

高齢者同士の支え合い

2014 活動賞・ボランティア活動部門受賞団体の活動から

今年度の活動賞・ボランティア活動部門を受賞された団体は89団体、内訳は市区町村老連7団体、地区老連18団体、単位老人クラブ64団体です（受賞団体名簿は本誌6ページに記載）。

高齢社会のなかで、老人クラブで長年取り組んできた高齢者同士の支え合い活動はますます必要とされています。本誌では受賞団体の活動から、高齢者の集いの場であるサロン活動、見守りや友愛訪問活動、具体的な生活支援活動に焦点をあてて紹介します。

集いの場・サロン活動

若手女性会員が立ち上げた「豊里サロン」

山形県鮭川村 石名坂・小反老人クラブ白寿会（会員42名）

山形県老連主催による4日間の継続研修「県老連大学校」の卒業生である若手女性会員2名が、その場で学んだサロン活動に関心をもち、即、実践に移して、月2回の「豊里サロン」を立ち上げました。



みんなで運動

毎回、健康教室として軽い運動と血圧測定を行い、そのほか折り紙や音楽

時には調理も取り入れて、熱いお茶とおいしい漬物によるお茶会で終了しています。会長はじめ役員、ボランティアが運営の中心です。一人暮らしや高齢者世帯の会員には、サロンのお誘いも兼ねた訪問活動も実施しています。

「サロン豊寿会」で

地域の絆が深まる

東京都品川区 南大井豊寿会（会員265名）

高齢世帯や一人暮らしが増えている現在、従来の「楽しく」に加えて「安心して」暮らすことが求められており、そのために地域の人が親しく支え合い、一人ではないという思いを醸成するためにサロンに取り組みことにしました。

「サロン豊寿会」は町会、高齢者クラブ、民生委員の三者による運営で、町会が費用と場所の提供、高齢者クラブが運営、民生委員は相談相手という役割分担です。毎週木曜日に、おにぎりの会、福祉勉強会、輪投げの会の三つを組み合わせて活動しています。参加費は100円で、おにぎり代にあてています。参加者は当初の20名くらいから、30名に増えてきました。サロンの目的である地域の絆

見守り・友愛訪問活動

85歳以上一人暮らし・高齢者世帯へ友愛訪問

広島県江田島市 大柿町老人クラブ連合会（6クラブ、会員925名）

町老連では平成10年以來、老人週間における高齢者世帯への訪問を継続してきましたが、平成25年からは、女性委員会役員を中心に、毎月1〜2回の友愛訪問活動に取り組みことにしました。現在、85歳以上の一人暮らし高齢者と高齢者世帯合わせて72世帯を対象に訪問して、声かけ、安否確認を実施しています。訪問当初は少なかった会話も、回を重ねるごとに心を開き、信頼関係も生まれて話はずむようになりました。日常生活において困っていることや悩みごとを聞いた時は、ちょっとした手伝ったり、必要に応じて民生委員や地域包括支援



男女協力して弁当づくり

サロン活動で、きつこつ「まじこる弁当」を宅配

島根県浜田市 相生しあわせ会（会員60名）

毎月第二金曜日にふれあいサロン活動を開催しています。このうち、年4回は健康料理教室として弁当づくりに取り組み、高齢者に宅配をしています。平成21



民生委員も参加

が深まり、町会や民生委員とは良好な関係が保たれて、クラブへの支援の輪が広がっています。

年当初は年2回、一人暮らし高齢者対象でしたが、24年より共同募金の助成を受けて年4回に増やして、対象も町内高齢者世帯に広がっています。メニューづくりには高齢者のリクエストを募り、メンバーで試行錯誤を重ねています。宅配により安否確認もできます。サロンに出かけることで孤立の解消、身体を動かして健康増進、おしゃべりして心の癒しにつながります。さらに、料理を作る喜び、誰かの役に立つ喜び、連帯感も加わりました。

