

支え合いの 地域づくり



支え合いの 地域づくり



はじめに

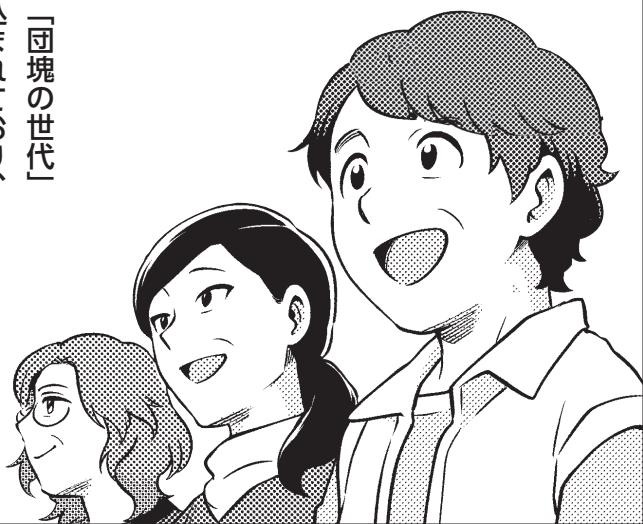
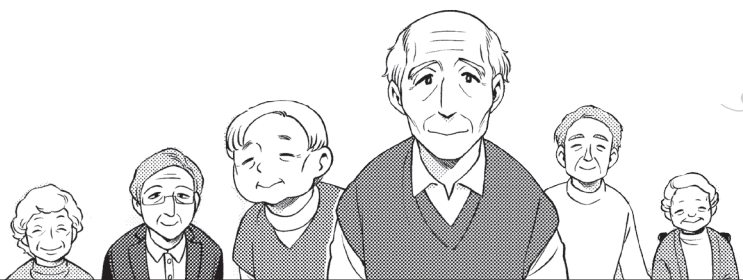
わが国の高齢者人口は、2025年にはいわゆる「団塊の世代」が75歳に到達し、後期高齢者が急増することが見込まれており、この20年間に全国で約2200万人から約3600万人と1.6倍以上になるとともに、一人暮らしの高齢者の方も増えています。

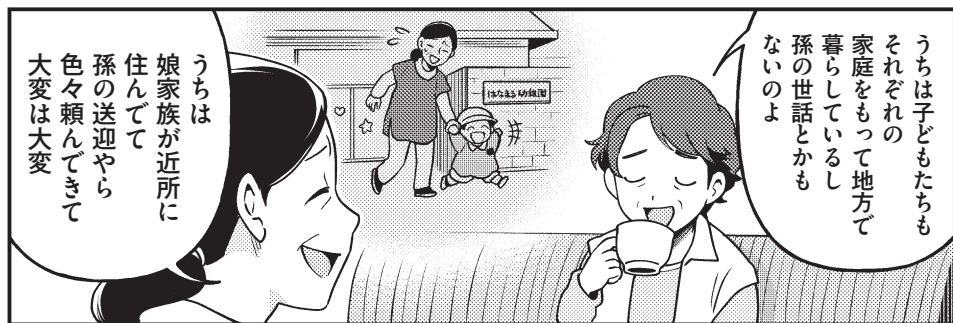
また、高齢化が進む一方で、高齢者のニーズも多様化してきています。24時間の介護が必要で施設におられる方、介護サービスや周囲の方からの支えを受けて自宅で生活しておられる方、また、「人生100年時代」とも言われる現代では、退職後もまだまだ働きたいと思う方も多くおられます。

こうしたことから、地域の実情に応じて、ボランティアや地域の支え合い、NPOなど多様な主体による生活支援・介護予防サービスの提供が推進されておりますが、事業の充実を通じ、高齢者の多様な生活支援ニーズに対応していくためには、地域のみならずのご協力が欠かせません。

