



人とのつながりは、「**地域のお宝**」で、お互い顔の見える関係から始まる支え合い活動です。サークル活動、趣味の仲間、ご近所さんとのお裾分け、お茶飲み仲間は、5年後、10年後の人生を豊かに過ごすための糧となります。

あなたの今のつながりを「支え合い活動」として意識してみてください。

住み慣れた地域で暮らす 「細野二三子さん」



細野二三子（ほそのふみこ）さん 95才

二三子さんは、1984年に夫を亡くして以来38年間1人暮らし。針仕事が得意で、端布でお手玉やアクセサリなどの小物を作っては、友人やご近所の方にプレゼントしています。

モットーは「できることは自分でする」隣近所の人たちとは昔から仲が良く、頻繁にお茶飲みなどをしていました。コロナ以降は、お茶飲みこそ控えていますが、お裾分けやちょっとした声掛け、電話でのおしゃべりは今もしょっちゅうしています。

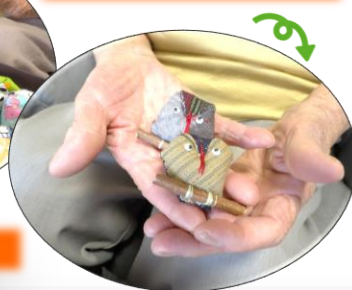
ひとり暮らしで高齢になっても 住み慣れた地域で安心して暮らす

3人の娘さんたちが市内近郊に住んでいます。娘さんたちは3日と空けずに入れ替わり立ち替わり、二三子さんのところへ来ています。娘さんたちは、二三子さんの「できることは自分でする」という思いを尊重しつつ、通院や買いもののための移動や、庭・畑仕事などを手助けしています。



お手製のお手玉

みんなに配ります



藤村直枝さん
(長女)



正田佳子さん(次女)

チェックポイント

二三子さんは、娘さんたちが来なくても近所の人がおはぎを持って来るなど、常に見守られています。このつながりは、住み慣れた地域で暮らし続けるお手本となっています。

暮らしぶりそのものが健康づくり

🔥「長谷川錦一さん」🔥

家事や温泉通いなど
普段の暮らしが介護予防に！

はせがわきんいち

長谷川錦一さん(91)は74才のとき(2004年)に奥さんに先立たれ、以来18年間1人暮らしをしています。錦一さん曰く「妻が生前、私に家事全般を仕込んでくれた。おかげでなんでも自分でこなせる」と話します。

毎朝NHKのテレビ体操と、庭や家庭菜園の手入れをして、午前中のうちにユーランド新田の温泉へ行きます。ユーランド新田が錦一さんにとって通いの場、居場所になっていました。



ご近所の方が手料理をお裾分けしてくれたり、奥さんの知り合いの人から声を掛けてもらい、元気を貰っています。お返しに錦一さんは、旅先で購入したお土産を近所に届けるなど、ご近所付き合いも活発です。

また、週2回グラウンドゴルフ、毎月、上町自治会の資源ごみボランティア活動に参加しています。

チェックポイント

奥さんの影響で始めた料理やボランティア、毎日のテレビ体操や庭仕事をするご自身の意識の高さ、錦一さんの暮らしぶりそのものが健康づくりとなり、近くに温泉(ユーランド新田)があったことを上手く活用するなどして工夫しながら生活しています。

お宝情報を募集中!

「私の近所でこんな取り組みをしている」「こんな工夫をして気にかけている」など、あなたの地域のつながりを教えてください。情報をお持ちの方は下記お問い合わせまで!



詳しくはこちら

お問い合わせ

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
TEL 0276-46-6208 FAX 0276-46-6229