信頼関係を築いた友愛訪問



家庭を訪ねて続く交流



い間、高齢者の孤独死はみられなくなりまし
た。
また、年3回の粗大ごみの日
に対応して、障害者をはじめ重
いものの運搬が困難な家庭に、
持ち出しの援助を行っています。
さらに自治
会役員の方と共に、朝6時から10時まで
ごみの選別もして、地域活動に貢献
しています。

継続的な一人暮らし高齢者への支援

神戸市中央区

ふきあい寿会（会員55名）

一人暮らし高齢者宅を訪問して、見守りを行っているほか、必要があれば身の回りの世話、通院介助、買い物介助などを実施しています。10年頃から継続して実施している活動です。また区老連会報は、会員だけでなく一人暮らし高齢者に

も配布して、会員へのお誘いもしています。
会員ボランテニアの中にはヘルパーの技術を習得される方もいて、活動中の突発的な事故での迅速な処置、救急車の通報など緊急時の対処方法は、日頃から危険を伴う高齢者へのボランティア活動における取り組みの成果であると感じています。

高齢化の進む地域で、共に支え合う

鹿児島県喜界町

上嘉鉄東単長寿会（会員28名）

高齢化の進む地域にあり、会では、早い時期から他団体に先んじて友愛活動を実践してきました。現在は13名のボランティア担当を中心に、孤独や生活の不自由さを余儀なくされている仲間、精神



今日は一緒に買い物

面での支えを大事にしながら、直接あるいは間接的に手を貸しています。
高齢の方々の重い荷物を持つ、ゴミ出しの手伝いをするなどということは、普段から会員が心がけていることです。他にスーパーマーケットの販売情報を提供したり、買い物と一緒にすることもあります。また、台風前には援助が必要な家を見回り、簡単な対策をしています。会員一人ひとりが、周りの人のために何ができるかを常に意識しながら過ごすようになっていきます。



ボランティアの面々

センターへ連絡するようにしています。

地域全戸に向けた見守り訪問活動

秋田県湯上市 児玉創寿会（会員43名）

きっかけは認知症になった会員への対応として友愛部会をつくり、交代で訪問活動に取り組んだことでした。訪問して本人や家族から話を伺うなかで、いろいろな課題がでてきました。そこで民生委員や自治会役員と相談して、老人クラブとして出来ること、長続きする活動を重点的に行うことにしました。

現在、支援を必要とする高齢者に対して行っているのは、市広報誌や会の連絡便りの配布、友愛会（開催は女性部毎週、男性部3月に1回、超高齢者毎週）や健康講座への参加呼びかけ、資源ごみ回収の手伝いで、何か異常がある場合は民生委員へ報告することになっています。民生委員のほか自治会、PTA、婦人会と共に情報交換会をもち、他組織と連携することで地域全戸に向けた活動を展開しています。



訪問には広報誌を持参して



「安心・安全見守り隊」メンバー

地域見守りネットワーク

茨城県水戸市 浜田竹クラブ

（会員76名）

自分たちが暮らす地域に見守りネットワークをつくろうと、地区会（小学校区内の教育・福祉団体で構成）と協議して、平成25年7月に「安心・安全見守り隊」を結成しました。協力機関は、社会福祉協議会、民生委員、地区コミュニティ・プラン相談員、女性会、市民センターです。

立ち上げにあたっては、地区内に住む

一人暮らし高齢者や高齢者世帯を対象として、該当者81名のリストを作成。訪問や電話で生活情報を聞き取りました。見守り隊は2人1組で、安否の確認や必要な支援、情報交換を行っています。楽しみに待っていてくれる方も増えて、交流するなかで昨年度は13名の会員が入会するなど、クラブの拡大にも効果をあげています。また、この活動は高齢者クラブの地域貢献の柱にもなる重要なものであると自負しています。

生活支援活動

障害者・高齢者訪問から

ちよっと手助けへ

奈良県大和郡山田地区

新町福寿会（会員31名）

毎年開催している「花見の会」に、ある年欠席者が出たため、弁当を持参で訪ねたところ、歩くのが困難な状況になられていました。以降、その方に限らず、欠席者の家庭を訪問しては家族のよき相談相手となり、感謝されてきました。

加えて、一人暮らし高齢者への見回りも実施しており、これが功を奏して、長