

地域の支えあい活動や介護予防活動をご紹介します

見~つけた!

地域の活動



Vol.12

2017年7月発行

ボランティア活動を通して、人を知り、自分を知ってもらふことの楽しさを知りました。



今回の地域のいきいき活動は、地域で活躍されているボランティアの方のうち、四万十市多目的デイ・ケアセンター2階にオープンした「まちなかサロン」のボランティアの皆さんをご紹介します。

このまちなかサロンは、高齢者の活発な生活の促進、自主的な介護予防の推進、高齢者の社会参加の場を目的に、いつでも気軽に誰もが自由に入りにできる場所として、6名のボランティアの皆さんの協力のもと運営しています。

ボランティアの内容は、受付や体操の指導、機械の操作、見守りなど多岐にわたるものですが、忙しいながらも参加者と一緒になって楽しまれているように感じました。

ボランティアの皆さんは、前職やこれまでの活動での経験を活かしながら、様々なボランティア活動に取り組みされており、まちなかサロン以外にも、民生委員、健康福祉委員会の代表者、食生活改善推進員、社会福祉事業の支援活動など様々な場面で活躍されています。

平均寿命と健康寿命（健康上の問題がなく日常生活を普通に送れる状態のこと）の差が問題視されていますが、いつまでも健康的に楽しく笑顔で暮らし続けるためには、地域の中に生きがいや役割を持つことが大切と言われています。

ボランティアの皆さんの生き生きとした活動を通して、このことを実感しました。

日中は、家にいないことのほうが多く、忙しいと思うこともあるのですが、活動の楽しさや、自分が必要とされていることの嬉しさを感じることも多いと言います。

取材の最後には、「ボランティア活動を通して、多くの仲間や地域住民と出会い、人を知り、自分を知ってもらふことの楽しさを知りました。」と笑顔で話されていました。



まちなかサロンのボランティアの皆さん