

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.21

2018年4月発行

### 奥屋内下地区の「夜とぎ」や「おすそ分け」

### 地域が家族のような古き良き支えあい活動



今回の「地域のいきいき活動」は、西土佐奥屋内下地区の支えあい活動をご紹介します。奥屋内下地区は、中心市街地より車で約40分のところにある黒尊川流域の自然豊かな地域です。

奥屋内下地区では、配偶者を亡くされた方が寂しくないようにという想いから四十九日を迎えるまでの間、地域住民が泊り込み、夜を明かす「夜とぎ」が行われているそうです。

今回、取材にご協力いただいたお宅では、2〜3名の方が「夜とぎ」をされており、日中と一緒に過ごされ、3食を一緒に囲み、夜は川の字になって寝るといった短期間の共同生活を送られていました。



旦那さんの生前、献身的に看病し支えてこられただけあって、旦那さんを亡くされたショックは大きく、気分も落ち込んでいたようでしたが、夜とぎのメンバーのおかげで寂しさを紛らわすことができているようで、「皆に元気をもらっている」と笑顔で話されていました。

その他、「おすそ分け」も日常的に行われており、作り過ぎたおかず・畑で取れた野菜・美味しくできた料理などを隣近所でおすそ分けされています。「この間もろうた野菜美味しかったぞ」「○○さんのお漬物は絶品」といった会話が聞かれており、まるで地域が一つの家族のような自然体な支えあい活動が展開されていました。

