

地域で暮らすことの意味 心のテーブルを共に囲んで



縁側ができるまで

少人数で一人ひとりに合わせたきめ細かいケアを行うことを目的に託老所あんきを立ち上げた。開設当初は『通う（デイサービス）』から始まり臨機応変に『泊まる』『住む』事も可能としてきた。

認知症の高齢者の方々の介護を通して、その人、一人ひとりに寄り添うには家族、地域の連携が不可欠であることに気づく。

地域の中の「縁側」づくり

グループホームこんまいあんきの一角の倉庫を使って、地域のお年寄りや子供たち、あんきの利用者さん誰もが利用できる交流の場を目的に「いまづの縁側」がスタートすることになった。縁側を立ち上げるにあたって縁側プロジェクトを結成した。その機能として次の4つがあげられる。

【異世代交流の出来る場所】

ひとつの空間にお年寄りと子供があら

ままで集うことが出来る

【地域住民の埋もれた能力が発揮される場所】

お年寄りが得意なことを子供たちに教えたり、年上の子供が年下の子供に勉強を教えたりなど、誰もがだれかの必要とされる人になることが出来る

【ネットワークが広がる場所】

地域の人が一層顔馴染みになり信頼関係を深めることが出来る

【地域の情報が集まる場所】

一人暮らしのお年寄りの情報や子供の活動の情報が集まり、地域に再発信することが出来る

心のテーブルは皆が笑顔になれる場

えんがわプロジェクトの活動の一つとして、年3〜4回心のテーブルを実施している。心のテーブルでは、利用者の方や地域の方々が食事を媒介にわいわいガヤガヤ楽しく交流する場づくりを行っている。今年5月には手作りうどんを子供たちや近所の方、ボランティアさん等で大賑わいの中で作った。包丁で切るのもままならない子供たち。長さも太さも不ぞろいで、でも自分



有限会社
託老所あんき代表

中矢 暁美

食事は煮物
やちらし寿
司等々昔から
食べている
メニュー。食
べながら「久
しぶりやつ
たねえ、元気



心のテーブルが無縁・地縁を考える

7月にあんきの近所の一人暮らしの人や老夫婦世帯にお声かけをしたところ、12名の方が夕食会に参加して頂いた。

心のテーブルと防災訓練

グループホームこんまいあんきで年2回避難訓練と防災訓練を実施する。防災訓練の際には町内会の炊き出し班の人たちと一緒に炊き出しを行い、芋炊き、おにぎりに加えアルファ米を使い、本格的に被災したときにどう地域で助け合い支えあえるかと皆で考えるきっかけ作りにもなっている。

今後の心のテーブルの課題

現在、地域のつながりを失い個々の生活になり、地域生活が消えていることが問題であり、今の時期だからこそ皆が集まる場づくりの必要性が高まっている。

じゃったあ、長い間会わなんだねえ」等の言葉が交わされ、普段近くで暮らしていても出会うことがないことに驚きを感じた。そのうち、一人が「私の主人（お父さん）は、病気でこんなふうな最期だったんよ」と話し出すとみんながそれぞれ夫の死について語り始め、皆が「そうじゃったん、辛かったろかねえ、よう見たねえ」等、それぞれの話が盛り上がり、そのうち皆が笑い出し「こんな時間かもてて、よかったねえ、どこに行ってもこんな話は出来んよねえ、共通な話題で、心から話せて、心もお腹も満腹よ」とうれしそうに帰られ、また、こういう時間を作って欲しいという声が寄せられている。

- ・場をつくる
 - ・声を掛ける
 - ・つながる
 - ・助け合う
 - ・仲間になる
- このようなあたりまえの事を、今後は心のテーブルのような一事業所と近隣だけの活動ではなく、行政や社協も協働していくことが求められている。協働により多くの住民の引き籠りや孤独等、縁をどうつくり、縁がどう絆に深まるかが大切だと思う。
- ・皆で少しの勇氣（声を掛ける）
 - ・皆で少しのおせっかい
 - ・皆で少しの面倒くさいこと
- もう一度、皆で地域で暮らすとの意味を考える時である。