このマンガが、みなさんの住む地域で、どのような支え合い活動が必要か考え、地域の様々な人たち、企業、団体と協働していくきっかけになれば幸いです。

お互いさまの支え合いで、人も地域も元気に！





うちは娘家族が近所に住んでて孫の送迎やら色々頼んできて大変は大変

うちは子どもたちもそれぞれの家庭をもって地方で暮らしているし孫の世話とかもないのよ



地域でのつながりもだんだん薄くなってきた近所での助け合いもなくなってきた感じがするものね

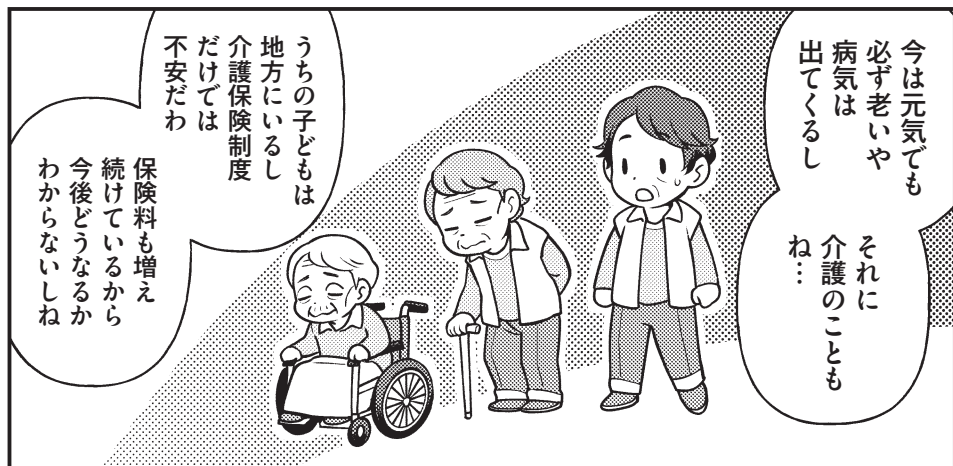


そうなのよ！それにこれからも地元で暮らしていくんだからもっと知り合いを増やしたいわ

わかるわ、これまで福祉の仕事をしてきたからやっぱり社会貢献活動にも興味があるしね



