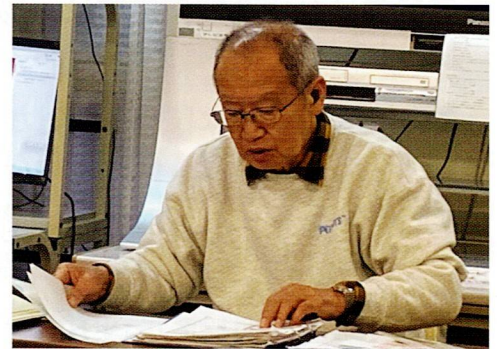


◆ボランティアグループ あすみ見守り隊活動報告

地域で育む 安心の輪 「たった10分の声かけ」が、孤独を防ぐ大きな一歩に

超高齢社会を迎える中、自治会ボランティアグループ「あすみ見守り隊」は、地域にお住まいの高齢者の皆様が安心して暮らせるよう、温かい見守り活動を2015年から続けています。毎月1回開催されるミーティングでは、福祉委員長はじめ、見守り隊班長、民生委員、千葉市あんしんケアセンターや社協の職員の方々が参加され、活動の現状や、実際にあった心温まるエピソードが共有され、同時に、今後の地域全体でのサポートの必要性が話し合われました。高齢化が進む中、地域全体で支え合う取り組みの重要性がより一層高まっています。



福祉委員長 はざわき 兀脇 順吉さん

変わらぬ日常を守る：活動の様子

見守り隊は、見守り対象者の方々へ定期的に声かけ訪問を行っています。活動内容は、安否確認だけでなく、「顔の見えるお付き合い」を大切に交流です。

特に、在宅ショートステイを利用されている方は、自宅に戻る曜日に合わせて訪問し、体調の変化や生活の様子を注意深く見守っています。現在、一時的に車椅子生活になられた方もいらっしゃいますが、見守り隊の訪問やご家族のケアにより、体調は安定し静養されています。

また、ご家族と同居されている方々は、概ねお変わりなく元気に過ごされているとの報告があり、地域での見守りが日々の安心につながっていることが確認されました。

隊員は活動状況を見守り日誌に記録し、福祉委員会で情報共有を行っております。

元気の秘訣に学ぶ：心温まる交流エピソード

活動の中では、高齢者の方々の元気な姿や、地域での温かい助け合いの様子が共有されました。

- ・90代のA様は、プラザの子ども食堂に毎回顔を出してくださるなど、地域活動の交流に参加され、とてもお元気です。朝早くから庭の手入れをされ、菊の鉢植えを新たに始められるなど、その活動的な姿は隊員の励みになっています。「耳も遠くなくハキハキと話され、90代にしてはとてもお元気」という報告に、皆が喜びを分かち合いました。

- ・別の見守り対象のB様は、耳は遠いものの、大変お元気そうで、ご家族が協力して熱心にサポートされている様子が報告されました。「兄弟が協力して訪問しているので安心」という言葉は、見守りの裏にある家族の絆の強さを感じさせます。

しかし、一方で「旦那さんの一人暮らしも多い」「外から見ると生垣で中の様子が分からない」といった、潜在的な見守りの難しさについても意見交換が行われました。

地域の高齢化の状況と課題

当自治会では、65歳以上人口が約40%、また75歳以上の一人暮らしが急増しています。

しかしながら、「見守り対象登録」への手挙げは非常に少ないという課題が続いています。

背景としては、「見守られている」ことへの抵抗感、「まだ自力でできる」という遠慮、個人情報

- ・プライバシーへの不安などがあると考えられます。

そのため、現在の対象者リストに加え、班長・民生委員による任意の「見えない見守り」が大きな役割を果たしています。現在は、見守り対象者9名（開始当初は24名）、見守り隊員17名で活動。制服での訪問を控え、抵抗感の少ない「声かけ・外からの見守り」を中心に実施、来年度は、一人住まいの方のさりげない見守りの再開を予定しています。また、一部地域では剪定の負担から生垣を撤去する家庭が増加しており、外からの見守りがしやすくなるという利点も見られています。

健康と安心を支える地域の力

この日のミーティングでは、带状疱疹ワクチンをはじめとした予防接種や健康管理の情報も共有されました。「病気の予防も見守りの一つ」との意見も出され、心と体の両面から支え合う地域づくりを進めていく方針が確認されました。千葉市では带状疱疹ワクチンの公費助成も開始されました。個別通知はしておりません。過去に带状疱疹ワクチンを接種しておらず、今年度65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上に該当する方は助成対象者ですので、接種の機会を逃さないようにご注意ください。

結び：あなたの参加が「安心」を広げます

当自治会地域では高齢化が加速度的に進んでおり一人暮らし高齢者も増える中で、「気にかける」「声をかける」といった小さな支え合いが、地域の安全につながっています。ご近所に声をかけたり、日々の挨拶を増やすといった小さな行動も、立派な見守り活動です。今後とも、皆さまの温かいご協力をお願いいたします。

そして、長年にわたり、地道な見守り活動にご尽力いただいている、福祉委員会の方々に深く感謝申し上げます。



福祉委員会のミーティングの様子

ふれあいの場「にこにこスペース」誕生

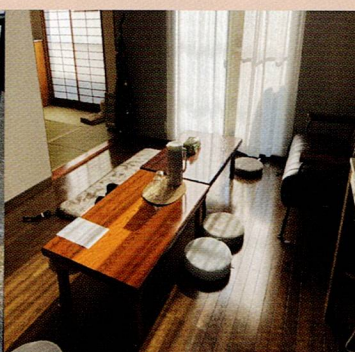
ミーティングの中では、新しくオープンした交流拠点「にこにこスペース」の紹介も行われました。ここでは、手芸やボードゲームを楽しんだり、本を読んだり、お茶を飲みながらおしゃべりをしたりと、世代を問わず気軽に集える場として活用されています。

毎月第2、第4木曜日13時から17時まで、どこでもこどもカフェが開いており、また11月から第3土曜日12時から17時まで開催の「土曜子ども食堂（限定20食）」もスタートと、

「赤ちゃんから高齢者まで、誰もが安心して立ち寄れる居場所」として期待が寄せられています。

11月15日(土)の土曜食堂オープンにお邪魔させていただいたところ、主宰の代田さんが素敵な笑顔で迎えてくれました。お家に上がりますと、ミーティングでお話にあがっていた伊藤さんにもお会いすることができ、ご一緒にお食事をいただき、写真撮影にもご協力いただけました。代田さんの親しみやすい雰囲気と清潔で温かみがあるインテリアに囲まれた中で、美味しいごはんをいただきながら、お喋りをし、とても居心地がいいカフェに来たような空間でした。

代田さんは、4人のお子さんの子育てをされ、ベビーマッサージや保育士の資格も取得されている等、とても経験豊富で楽しいお人柄です。子育て中の保護者様、お子さんを連れてお気軽にお越し下さい。9月から始まったばかりなので、子連れの来店がまだないのが寂しいと話されていました。ぜひ、新しい交流の場に立ち寄ってみてください。



場所は集会所近く

子ども（高校生まで）無料 / 大人100円 未就学児は保護者同伴

美味しいカレーでした。

主宰の代田さんとご近所の伊藤さん