

特定非営利活動法人 宅老所 心

住み慣れた地域で
安心して歳をとれる
居場所づくり



なじみの地域で、ほっとできる場所を提供したい。そして、誰もが安心して歳をとることができ、最期までその人らしく暮らせるよう支援したい。そんな思いを形にした宅老所を開設し、地域のボランティアの方々と共に楽しく活動する団体取材しました。

一番大切な“心”を込めて活動を

宅老所心。この名前には人間にとって一番大切な“心”が込められています。

利用者はもちろん、働くスタッフや、関わるすべての人の個性を尊重し、その人らしさを大切にできるのは心を込めて接するから。皆が幸せになるようにとの願いを込めて、“心”という名前をつけたそうです。

現在、約40名の地域の方がボランティア登録し、楽しく助け合いの活動をされています。「私の提案を形にしてくれるのは、いつもボランティアの方。地域のボランティアの方に支えられて宅老所心は存在します。自分が楽しまないと周りも楽しくない。また、楽しく集まるだけではなく、そこで悩みが言えて、皆がつながることができる“居場所”にしたい。」そう話す宅老所心の理事長である村田さんに、宅老所心を設立した経緯や思いを伺いました。

きっかけは「障がい者の働く場をつくりたい」

救護施設でワーカーとして働いた経験から、障がいがある人の働く場がない現状を何とかしたいと思ったことが宅老所をつくらうとしたきっかけでした。「働くことは義務ではなく権利です。障がいの有無に関わらず共に働ける場所をつくりたい。」そんな思いから、誰もが利用できる地域の居場所となる施設をつくりました。それが宅老所心です。

活動は、地域のボランティアの方により行われており、それぞれが自分の得意な分野で活動するので無理なく続けられます。協力いただくきっかけとなったのは、地域のボランティアグループに声をかけたことでしたが、その声が少しずつ広がって、今では声をかけるとすぐに人が集まり、人手不足に悩むことはないほどです。

活動内容の周知には地域の回覧板を活用します。介護予防の一環で宅老所を利用する高齢者もおられる一方で、ここに来ることができない方は、ボランティアで構成されたお助け隊（地域生活・介護サポーター）による、家事や買い物等の代行サービスによる生活支援を利用しておられます。

活動分野

地域の居場所づくり、
高齢福祉

スタッフ数

約40名

団体設立

2003年11月22日

団体ホームページ

<http://www.npo-kokoro.net/>

地域とつながり、誰もが利用しやすい居場所づくり

宅老所心の主な活動は、定期的に行う高齢者の交流会・ランチ食堂・地域居酒屋などです。夏に行う夏祭りでは、盆踊りの樽を組み立て、本格的な模擬店を出します。これらの活動はすっかり地域に根づき、今では、利用者や参加者は毎回定員を上回るほどの盛況ぶりだそうです。

「地域で活動していると様々な事が見えてきます。人が、地域が、何を求めているのか、その地域ならではの課題が見えてきます。何をすればよいのか、すべきか、それを声にすることで形となり、新たな活動となっていくます。」

そうした中で生まれたお助け隊（地域生活・介護サポーター）活動は、地域に留まらず市内全域に広がりつつあります。

「宅老所心は、高齢者だけの居場所ではありません。今度は、新たな取り組みとして子ども食堂を行うことで、高齢者から子ども、障がいの有無に関わらず、ここはみんなの居場所だという事をこれからも発信し続けていきたいです。」

また、活動には、必ず資金が必要です。補助金を活用する一方で、利用者からも材料費程度の参加費をとることで、気兼ねなく参加していただける体制づくりにも心配りされています。

宅老所心が地域に根づいている証のように、声をかければ食材の寄付等、快く協力してくださる方も多く、今後は、利用者やボランティアの方をはじめ、スタッフ全員で野菜を作るなど、自給自足も考えているとのこと。これも居場所づくりの一環です。



▲第一・三金曜日 地域居酒屋（飲物持ち込み、千円ポッキリ）徒歩で帰るのが原則！
（テーブル番奥でグラスを片手にする理事長の村田さん）



▲小規模多機能の広場にて、夏祭り。ボランティアが15名、地域の方100名。利用者の家族が約20名来られる。

地域の中の居場所の必要性や重要性に気づいて

地域の人から「心」があるから安心して歳をとれる。これからもずっと続けてほしい」との声も聞かれるそうで、いつもそこにボランティアの方がいて、高齢者や地域の人々にとっての居場所として地域に根づいている事がうかがえます。

そんな居場所づくりと助け合いが、地域に広まっていくことを願います。

「地域の居場所づくりの必要性や重要性にもっと目を向けてもらえたらうれしいです。居場所づくりはどこでもできます。軒先だって居場所になるのです。」と村田さんは語ります。学区単位では自宅から遠い人もいるので、誰もが行ける場所、いつも開いている場所をそれぞれの地域の中につくることが大切です。

居場所をつくれればそこに人は集まります。人が集まればそこからつながりが生まれます。つながりが生まれれば助け合いが生まれ、そこで安心して歳をとれるのです。



▲かやぶきコンサート 地域の方に回覧を回して、食事つきコンサートを楽しむ

取材＊メモ

宅老所心をつくり、地域の方の居場所づくりに取り組む村田さんですが、彼女自身、現在、要介護4の母親を在宅介護されています。母親の介護と地域のための活動等、やりたいことで頭がいっぱいになることもあるそうですが、最期まで在宅介護をしたいとのこと。「母の介護があるから今の自分がある。介護のことや人の老いについて母を介して勉強させてもらっている。」と、村田さんは話します。

だからこそ、住み慣れた地域で安心していつまでも暮らしていけるよう、居場所づくりや助け合い活動の必要性を強く持たれているのかもしれない。

取材に伺った日は高齢者の利用の日でした。居心地よく歓談される利用者、心を込めて対応するボランティアの方の姿が印象的でした。

