、「みんな優しくて雰囲気がいいから楽しい」と話す。

この週1回の取組で、地域のつながりが強くなった。利用者はご近所デイサービスにすることが習慣化。来れない人がいれば体調を気遣ってスタッフが電話をかけた。食事のお弁当を家まで持っていくたりする。スタッフ同士の仲も深まったそうだが、スタッフの高木 操さん（71歳）は、「1人では何もできないけれど、活動の『木』が1本立てば、ボランティアの『根』が広がる」という。「ひまわりご近所デイサービスは、代表の西野さんが大木で、ほかのスタッフは根になって、みんなの力で運営しているんです」。

みんなで作るひまわりご近所デイサービスは、地域にしっかり根を張って、頼れる地域のつながりをつくっている。

ご近所デイサービスについては、お近くの高齢者お世話センター、介護・ながいき課（☎22-11793）にご相談ください。