一人暮らしの高齢者の心を繋ぐ 温かい交流の場づくり

ハーモニカの演奏に合わせて響く歌声。思うように体が動かず苦笑いの起きる健康体操。時間を忘れて楽しく語り合う姿――。

11月に行われた第4回関城にっこりサロンの様子は、ケーブルテレビでも紹介され、目にした人もいるのではないでしょうか。

1人暮らしの高齢者の数は年々増加し、孤立しがちな傾向にあり、筑西市も例外ではありません。今回は「引きこもりがちな高齢者の居場所をつくりたい」そんな思いから、筑西市生活支援体制整備事業協議体のメンバーが中心となり、令和4年に立ち上げた「関城にっこり」代表の中山文芳（なかやまふみよし）さんに話を伺いました。

大泊（おおどまり） 知子（ともこ） さん（黒子）

どんな人にも「居場所がある」と実感できることは大切だと思いました。

一人にさせない地域の輪

現在の会員は15人で、各々の知識や経験、特技を活かして演奏や体操などの交流の場づくりをしています。「初開催の時は、みんなが楽しめるものが良いと考え、自分の特技でもあるハーモニカの演奏を行いました。2回目はそれに加えて紙芝居や関城民話、健康体操を移動スーパーの日程と合わせる工夫もしました」と教えてくれました。

3回目のカレー討論会は特に盛り上がったようで「昼食にみんなでカレーを食べた後に、参加者それぞれが好きなカレーの味付け、具材、隠し味、付け合わせなどを発表し、定番と意外な組み合わせに会話が弾みました」と企画への手ごたえを感じた中山さん。

関城にっこり　中山さん

当日の様子はこちら

「お坊さんに聞いてみよう！」の様子

より多くの人に参加してもらうために

会ではもっと多くの人に参加してもらうために話し合いを重ねたそうです。そこで、「4回目は、葬儀や法事など身近な問題で関心はあるのに普段なかなか聞けないことを聞ける『お坊さんに（ぶっちゃけ）聞いてみよう！』という講話を入れてみました。関城地区の人を対象にし、関城地区全戸にチラシを配布したこともあり、参加者は13人から25人に増えました」と活動の広がりを嬉しそうに話してくれました。

世代を超えた交流を目指して

参加者アンケートの結果をもとに、来年からは年4回開催し、だれでも参加できるようにすることが決まったそうです。

「参加者に『また来ます』と笑顔で言ってもらえた時がとても嬉しいです。今後はもっと活動の輪を広げ、世代を超えた地域住民の交流の場にしたいと思っています」と中山さんの夢は大きく広がっていきます。

次回開催のイベントに向けた打合せの様子

取材を終えて

近所づきあいや趣味をとおして日常生活、地域社会への参加を行っていればいるほど生きがいを感じるようになり、それが介護予防や認知症予防にも繋（つな）がるそうです。

関城にっこりのようなサロンが居場所になることで生きがいが提供されていることを感じました。

一歩ずつ居場所づくりを実現している関城にっこりに一度遊びに行ってみませんか。

【問】関城にっこり（関城老人福祉センター内）中山 ☎20-3310