

元気づけたい

◆ 大学生が手紙を通して届ける思い



新型コロナウイルスによる外出自粛によって、高齢者や障がい者が自宅に閉じこもりがちになり、心身機能が低下するなど、日常生活にさまざまな課題が生じています。

そんな中、泉佐野市社協では子育てサロン参加者へ子ども用マスクを配布したり、池田市社協では、「お変わりないですか活動通信」を発行するなど、離れていてもつながりを途切れさせない見守り活動が展開されています。

今回紹介するのは、吹田市社協と連携した、大阪大学の学生が展開する新たな見守り活動です。

すいすい吹田(大阪大学)

すいすい吹田は、大阪府北部地震(2018年)をきっかけに「日常のつながりから、助け合いを」と大阪大学の学生らが中心になったチームです。当時は、吹田市社協が立ちあげた災害ボランティアセンターと連携し、市内の高齢者宅の片付けや清掃活動などを実施したり、その後も、市民による危険箇所点検や防災訓練に参加し、高齢者との交流を続けてきました。

今こそ高齢者の生活に寄り添いたい

活動のきっかけは、大学で新型コロナ

ナウイルスをテーマに意見交換したことです。「地域での活動や外出が減り、孤立している高齢者に何かできないか」との思いから、関わりのある吹田市社協へ相談しました。

市社協としても、高齢者向けサロンや行事が中止になり、住民の暮らしが把握できずに心配しているとのことでした。

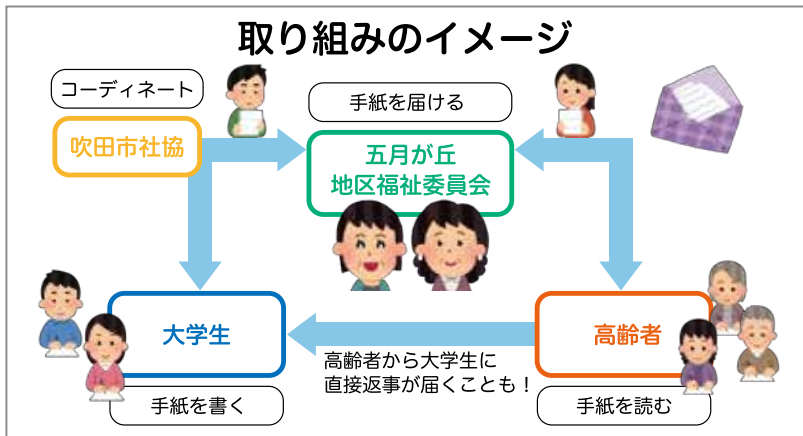
メンバーの置塩(おきしお)ひかるさんを中心に「地震後も防災活動でつながりのあった、五月が丘の高齢者を元気づけたい」との思いから、市社協や五月が丘地区福祉委員会、NPO法人 日本災害救援ボランティアネットワーク(NVNAID)、すいすい吹田で、活動内容を検討しました。その中で、感染をおそれ、散歩をやめた人がいることや長期間誰とも話さなくなり、インターホンや電話で『はい』の第一声が出てこない高



桜の押し花を手紙に添えて、季節を感じてもらえる工夫をしています

齢者も多いとの実態がわかってきました。

当初、高齢者宅に直接訪問することを予定していましたが、緊急事態宣言が発令され、最少人数での活動が求められることに。このため、日ごろ地域で活動している五月が丘地区福祉委員会に学生たちの思いの詰まった手紙を託し、同地区に住むひとり暮らし高齢者宅へ届けてもらうことになりました。



つながりを感じてもらうための手紙

活動に向けての会議も、外出自粛が続く中、Zoom(オンライン会議)やメールなどを活用して打ち合わせを重ねました。手紙の印刷は個人宅で行うなど、準備は学生自ら進めました。

4月に届けた手紙は、季節を感じてもらおうと桜の押し花を添え、「一人じゃないですよ」と思いを込めました。「人とのつながりを感じてほしい」という思いから、手書きの手紙にこだわりました。今では、手紙への返事も届き、世代を超えた文通がはじまっています。



Zoomを活用したオンライン取材の様子



代表の置塩ひかるさん

「ひとり暮らしの高齢者を

お互いを支える活動

手紙の返事には、「買い物に行くことができない」、「誰とも話せなくて寂しい」というコロナ禍での苦悩や、「少し離れたところで暮らす家族に会えない」など日常生活でのつながりが薄れてしまっている高齢者の現状を大学生が知るきっかけとなっています。中には、「状況が収束し、落ち着いたらぜひ会いたい」、「大学での勉強も