まだ体も元気だから遊ぶこともできるけどとはいえそれだけじゃね

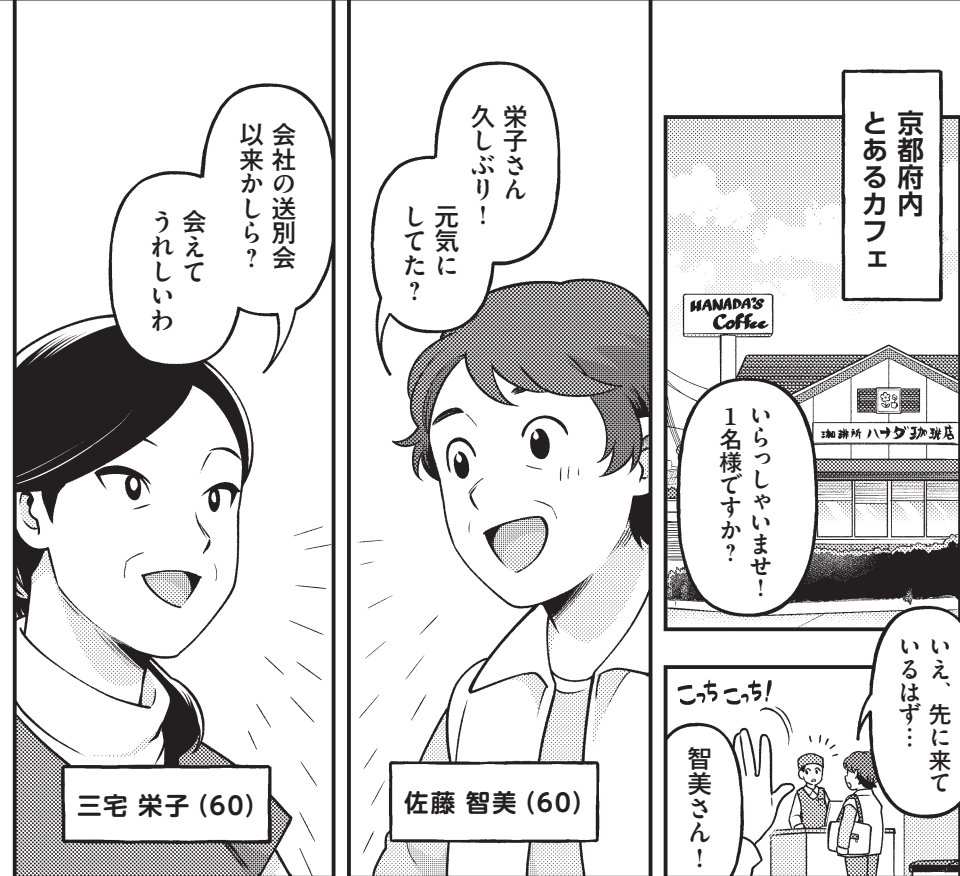


今は元気で必ず老いや病気は出てくるし

それに介護のこともね…

うちの子どもは地方にいるし介護保険制度だけでは不安だわ

保険料も増え続けているから今後どうなるかわからないしね



京都府内とあるカフェ

MANADA'S Coffee

いらっしやいませ！1名様ですか？

いえ、先に来ているはず…

ごちごち！

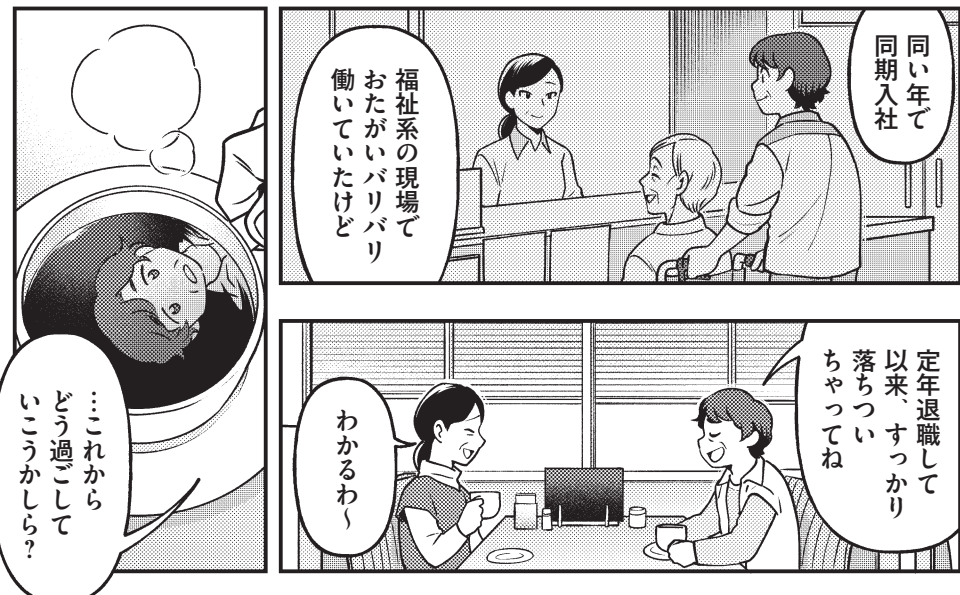
智美さん！



三宅 栄子 (60)



佐藤 智美 (60)



