

## 何もしなければ 何も始まらない

### 始めよう・みんなで・助け・愛・活動

#### 地域共生助け合い隊 会長 藤本 八重子

##### 【はじめに】

人生100年の時代を誰もが心豊かに暮らせるために！

高齢者と呼ばれる私たちに今出来ることを始めましょう！

誰でも無理なく楽しく生きがいを持って地元で生きる幸せと安心して暮らせる助け合いの町づくりを高齢者の私たちから始めましょう！

##### 【スローガン】

- ・少しでも医療費を減らしましょう
- ・次世代の若者の負担を減らしましょう
- ・老人が重宝される存在になりましょう

##### 【活動の始まり】

腰を痛めて日常の生活に困ったことから仲間に有償としての助け合い活動を提案しました。今までも仲間とともにボランティア活動をして来ました。福祉ボランティア活動が定着してきている中 これからの時代を地域で無理なく 気兼ねなく 老いも若きも お互いに助け合う活動を進めるには有償としてのボランティア活動が望ましいと考えたのです。地域で共に助け合う「有償」としての理解を深め 定着させるためにはどのような進め方をしたらよいか・・・

地域を知ることから始めました。

##### 【地域を知る】

###### ① 人口の推移

- ・地区別、年代別、人口構成比等々調べる

###### ② 地元環境の把握

- ・暮らし、風俗習慣、文化、芸能、店舗、病院、施設、産業、銀行、郵便局、農協、学校、幼稚園、保育園、寺、交通機関、観光、物産、近所の付き合い等々

###### ③ 想いを知る

- ・老人会、地区サロン、各種会合・・・高齢者の困り事を聞き取り調査（項目を作成）

### 【飯盛町の高齢化率】

飯盛町の人口6988人 65歳以上2465人（男性1053人、女性1412人）  
359人女性が多い 65歳以上の割合35.3% 諫早市住民基本台帳（令和3年7月1日現在）

### 【地域の課題】

人口減少に加え17地区自治会においても世帯の核家族化が多くなり独居老人（特に女性）の高齢化による足腰の痛みや歩行困難によりひきこもってしまったり、声に出せない障がい者など生活の不便と不安を抱えて暮らしている人が多くなりつつあります。介護支援、デイサービス、地区サロンなど行政の高齢者への手厚い支援にも限界があり、この先依存できなくなる時代を迎えます。

### 【支え合う活動へ】

今のうちに地域での対策や地元に応じた地域住民自らの取り組みが必要と考えました。まずはまだまだ何とか元気な（一病息災）私たちから・・・

行政や若い人たちに支えられながらも・・・できる範囲で自分たちも少しの負担は高齢者の社会参画につながっていきます。

行政の手が回らない、届かない、支援が出来ないところのはざまにいる人たちの不便、不自由、ちょっとした困り事は年を取ってみないとわからないことなのです。

そここのところを仲間同士で 隣近所で 地区組織で 対等な立場で「お互い様ね！」の一声の支え合いとして、無料ではなく、有料でもなく有償（心ばかりの謝金）ボランティア活動として地元に沿った助け合い活動の賛同者、協力者、支援者を募りました。

平成30年発足当時73名（登録者） 令和3年10月現在112名
------------------------------------

### 【活動の体験】

- ・アンケート調査の内容を確認しワークシート作成
- ・依頼内容の手順で草取り片付け掃除の体験をして有償謝金を決めました

・ゴミ出し10円から～60分の作業500円
-----------------------

### 【活動のネットワーク】

賛同者、支援者のネットワークを作り、会員登録、ワークシート、活動マニュアル、活動の手順を作成

活動は地道に1人1人にていねいにをモットーに！

依頼者の困りごと相談には臨機応変に対応をしています。

【ゴミ出しの例】

・高齢者担当のケアマネージャーさんから連絡を受け依頼者宅へ訪問 … 担い手の担当者が遠方のため面識はありませんでしたが、お隣のお宅へ思い切ってお願いに行くと「お互い様ですから」の嬉しい一言でした。

毎週1回のゴミ出しと会員登録もしていただきました。

【おわりに！】

助け合い隊の活動は何も特別なことではなく誰にでもふつうに出来ることを出来る時にする活動です。

高齢者の私たちから あせらず！ あわてず！ あきらめず！ … … そして甘えず！ 背筋を伸ばして活動を続けていきたいと思っています。