

いつまでも住み慣れた地域で あんしんして暮らし続けるために ～住民同士の支え合い「たすけあい活動」 に参加しませんか～

高齢者の方などが日常生活を送るうえで、ちょっとした困りごとで誰かの手助けが必要になる場面があります。そのような時、気軽に頼める「たすけあい活動」があります。

誰でも参加できる支え合いの取組として、地域で広がる「たすけあい活動」をご紹介します。



たすけあい活動の必要性

少子高齢化・人口減少が本格化する中、今後、単身世帯や高齢者のみの世帯が一層増加していく見込みです。そうした中で、行政や福祉の専門職だけで暮らしを支えるのは困難となり、自分でできることを行う「自助」に加え、地域の住民同士で支え合う「互助」の取組がとても重要となります。

市では「互助」の取組として、たすけあい活動を推進し、地域で支え合う体制づくりに取り組んでいます。

たすけあい活動とは？

たすけあい活動は、社会福祉法人や NPO、住民によるボランティアグループなど、さまざまな団体が主体となって行われており、現在、市内で 17 の団体が活動しています。

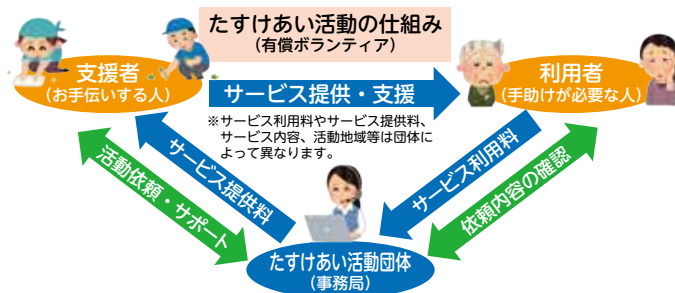
番号	団体名	所在地	主な活動地域 ○…全地域 △…一部地域						
			出雲	平田	佐田	多伎	湖陵	大社	斐川
1	朝山お助けマン互助会「ささえ愛」	所原町	△						
2	おたがいさまいずも	矢野町	○	○	○	○	○	○	○
3	NPO 法人 河南はつらつセンター	湖陵町三部	○	○	○	○	○	○	○
4	かみつお助けマン互助会	上島町	△						
5	福祉互助組織 神門地区手互の会	知井宮町	△						
6	社会福祉法人 金太郎の家	斐川町学頭							○
7	高浜地区暮らし応援活動サークル	矢尾町	△						
8	NPO 法人 たすけあい平田	西代町	○	○				○	○
9	たすけあいボランティア	今市町	○	○	○	○	○	○	○
10	ひかわ医療生活協同組合 有償助けあい「つくし」	斐川町直江							○
11	鳶巣お助けマン互助会	東林木町	△						
12	NPO 法人 なないろネット	河下町		△					
13	出雲医療生活協同組合 有償ボランティア・虹	今市町	○	△	○	○	○	○	△
14	ひえばらお助けマン互助会	稗原町	△						
15	NPO 法人 ボランティアネットたき	多伎町小田				○			
16	みんなたすけあいネット	口宇賀町		△					
17	佐田おたすけ隊	佐田町反辺			○				

活動内容は団体によって異なりますが、掃除や洗濯、調理、草取りといった家事支援から、通院や買い物の付き添い、子育て支援など、利用者から寄せられる多岐にわたる困りごとに対応しています。

支援者は隙間時間などを利用して、自分にできる無理のない範囲で活動されています。地域で困っている方のために活動することで、支援者も充実感が得られ、日々の生きがいにつながっています。

また、たすけあい活動は、利用者と支援者がお互いに対等な関係で気持ちよく依頼・支援ができるよう、有償ボランティアという形で取り組まれています。

利用者が利用料を団体に支払い、運営経費等を差し引いた金額が謝礼金として団体から支援者に支払われています。



実際に活動されている方へのインタビュー～「困ったときはお互い様」の気持ちで～

たすけあい活動団体「NPO 法人たすけあい平田」を立ち上げ、ご自身も支援者として活動中の熊谷美和子さんにお話を伺いました。



Q たすけあい活動を始めたきっかけはなんですか？

A 私は夫の転勤で地元から遠く離れたこのまちに住むことになりました。周りに頼れる人もいない中、介護や子育ても重なり、自分の力だけではどうにもならず、人の手を借りたいと思うことが多くありました。ありがたいことに自分は、助けてくれる地域の方に運よく巡り合うことができ、困難を乗り越えることができましたが、一方で、どうしようもなく1人で困っている方も多くいるのではないかと思います。そのような困りごとを抱えた方を支援し、逆に自分が困ったときには助けてもらえる、「困ったときはお互い様」の支え合いの組織があれば、困っている方に必要な支援を届けられるのではないかと考えるようになり、周りの後押しもあって、団体を立ち上げることになりました。



Q どんなやりがいを感じておられますか？

A 「ありがとう」、「次もまたお願いします」と言って喜んでもらえることが、自分も含めて支援者みんなの何よりのやりがいとなっています。

また、利用者からも「お世話になったから」と、次は支援者として活動に加わっていただけることもあります。そのように「困ったときはお互い様」のたすけあいの輪が広がっていくと、もっと住みやすいまちになるのではないかと考えています。



Q 周りの方に伝えたいことはありますか？

A 地域に住む1人の困りごとを他人事にせず、みんなで助けようという気持ちに多くの方がなれば、とてもやさしいまちになると思います。皆さんの空いている少しの時間でも、できることだけで構いませんので、たすけあい活動に力を貸していただければ嬉しく思います。困ったことがあれば遠慮なく言える、そんなまちになることを願っています。

たすけあい活動に参加するには？

地域で支え合う体制づくりを進めるために、市では、出雲市社会福祉協議会に生活支援コーディネーターを配置しています。たすけあい活動に参加したい方、まずは話を聞いてみたいという方は、出雲市社会福祉協議会までお問い合わせください。

(出雲市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎ 23-3781)