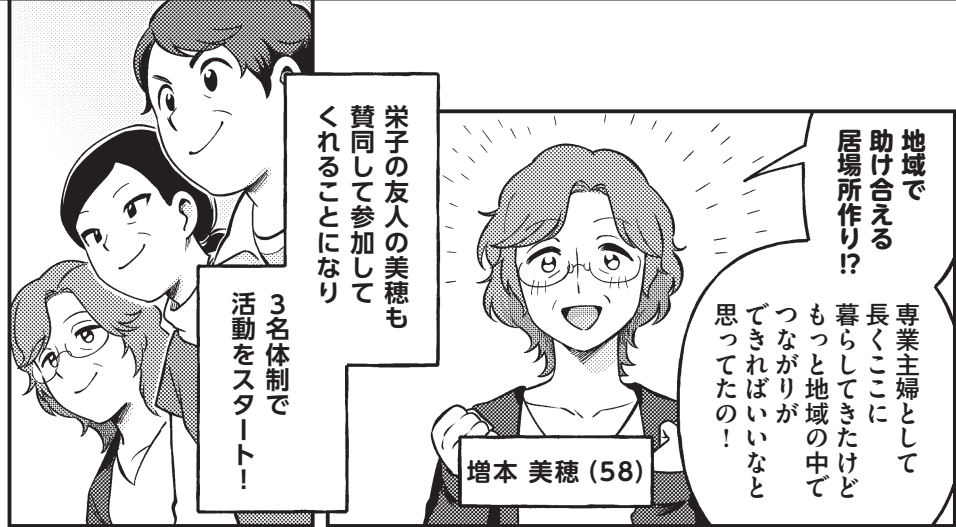
同い年で同期入社

福祉系の現場でおたがいバリバリ働いていたけど

定年退職して以来、すっかり落ちついてちゃってね

わかるわ

…これからどう過ごしていこうかしら？



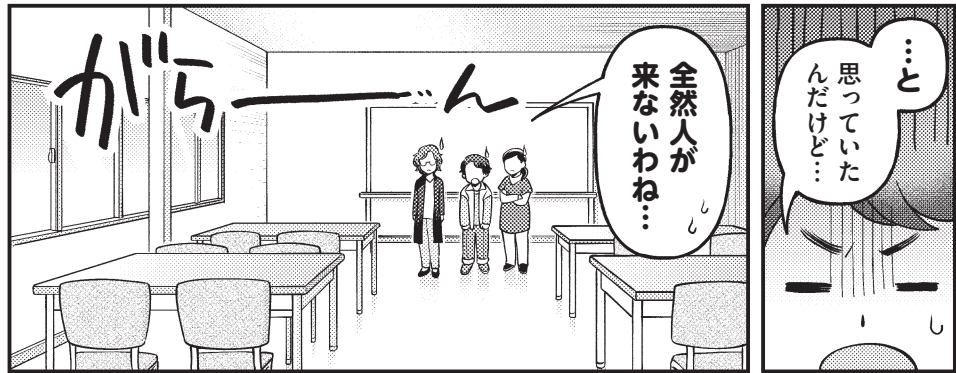
栄子の友人の美穂も賛同して参加してくれることになり

3名体制で活動をスタート!

増本 美穂 (58)

地域で助け合える居場所作り!

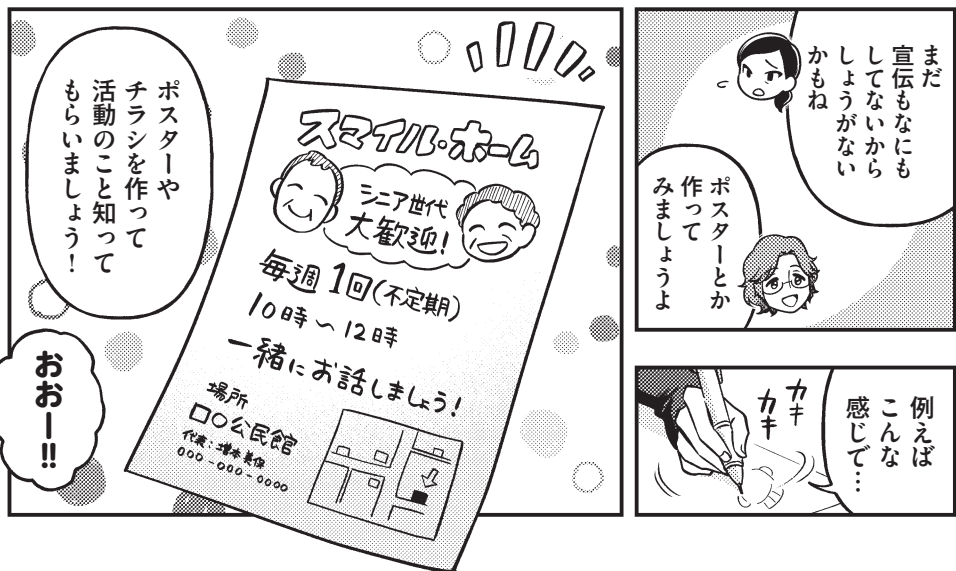
専業主婦として長くここに暮らしてきたけどもっと地域の中でつながりができればいいなと思ってたの!



全然人が来ないわね...



...と 思っていたんだけど...



ポスターやチラシを作って活動のこと知ってもらいましょう!

スマイル・ホーム
シニア世代大歓迎!

毎週1回(不定期)
10時~12時
一緒にお話しましょう!

場所
〇〇公民館
代議: 増本美穂
000-000-0000

おおー!!



まだ宣伝もなにもしないからしょうがないかもね

ポスターとか作ってみましょうよ



例えばこんな感じで...

カキカキ



府内外の事例をしらべイメージを固めて社会福祉協議会へアドバイスをもらえないか連絡を取ることにしました

今までパソコンにふれてこなかったけどいざ使うとやっぱり便利ね...

QRコード?

クラウド?

Wi-Fi?

何それ?



コミュニティカフェ?

ええ、地域の中の『居場所』や『たまり場』をさす言葉です



まずは地元の公民館のスペースを利用してみるのはいかがでしょう?

