

シニアのゲンキで マチが輝く!! 😊

<<少子高齢化社会のなか、高齢者はもとより、これから年齢を重ねていくすべての方々が、豊富な経験や技術を活かし、生涯を通じて仕事や地域活動、生涯学習・スポーツなど、さまざまな分野でイキイキと活躍していただける社会(生涯現役社会)づくりが望まれています。お元気な高齢者がたくさんいらっしゃることで、活気にあふれる地域社会となっていきます。そこで、おゲンキなシニア世代の方々に、シリーズでご登場いただきます。

同じ経験をもつ者として

これからの高齢者福祉を取り巻く環境は、一段と厳しさを増していくと考えられます。家庭での介護についても、地域や関係機関のたすけ合いや支援が不可欠であることは言うまでもありません。中でも認知症高齢者を在宅で介護するにあたっては、今後も認知症高齢者が増えるであろう中で、家族介護の問題に対する関係機関の支援は大切なものとなります。

今回は、そうした認知症高齢者を支える家族会「なでしこの会」で活動されている、原田明さんにお話を伺いました。

原田さんは教員を退職後、鹿野地区区内で老人クラブ活動や地元の自治会行事などに積極的に参加され、また、公民館活動では生涯学習など、さまざまな分野で活躍されておられます。

自らも、在宅で認知症高齢者の介護を家族で行った経験を持ち、介護者のご苦労や悩みなどもわかってお



いきがいをもって介護できるように

認知症高齢者を支える家族会 **原田 明さん(69)**
「なでしこの会」 Akira Harada

られ、平成15年3月に「なでしこの会」を立ち上げ、勉強会や介護者の悩みを聞き合ったりしながら、親睦を深める場として介護者の参加を呼び掛けてこられました。

日々つながりをもちながら

“自立した会にしたいと思って、会の活動に取り組んできました。介護者の日々のストレスを、介護者の皆さんや会のボランティアが気軽に話し合ったり、個別の相談日を会で開催したり、介護に対するアドバイスや関係機関への連絡など、個人的にしか話せない悩みなどにも積極的に応じています。また、ストレス解消を図るために、お花見や自然を散策するハイキングの実施、日々の介護疲れを癒す日帰り温泉旅行を行っております。”

“認知症高齢者が安心して在宅で暮らせるように、この会の活動を活発にし、地域内で介護されておられる家族がおたがいに知り合い、日々つながりをもちながら楽しく生

きがいをもって介護できるように、少しでも援助できる会にしたいですね。”とお話になる原田さん。

自身の経験を活かし、それを地域社会に還元していくことは、そのまま自分自身のいきがいにつながっていきます。豊富な経験をおもちのシニア世代の活動の場は、地域の中にもヤマとありそうですね。