学生に芽生えた想い

がんばってね」など大学生に対する励ましの声も届いており、この活動を通して、手紙を送るメンバーは「お互いに支えられている」と話します。

大学と地域の連携

メンバーは、「新型コロナウイルスが落ち着いたら、昼食会（サロン）等に参加して、手紙をやりとりしていた高齢者に実際に会いに行きたい。一緒に参加できる企画を考えて、一緒に体験などができれば」と今後も継続的な関わりをもつことに意欲をみせます。

今回のつながりをコーディネートし、大阪府北部地震から関わる市社協の新宅太郎さん(写真の右から2番目)は、「連携が実現したのは、長年取り組んできた小地域ネットワーク活動があったからこそ。日頃から、ひとり暮らし高齢者と地区福祉委員会のつながりがあったことで、大学生の想いを受け止め連携することができた。その様な中、大学生自身が、自分たちの身近な地域の課題を認識し、何かできることはないかと考え、行動し、活動に力をつけてくれたことがうれしい。大学4

吹田市社協のみなさん



年間、大学という『場所』に通ったという事実だけでなく、吹田という土地や人の良さを知ってもらい、第2の故郷として吹田を愛してほしい。そして、吹田で地域や住民と関わった経験をもった人が、社会に出て、吹田以外の場所でも生活しても、社協の名前を思い出して、関わってみようと思えたり、地域の一員として、地域福祉と関わりをもちながら生活してほしい」と話しました。市社協では、今後もすいすい吹田と地域住民が関わりあえる取り組みを協働する考えです。また、吹田市内の他大学と地区福祉委員会との連携もコーディネートしていきます。

取材後記

すいすい吹田の取り組みは、不安な日々の中で、地域とのつながりを絶やさないだけでなく、新たなつながりを作り、継続していくこととする思いが感じられました。手紙をもらった高齢者からは、「私はいい地域に住んでいるわ」という声もあり、吹田市ならではの地域の強みや良さを再発見する活動になっていることがわかりました。

また、今回初めてオンラインで取材を行いました！メリット、デメリットはありますが、今後ニーズに合わせて会議や取材に柔軟に対応する必要性を感じました。

府社協のHPにて、府内の外出自粛高齢者等の見守り活動を発信中！

大阪府社協

詳しくはこちら▶▶▶



コロナ禍と向き合う

在宅介護者のいま

続いて、コロナ禍における在宅介護者の現状について、河南町介護者（家族）の会 会長 戸井眞弓さんにインタビューしました。

外出自粛の影響で…

趣味のコーラスやサロンの体操、町内の掃除やパトロールにボランティアとして参加するなど、毎日のように夫と一緒にでかけていましたが、外出自粛

の影響で参加する機会がなくなりました。

夫は認知症で、普段利用するデイサービスは開所していましたが、感染リスクを避けるため利用を控えています。

もし自分が感染したら

コロナの状況下で次第に、夫の行動が不穏になって、以前にも増して目が離せなくなりました。一日中家の中にいることで夫婦ともにストレスを感じ、気を

抜けずにしんどく感じることもありま

す。万が一、自分が感染してしまったら、残された夫を誰が看るのか不安で簡単に外出もできません。今は夫婦でスーパーへの買い出しと、犬の散歩に出掛ける程度です。

幸い近所に住む娘がよく手伝いに来てくれるので、その間にお風呂に入ったり、自分の用事をする時間がもており、今まで以上に家族の支えに助けられています。

その後、デイサービスのスタッフからの声かけもあつて今は週に2度利用しています。

改めて感じた会員の絆

4月上旬からは、介護者（家族）の会として集まることは自粛していますが、会員への電話による安否確認をはじめました。

とても好評で「電話をもらってうれしい」「元気がでた」などの声を多く聞かれています。

電話をしている中で、腰を痛めて動けなくなり、ご飯をつくることもできず、3日間ほとんど何も食べられてい

取材後記

新型コロナウイルスによって、これまで「あたりまえ」に行うことができた地域の見守りやサロン活動などを自粛せざるを得ない状況に直面しました。

地域の「つながり」を途切れさせない活動には、知恵と工夫が求められるとともに、今回紹介した介護者（家族）の会などの当事者組織や、地域のさまざまな活動が「あたりまえ」のものではなく、その活動の意義や目的を改めて振り返る機会になっています。



河南町介護者（家族）の会「さくらんぼ」会長 戸井眞弓さん
在宅で認知症の夫の介護をしています

介護者（家族）の会とは

介護者（家族）の会は介護をしている家族が孤立しないために、介護をする当事者同士のつながりを作るための会です。

様々なイベントを通して悩みの共有をしたり、会員同士が相互に助け合える関係を作ったりしています。

介護の悩みをお抱えの方はお近くの介護者（家族）の会でお悩みを相談してみたいかがでしょうか。

詳しくはこちら▶