私たちがこれから作る居場所にも名前がほしいわね

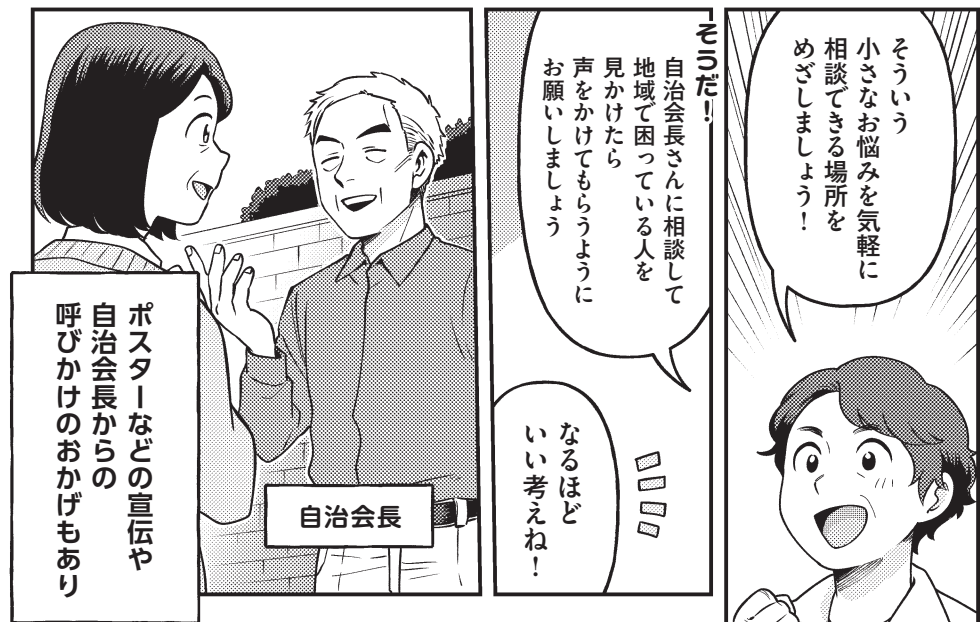
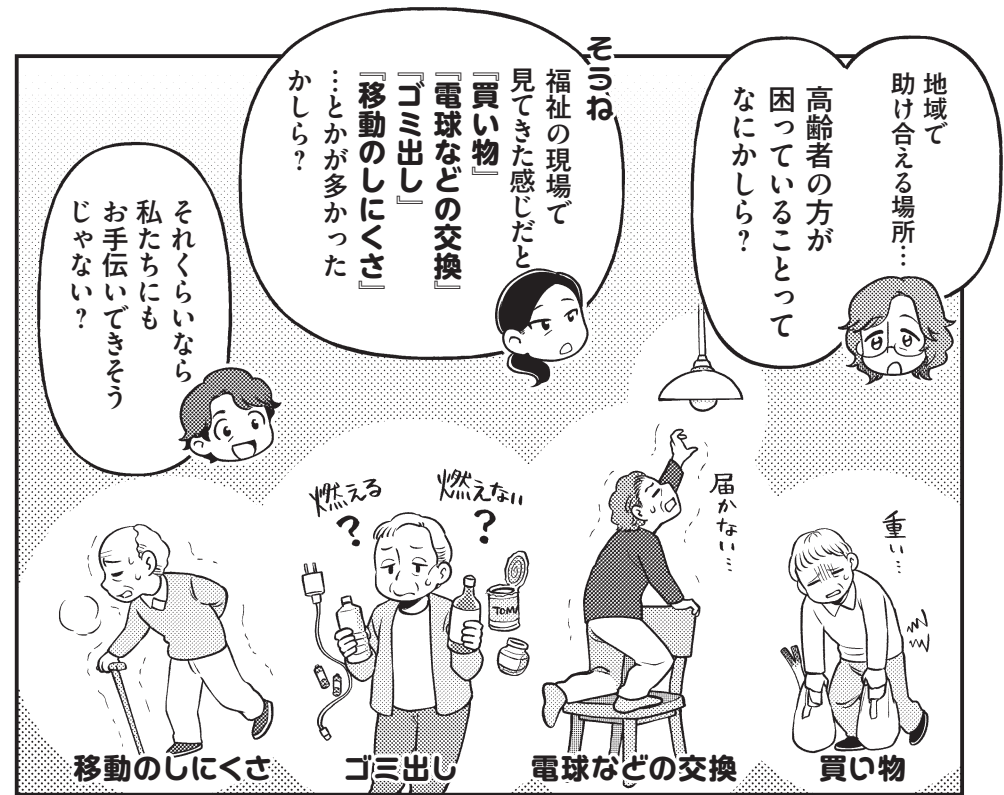
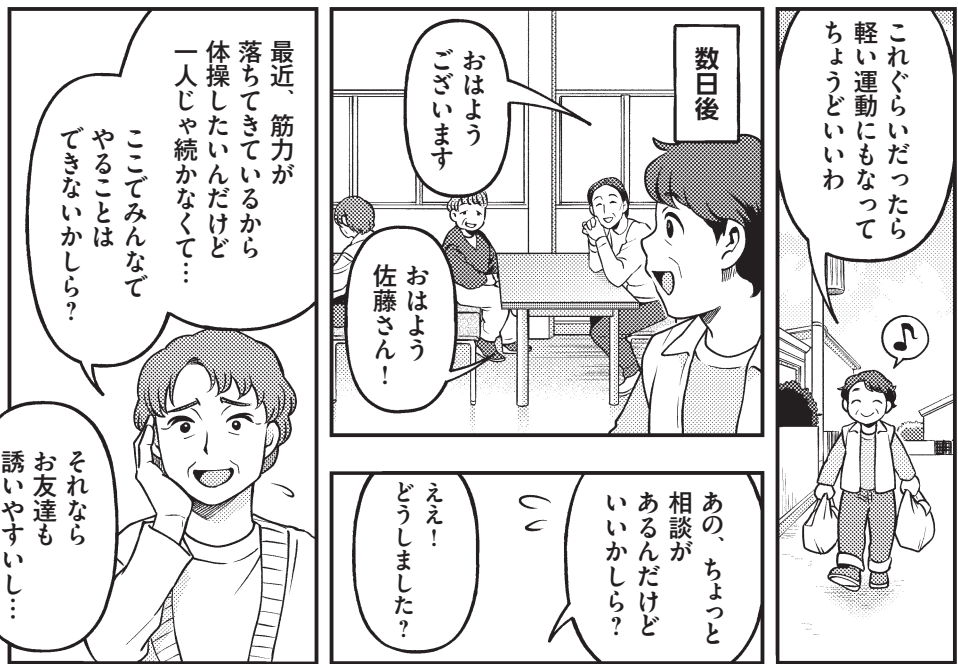
あ! それなら考えていたのがあって...

