Newsletter vol.47

ラコルタ | 吹田市立市民公益活動センタ-1EL 06-6155-3167 FAX 06-6833-9851

〒565-0862

吹田市津雲台1丁目 @suita-koueki.org

/プラザ6階 指定管理者

NPO

法人

市民ネットすいた

安心と笑顔で包む存在であるこ

ションが苦手な方

動を通し

つ

たよ





「みんなの SUITA DAY」は、公共空間の活用をテーマにした市民参 加型イベントです。3回目の開催となった今回は、南千里駅前の広場 を使ってチャレンジしてみたいことを個人団体問わず市民に向けて 募集し、企画立案をサポートしました。あいにく、当日は天候が悪く、 千里ニュータウンプラザ内での開催となりましたが、手作りワーク ショップを楽しむ子どもたちや、ダンスや空手などのステージを楽し む参加者で大いに賑わいました!今後も企画段階から市民の皆さんと 共にイベントをつくるプロセスを大切にしたいと思います。

●開催日:3月20日(水・祝)



## テーマカフェ 70年代の少廿漫画でZINEを作ろう

70年代の少女漫画を題材にしたコラージュ冊子ZINE(ジ ン)を作りながら、好きな作品や作家について語り合うテーマカ フェを開きました。長年大切に読まれている作品を持って来られ た方や、リアルタイムで読んでいなくてもその時代の漫画が好き な方など、世代を超えて楽しく交流しました。作り方を覚えたの で、「自分の好きなテーマでもZINEづくりの交流会を開きた い」という人もおられ、居場所づくりや交流のヒントになったよ うです。 ●開催日:4月21日(日)

## どなたでもご参加ください! ラコルタの講座・イベント

7月6日(土)

## 公益活動向けの 法人化講座

法人設立に必要な手続きや 流れを、詳しく説明します。

●とき:14:00~15:30 ●定員: 先着10名

6月7日(金)

## ボッチャの魅力 を知ろう!

競技の魅力や福祉的な役 割について(体験もあり)

●とき:19:00~21:00 ●定員: 先着10名

6月26日(水)

# もしバナゲーム

カードゲームで人生の最期 について語ろう!

●とき:10:00~11:00 ●定員: 先着20名

お申込み・ お問い合わせは ラコルタまで

TEL:06-6155-3167 FAX:06-6833-9851 Fメール:

info@suita-koueki.org ※費用が明示されていない イベントは無料。

※申込期限の記載がなけれ ば前日まで。

毎月開催!「ボランティア・NPO初歩講座」…6月20日(木)13:30~15:00、7月19日(金)19:00~20:30



今回取り上げた「ふれあい交流サロン」は主に高齢者の居場所となっていますが、 内閣府の全国調査を見ると、孤独感を感じている割合は20~50歳代の方が高い結 果となっています。SNSなど、つながり方が多様化する中で、若い世代に向けた孤 独・孤立対策の取り組みにも焦点をあてていきたいです。

編集スタッフ> 茨木由美・入江陽子 住岡譲太郎・守谷和美・柳瀬真佐子 山本泰秀

**うコルタ吹田 検索** https://suita-koueki.org アクセス 阪急電車千里線「南千里駅」改札出て左、千里ニュータウンブラザ 6階

Newsletter 2024年6月1日号

高齢者がついつい 行きたくなる居場所

**VOL.47** 出会う→集う→育てる→実る

「市民公益活動」は市民が自発的に行う社会貢献活動です。 市民公益活動センター(愛称:ラコルタ)は市民の力で吹田市をより良いまちに するため、これらの活動を支援しています。



よしだ しげとし 第32回吉田 重登志さん なないろクラウン/ぷらん

魅力をお伝えします。

幼少期から吹田市に在住。広告 企業勤務を経て、イベントや商 業施設の再生を手掛ける企画会 社を設立。2013年から起業家の 仲間と「吹田夢咲応援隊」を結 成し、街を盛り上げる活動をプ ロデュース。クラウンとして は、福祉施設や幼稚園等に出向 いて活動している。

長年の思

当たり前」という考え方があ るために、つま

から教

して怒

やってみたい! の声に

が当たり前

クラウンには「出来ないことが

l)

西宮にあるクラ た 50 いつか の養 ま

週末や余暇の新しい過ごし方として。

働きざかりの方や家事・勉学に忙しい方など 初心者の方でも気軽に参加できます!

(例)お弁当作り・喫茶・竹林整備など



# 高齢者が ついつい行きたくなる 居場所 ふれあい交流サロン

吹田市地域福祉計画では「みんなでつながり安心・いきい きと暮らせるまち吹田」を基本理念に、地域全体で支え合え るまちづくりを推進しています。

> その中で高齢者の要介護リスクを高める「閉じこもり」へ の対策や気軽に世代間交流できる場として「ふれあい交流 サロン」事業が、2005年に開始されました。

コロナ禍を通じて「居場所」の重要性が再認識される中、市 の選考を受けた12団体が各地でサロンを運営し、地域福祉 の重要な役割を果たしています。

本号では、高齢者を中心に誰でも日常的に利用できる「ふ れあい交流サロン」が、高齢者や地域にどのような影響を 与えているのか、その特徴や効果、可能性について探るた め、3つのサロンを取材しました。

