



ご近所とのおすそ分けやラジオ体操、グラウンドゴルフなどの仲間は、地域の皆さんにとって当たり前の営みです。こうしたつながりは、お互いを気遣い、介護サービスに頼らず自宅で暮らし続けるための重要な鍵となります。「つながる通信」ではそういったささえ合いを「お宝」として、発信していきます。

取材先

◇ 綿打地区

コロナにも負けないつながり



小倉 都さん

栗原 とみこさん

おぐら みやこ

小倉都さん（74）は、週に3回、お友達の栗原とみこさん（82）のデイサービスのお迎えをしています。小倉さんと栗原さんは、10年ほど前、老人会の役員で一緒になったことがきっかけで仲良くなりました。2人の家のご近所で、歩いて10分かかる場所です。小倉さんも栗原さんもとても活動的で、以前から人とのつながりも多く、よく仲間と一緒に出掛けたり、栗原さんの運転する車で、2人で色々な所へ出かけていました。



5年前、栗原さんが脳梗塞を患いデイサービスに通うようになってからも、そしてコロナ禍の今も、2人のつながりは変わらず続いています。

小倉さんは、栗原さんがデイサービスから帰宅する時間に合わせて栗原さんのお家に遊びに行きます。栗原さんが帰ってくると荷物を預かって、家に入りやすいリビングの掃き出し窓を開けて迎え入れます。

そこから数時間、栗原さんがお家で1人になってしまう、ご主人が帰ってくるまでの間、一緒にテレビを見たり、ときどきお家のことをお手伝いしています。

地域のお宝発見～日頃の交流が支え合い活動～ 太田市生活支援体制整備事業



健康のために遠回りして、町内をぐるっとウォーキングしながら栗原さんちへ向かいます。

お互いに必要とされる関係

栗原さんにとって小倉さんがいてくれることが心強いのはもちろんですが、1人暮らしの小倉さんにとっても栗原さんのお家は大切な居場所です。栗原さんとのお喋りが小倉さんの元気の秘訣の1つになっているようでした。

また、栗原さんも「小倉さんが来てくれるから夕方もしんどくないし、なんでも頼めて本当に助かっている。夫も小倉さんのことを頼りにしているくらい。」と話してくれました。こうしてお互いに必要として必要とされる関係のお友達がいることは、歳を重ねても地域で元気に暮らしていくための秘訣になります。

チェックポイント

- ・ **お友達とのつながりが、地域で元気に暮らしていくための秘訣！**

もともと健康のために夕方散歩をしていた小倉さんですが、栗原さんがデイサービスに通うようになってからは「栗原さんそろそろ帰ってきたかな～」とお家に寄ってお喋りすることが多かったそうで、「それならお家で待っていてあげよう」と家の前でお迎えするようになりました。栗原さんがデイサービスの日は、栗原さんの旦那さんがお仕事から帰ってきてから夕飯を作るそうで、ときどき小倉さんがご飯だけ炊いてあげたり、「煮物なんかは時間がかかってなかなか作れないから。」と小倉さんがおかずを作ったこともあります。反対に長居したときは「小倉さんも一緒に食べて行っちゃいなよ。」と旦那さんから声をかけてもらうそうで、小倉さんは「栗原さんもご主人も本当にいい人だから居心地が良いの。私も家にいても1人だから、お喋りも楽しくてつい来ちゃうのよね。何かしてあげてるとかそんなつもりは全然なくて、お友達のところに遊びに来ているだけなのよ。」と話してくれました。



いつもお喋りしながらテレビを見て、2人でのんびり過ごします。

◇『つながる通信』は太田市社会福祉協議会のホームページ<https://otashakyo.jp/>に掲載しております

お問合せ

太田市社会福祉協議会 地域福祉係
〒373-0817 群馬県太田市飯塚町1549
電話 0276-30-0033 FAX 0276-30-0032