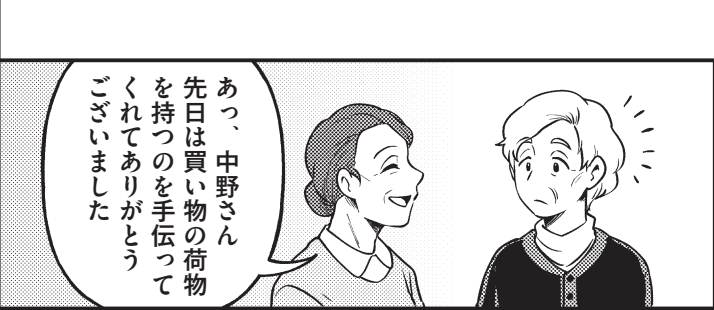
みんなて笑顔になれる場所... 『スマイル・ホーム』なんてどうかしら?

...って 言ってた!

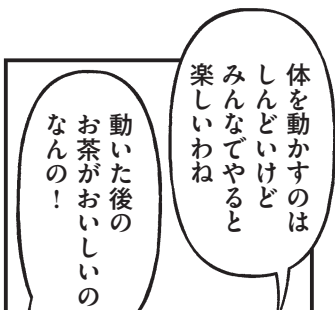
なるほど 『地域の居場所』ね...

あら! 素敵じゃない





あっ、中野さん
先日は買い物荷物を
持つのを手伝って
くれてありがとうございました



体を動かすのは
しんどいけど
みんなやると
楽しいわね

動いた後の
お茶がおいしいの
なんの！



いえいえ帰り道の
ついてですよ

それより庭の草取りを
手伝ってくれて
ありがとうございました
大変助かりました



ほう...



