

# みんなでつくるひょうごの福祉



## 住み慣れた自宅と地域で、自分らしい生活が続けるお手伝い

情報と笑顔の配達人たち

今回は、猪名川町を中心に住み慣れた地域で自分らしい生活が続けるため、在宅ケアに関する相談や情報提供、交流サロンの運営などに取り組み「NPO法人猪名川在宅ケアを考える会」を紹介するよ。

### 学習会から発展して挑戦した

#### 「高齢者サロンマップ」作り

NPO法人猪名川在宅ケアを考える会(以下、「考える会」)は、地域の高齢者福祉に寄与できるよう、平成20年に情報収集・啓発に取り組み団体として設立された。以来、福祉・介護に関する学習会に力を入れており、考える会の会員に医師や福祉関係者もいることから、専門的な話題も分かりやすく紐解きながら、地域住民とともに学ぶ機会をつくってきた。シリーズ化された勉強会や

講演会などを通じ、認知症、介護予防、支え合い活動などについて会員と地域住民、行政職員も交えて一緒に考えることができた。

こうした学習会での気づきを基に、平成28年度からの2年間は県の補助金を活用し、町内の高齢者サロンを調査して「笑い声が聞こえる高齢者サロンガイドMAP」を発行。さらには、在宅ケアの情報を盛り込んだ「猪名川かわら版」の発行にもつなげた。



大好評「高齢者サロンガイドMAP」  
「猪名川かわら版」

「孤立しがちな高齢者に大変好評だった。どこに行けば仲間と交

流できるのか、具体的な情報を届けることの大切さを再確認した」と理事長の久保さんは活動を振り返る。

### 気軽に集える場づくりへ、寄り添う在宅ケア・サロンの実施

考える会では、平成29年度に実施した、地域の人たちとの意見交換会「まちづくり井戸端会議」つながりづくり in 松尾台」を展開させ、翌年からは「寄り添う在宅ケア・サロン」を月2回実施している。松尾台校区まちづくり協議会と協働し、介護の心配ごとなどについてお茶を飲みながら仲間と話し合い、専門家に相談できる場を提供するとともに、健康体操などを行う取り組みだ。地域住民にとっても、気軽に参加して「ココロとカラダをリフレッシュできる場」になっている。

様々な活動を通じて、今後取り組まなければならない課題も見えてきた。例えば、サロンへの参加や買い物などに必要な移動支援、認知症の方の生活支援などだ。いずれも解決策がすぐに見つかるもの

ではないが、地域住民と一緒に学び、考えるという、考える会が大切にしてきたスタイルから「地域の中で高齢者を一人にさせない」ための新しい取り組みが生まれていくだろう。



笑顔が弾ける「寄り添う在宅サロン」

#### 取材を終えて

高齢になっても、住み慣れた自宅や地域で、仲間とつながりながら楽しく生活するために、何ができるのかということに悩みながらも行動されている姿が印象的でした。一人一人が、寄り添う気持ちを大切にすることが重要であることを改めて実感することができました。

#### 特定非営利活動法人

猪名川在宅ケアを考える会

〒666-0261 川辺郡猪名川町  
松尾台4丁目6番151  
TEL.072-766-6920