#### マグネット(山田東)

磁石のように引き寄せる

代表の濱田さんが開設したきっかけ の1つは、コロナ禍で人と交流できな かった時に感じた寂しさでした。また、 スーパーの休憩スペースなどで一日中 一人で過ごす高齢者の姿に触れ、自身 の老後を考えた時、もっと交流しやす い居場所を自分でつくりたいという思



いから、「ふれあい交流サロン」制度を活用し、生協の仲間たちと共に 2023年に開設しました。

特にこだわったのは、「古民家」と初めて来た人への「接し方」です。古民 家には、家庭的な雰囲気があるので、誰もがほっと落ち着けるような空間 を生み出し、どこか懐かしさも感じられます。スタッフや常連さんは、初 めて来た人にも笑顔で気さくに話しかけることを心がけており、古民家 の雰囲気も相まって、すぐに打ち解けることができます。

栄養たっぷりのランチや百歳体操も好評ですが、常連さんと一緒に立 ち上げた毎週火曜の健康麻雀は特に賑やかで[麻雀はよく分からないけ れど、みんなとのおしゃべりがとにかく楽しい」という方が多くいらっ しゃいました。そして、場所が小学校近くの住宅街ということもあり、古 民家から漏れる笑い声に引き寄せられて、乳幼児を連れた母親、小学生や 若い男性など、さまざまな世代の利用者が少しずつ増えてきているそうです。

## まるっと。(南正雀)

ないなら、みんなでつくる

代表の茂上さんは、デイサービス系 の仕事をする中で、支援が必要な人へ の介護や予防に限定された介護保険 サービスではなく、高齢者が日常的に 集える場所が地域に必要だと感じてい ました。しかし、自身が暮らす南正雀に は喫茶店も少なく、気軽に集える場が



ありませんでした。そこで思いに共感してくれたママ友やシニア世代の 人々と共に2019年にサロンを開設しました。

運営にあたって大切にしているのは、利用者との「距離感」と「スタッフ 間の情報共有1です。利用者の様子を見ながら、程良いタイミングで声を かけることで、心地良さを感じてもらえるよう努めています。時には、普 段見えにくい利用者の生活上の問題に気づくこともあり、その際はス タッフ間で問題を共有し、必要に応じて支援機関につないでいます。日々 接するからこそ、地域の見守り機能も担っています。

一人で利用されていた男性に話を聞くと、以前は家の中にいることが 多かったが、ここでは一人でゆっくりしながらも、時折スタッフと気軽に おしゃべりができ、通いやすい料金や長い営業時間もあって、つい来てし まうとのことでした。近隣での顔見知りも増え、身だしなみに気を配るな ど、日常生活にメリハリができたという声も多くありました。

## 一休庵(片山町)

心も身体も笑顔になる

医療者でもある代表の濱野さんは、 地域の足腰の衰えが気になる方、元気 のない方や他人とのかかわりが薄く なってしまった方たちと接するなかで、 いつまでも地域で健康に過ごせるよ う、日常的に交流できる場所づくりの 重要性を感じ、任意団体を設立したの ち、2021年にサロンを開設しました。



サロンは、お茶だけでなくゲームなどが楽しめるイベントスペースが 併設されています。学校の休み時間のように、それぞれ楽しみを見つけ て自由に過ごせる空間づくりを心がけているそうです。それだけでなく、 様々なイベントの企画、実施などにおいてスタッフと利用者が協力し合 うことで信頼関係を築き上げられ、より居心地の良い場所になったとの ことです。また、普段からお互い親しくなれるような工夫をすることで利 用者同士の交流も促進され、イベントなどを通して絆がより深まってい ます。中には利用者同十で連絡先を交換するくらいの仲となり、サロン以 外での交流も増えているとのことです。

カフェのように一人でふらっと出入りできる「気軽さ」と、ゲームなどお しゃべり以外の楽しみを「やりたい時に自由にできる環境」があることか ら、おしゃべりが苦手な人でも通いやすく、ほぼ毎回来られている方もい るようです。

# 「閉じこもり」とは

閉じこもりとは「週1回も外出しない状態」と定義さ れており、要介護リスクが高まると言われていま す。また『吹田健やか年輪プラン』でも、高齢者の外

出頻度は課題とされており、2023 年の調査では、「週1回以下の外出」 は12.8%、「昨年より外出が減って いる は 36.1%となっています。



吹田健やか年輪プラン

## 「ふれあい交流サロン」の概要

- ●閉じこもりがちな高齢者の参加を促すサービスの実施
- ●原則10:00~16:00、週3日以上の開設
- ●誰でも利用可、看板等の掲出、飲食提供時は無料or低額



補助金 交付

\サロンの運営

吹田市内の 非営利団体



各サロン情報

地域にはさまざまな公共施設やコミュニティがあります が「ふれあい交流サロンは、特別」という利用者の言葉が 印象的でした。

それは、地域で日々過ごす中で感じた問題を解決 しようと、市民自らが積極的に行動したことで得た 大きな功績を象徴したものではないでしょうか。

同じ地域に暮らしているからこそ、利用者の小さな変化 や声に耳を傾け、時には利用者の持つ力に頼りながら、各

サロンで創意工夫をしている。だからこそ、サービスの 提供者と利用者という関係性ではなく「同じ地域で暮 らす人たちで、一緒につくり上げる関係性」が生ま れ、地域に応じた福祉の在り方を見せてくれています。

「ふれあい交流サロン」のような地域密着の「ついつい 行きたくなる居場所」を増やしていくことの大切さを 改めて感じました。