これまでは
道で会っても
挨拶なんて
しなかったのにねえ

話すように
なったのも
この場所の
おかげですね



ええ
いい流れに
なっているわね！



体操を通して
見守りや
つながりが
生まれてきて
いるわね

いつの間にか
支え合いが
広がってきて
いますよね

ご近所同士で
フォローしあえる
関係性が
できてきてますね



まずは試しに
週1回から
始めて
みましょうか

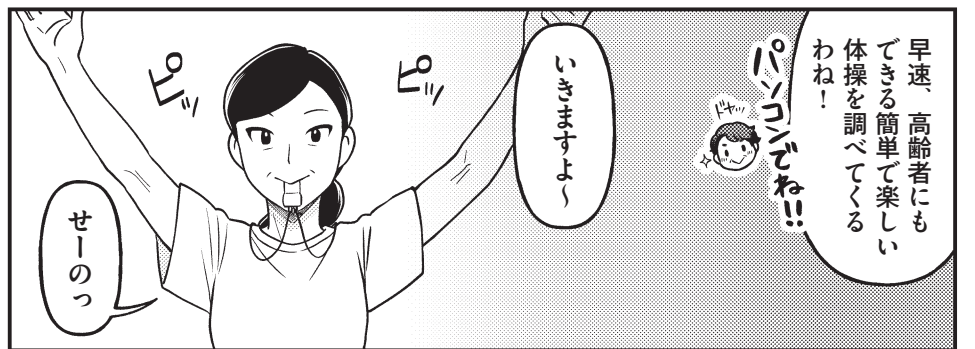
運動の後に
みんなが
お茶しながら
お話するのも
いいですね



110アア

いいアイデア
ですね！

私ももっと運動して
体力をつけたいと
思っていたんです



早速、高齢者にも
できる簡単に楽しい
体操を調べてくる
わね！

パンクですね！！

いきますよー

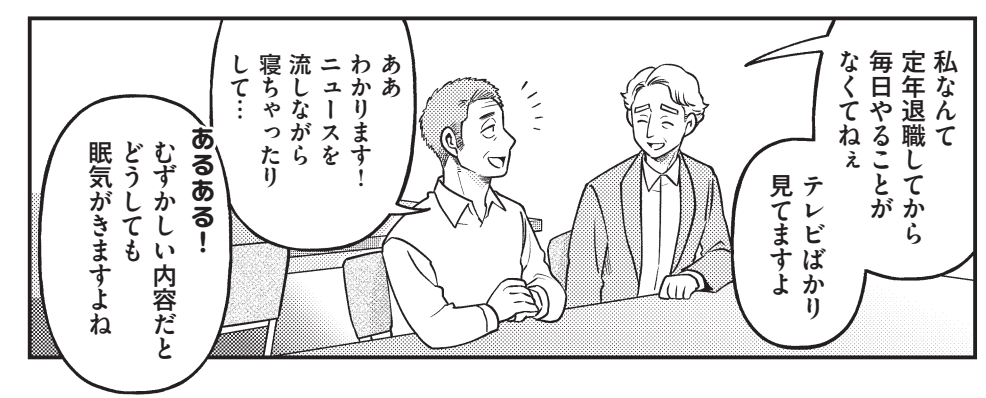
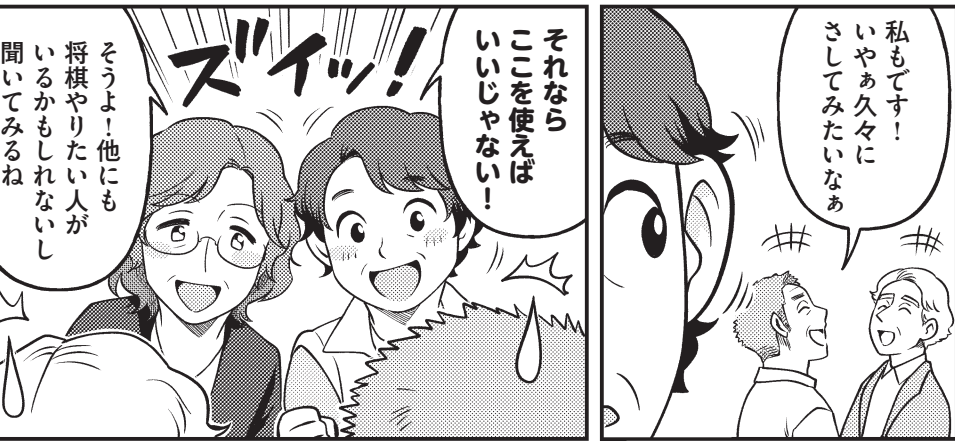
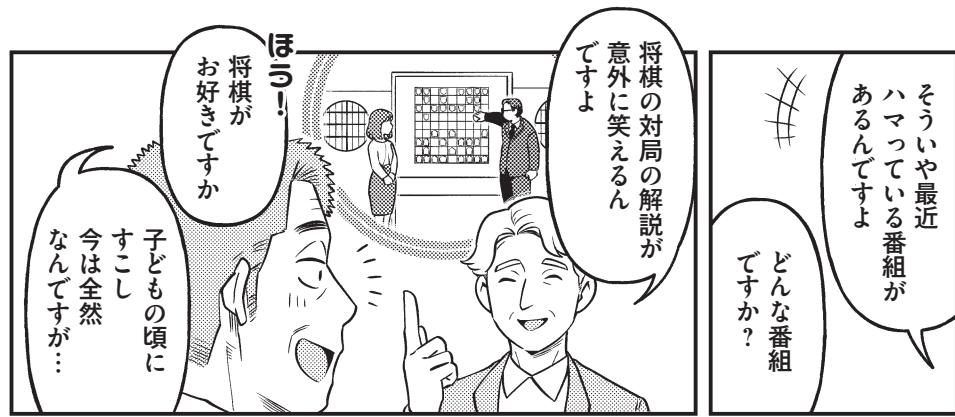
せーのっ



