いきいき笑顔応援プロジェクト

高齢介護課
1階③番窓口
☎939・1164

地域にあなたの「居場所」を　～介護予防と地域の輪～

かつて、私たちが住む地域には、家族ぐるみの盛んなご近所づきあいがありましたが、現代は高齢化・少子化や人口減少も進み、隣の人とは挨拶程度だけ、ということも多いと思います。↗

最近の研究では「社会とのつながりが多様な人ほど認知症になりにくい」という結果が出ています。家族以外に、様々な人との付き合いを深めれば、毎日が楽しくなるうえに、認知症予防や介護予防につながるといえますね。

今回は、子どもからお年寄りまで気軽に集える場をつくり、市内で地域の輪を広げることを目指すボランティア団体「藤井寺さーくる」の活動を紹介します。

林公民館では毎月１回、様々な世代の人が、紙や布で季節の飾り物を作ったり、体操で体をほぐしたりと、わいわい過ごしています。

企画をしているのは、平成 29 年４月から活動しているボランティア団体「藤井寺さーくる」の皆さんです。

参加者の中には、「デイサービスに行こうと思ってたけど、ここがあるからいいや」となった方もいるようです。

立ち上げの思い

私たちは、普段、介護・福祉の仕事に携わるなかで、年齢や体の状態を問わず誰でも参加できる場を増やしたい、と思ってきました。

元気でいるため外に出て人と話す機会が欲しいというとき、また、体が弱ってきたなというとき、介護のサービスを使うことだけが選択肢ではありません。「居場所」として提案できる場を地域に増やせればと思い、さーくるを立ち上げました。

さーくるで顔なじみになった人たちが困ったときに支え合える関係になり、もともと地域の輪の中でできていたお付き合いが、また自然と行われるようなまちにしたい。

顔見知りが増えると、地域での暮らしもももっと楽しくなります。この活動が、藤井寺市でいくつになっても暮らし続けられるための一助となればと願っています。

活動に使える場所や、活動してくれる人が増えれば、市内にたくさん拠点を広げることができます。一緒に素敵なまちを目指して活動しませんか。

林１～４丁目地区 松田区長より

林公民館は、より広い世代間交流の場となることを願って、ボランティア組織には無償提供しています。最近は、地区のまつりでもボランティアで運営に参加してくれる方があるなど、新たなきずなが見られるようになり、うれしく思います。

▲藤井寺さーくるの皆さん

藤井寺さーくる facebook

最近の活動の写真は facebook でもご覧になれます。

毎月第１土曜日の 10 時から、林公民館（林 4-2-7）で開催しています。興味のある方は、直接お越しください。
問合先　藤井寺さーくる(代表 森 知子)
☎080・6120・3090

家族のあり方や働き方など、生活スタイルは時代に応じて変わっていきます。しかし、どんな時代でも地域の人が協力し合って自分たちが住みたい地域を作っていくことができれば、楽しく、健康に、生きがいを持って笑顔で暮らし続けられるのではないでしょうか。