

きいちゃんの いきいき支え合い通信

この通信では、地域の「顔が見える」関係の中で、日常生活の困りごとを助け合い、支え合う活動が進むことを願い、生活支援に関する県内の先進事例等を発信していきます。



第16号

令和5年9月
和歌山県
長寿社会課

協議体活動紹介 橋本市「絆学文路」

橋本市の学文路（かむろ）地区では、第2層協議体である「絆学文路」を立ち上げ、地域高齢者食堂「Kitchenかむろ」の取組をされています。今回「Kitchenかむろ」の開催日に取材させていただき、生活支援コーディネーターの西さん、調理をされる東さんと前田さんにお話を伺いました。



「Kitchenかむろ」立ち上げの経緯

協議体「絆学文路」では、「ここ最近、特に昔ながらの密接なご近所付き合いが薄れているように感じる。困りごとを気軽に話せる機会や、つながりのきっかけの場をつくることも大切。」と意見がまとまり、外出のきっかけづくりやつながりの場にもなる地域高齢者食堂を開始することになったとのことで、SCや協議体メンバー、調理スタッフ等が一丸となって取り組んでいらっしゃいます。受付や配膳は協議体メンバー、調理は地元の若手女性メンバーが担当されており、忙しくも和気あいあいと楽しく活動されていました。また、会場のテーブルにはお花を飾るなど細部まで気配りが見られました。活気のある明るい雰囲気作りを心がけているそうです。

ココがすごい！

参加者の声

毎回参加している方にお話を伺うと、「家で一人で食べるよりずっと良い！」「いつも会場までは車に乗り合わせてきているの。その車内でのおしゃべりも楽しいの。」と談笑されていました。

また、「自宅で一人だと好きなものだけを食べて、毎日同じような食事になりがちだけど、ここに来るとせっかく皆が作ってくれたものだから残さずに全部食べるようにしている。」といった声もあり、食事栄養面でも良い効果が出ていることがわかりました。



こども園との連携

取材日は敬老の日の催しとして、食事の前にこども園の園児による和太鼓等の披露がありました。SCの西さんによると、敬老の日に特別な演出をしたいと考え、会場である公民館の隣のこども園にお願いしたところ、二つ返事で快諾いただいたとのこと。子供たちは和太鼓等の披露や普段の見守りの感謝を伝える場ができ、高齢者は嬉しいひとときを過ごせる、双方にとってとても良い取組でした。



和太鼓を披露する園児

「絆学文路」「Kitchenかむろ」メンバーの想い



生活支援コーディネーター 西さん

協議体メンバーでもありSCでもある西さんの想いは「違う地域の人と知り合いになり、スーパー等で出会った際は気軽に挨拶ができるようになる。(すでに知り合いの場合は)普段とは違う話題が出てくる。ここで、そういった新たな関係づくりができてほしい。」とのこと。



協議体メンバー 東さん

協議体メンバーの東さんは「Kitchenかむろ」の発起人の一人です。「一人で食べるのは寂しい」という地域の声を受け、協議体で議論し「Kitchenかむろ」の立ち上げにつながったそうです。「おいしい！」の言葉とみなさんの談笑されている姿がなにより嬉しいとのこと。協議体と調理メンバーをつなぎ、メンバーの要になっていると感じました！



管理栄養士 前田さん

管理栄養士の前田さんがメニュー作りで工夫していることは、季節を楽しめるよう旬の素材を使うこと、高齢者が食べやすいものにする、栄養が偏らないようにすることだそうです。みなさんに楽しんでもらえるようにとの想いで毎回作成しているというメニューからも愛が伝わってきました。

きいちゃんの いきいき支え合い通信

協議体活動紹介 橋本市「あったか恋し野」

橋本市の恋野地区では、第2層協議体である「あったか恋し野」が地域の買い物支援として移動販売車を誘致する活動がされています。今回、移動販売車が訪問する日に取材させていただき、生活支援コーディネーターの阪本さん、上田さん、澤村さんにお話を伺いました。



移動販売車誘致の狙い

協議体「あったか恋し野」では、アンケートの結果等も踏まえ、地域の見守り活動と声掛けが重要であると意見がまとまりました。また、スーパーまで距離があり買い物に困っている方がいることに着目し、移動販売車を誘致する取組を始めました。定期的に移動販売車が来ることで、そこが集まる場となり、見守りの場となることを見込んだもので、協議体のメンバーも移動販売車の訪問に毎回顔を出しています。

ココがすごい！

移動販売車の買い物以外の役割

移動スーパー「まごの手」のドライバーをされている江尾さんは、「いつも買いに来てくれる人は自然に覚えるので、来ないと何かあったのかなと思う。好みも覚えるのでその人に合ったものを持ってきている。」と移動販売車ならではの見守りをされていました。また「(自分が)体調を崩して休んだ時、次来た時にはみんなが(心配して)声を掛けてくれた。」と信頼関係を築かれていました。

利用者の声

買い物をされていた方にお話を伺うと「自分で見て買い物をしたいのでとても助かっている。歩いて買い物にくるのにちょうど良い距離で足にも良い。買い物の楽しみと運動のおかげで(健康を)維持できている。」と感謝していました。



江尾さんと利用者

協議体が発行する「あったかだより」

「あったか恋し野」では不定期に「あったかだより」を発行しています。

協議体としての取組やアンケート結果の共有に加え、地域の「あったか人」の紹介など。また脳トレクイズを掲載されています。なんと正解者には記念品のプレゼントがあるなど、見てもらうための工夫がされています。



2023年4月発行13号

「あったか恋し野」メンバーの想い



生活支援コーディネーター 阪本さん

「地域みんなは色々(助け合いが良いことを)知らないのので「助けて」が言えない人が多い。昔のようなつながりのある時代に戻ってほしい。まずは声掛けが重要と考え、目指す地域のため、精一杯頑張っています！市役所の支えが充実してきて嬉しいです。」



生活支援コーディネーター 上田さん

「(区長、民生委員をしているので)日ごろから親しく色々な困りごとを教えてもらっており、課題解決につなげている。地域の方の「ここに住んで安心なのよ」という声をどれだけ維持していけるかが大事。できるだけ長く自宅で暮らせる取組が必要と考えてこの活動をしています。」



生活支援コーディネーター 澤村さん

「(協議体の)みんなが動きやすいようにと思ってサポートしている。じっと家にいて何もしないより、家から出て行って何かすることが良い。外に出れば誰かと話をすることになるので、それが良い。今後もできるだけ活動を続けていきたい。」

県からのお知らせ

- 県では「生活支援専門アドバイザー派遣事業」を実施しています。是非ご活用をお願いします。
- 皆様の取り組みを紹介させていただきます。県職員が取材に伺いますので下記までご連絡をお願いします。
連絡先：和歌山県長寿社会課 電話：073-441-2521