まずは腕を前から
上にあげて大きく
背伸びの運動

イッチニ
イッチニ！

週1回
スマイル・ホームで
体操を始めることになり
利用者もどんどん
増えていきました



利用者さんでも顔見知りでもないのに急に話かけたら迷惑かしら？

「近所付き合いが苦手な方だっていらっしやるし…」

…いや！

あの方…

たしか深山さんだったかしら

たまにこのあたりで見かけるけど歩くのもしんどそう…

できれば地域の人みんなの見守りができたらいいんだけどね

フラ… フラ…

重そうな荷物ですね

よければお持ちしますよ

おお…ありがとうございます

やらない後悔よりやる後悔よ！

タタッ！

そこの方大丈夫ですか

それじゃあこの坂道をあがったところまで手伝ってくれるかい？

ええ！

あ、あなた…

ビフォー
ダラ

年をとっていつても男手があるととにかく助かることもあるだろう

なあ智美 なにかもっと手伝えることはないか？

最初はあんなに興味なさそうだったのに！

人と関わると変わるものね

はあ

智美さんのところはいいわね

うーん…

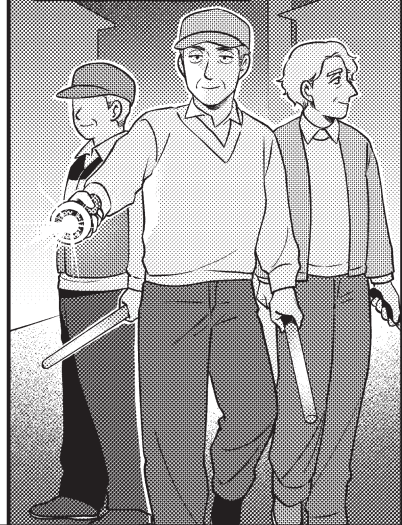
いろんな考えの人がいるしどの家庭も積極的というわけにはいかないわよね

うちの夫はあまりこの活動にいい顔をしないのよ

女は家のことをやれって古い考えて…

夫の誠一だけでなく、他の男性利用者も手伝いを申し出てくれて

将棋会の合間に買い出しなどの手伝いや夜間の町内パトロールにも出てくれて積極的に関わってくれるようになりました



ありがとう
助かったよ

いえいえ
困った時は
お互いさまですよ

あの…

おせっかいかも
しれませんが、買い出しは
まとめてじゃなく数回ごと
にした方がいいですよ

その方が一回の負担が
少なくなりやすい
運動不足解消の
いい機会にもなります

うーん…

1年前に
妻に先立たれて
しまっただけ

それまでずっと
妻に料理は任せきりで
してこなかったものだから
今ではスーパーの惣菜に
頼りっぱなしでね…

ただ
前に外出した時に
派手に転倒して
しまったから
出かけるのが怖くて…

こうしてまとめ買い
して外出する回数を
減らしているんです

まったく
歳はとりたく
ないもんですな

この間も
お茶を淹れようとして
火を消し忘れて
ポヤを起こしかけたん
ですよ

…そうなん
ですね…

…ってことが
あったのよ

それは心配ね
事故があつてからでは
遅いし私たちが
お手伝いできることは
やりましょう

さうね

でも物忘れの症状も少し
出ておられる気もするし
私たちだけの支援では
足りない気がするわ

医療機関にも
つなげるとなれば
これまでの
互助関係だけだと
限界にきている
感じね

公的な制度を
使つてなんとか
ならないかしら？

よし！
今考えても
思いつかないから
今度の集まりのあと
会議しましょう

各自
調べてきましょ！

それが
いいわね！

1週間後

もっと深く
地域での助け合いを
するには どうすればいいか？

では
今後のことを
話し合つて
いきましょう