

平成 27 年度 京築地区高齢者相互支援リーダー研修会 開催

研修会続きですが、7月に入り「高齢者相互支援リーダー研修会」が京築地区を最初の会場として平成 27 年 7 月 5 日(金)行橋市の「ウイズゆくはし」にて開催されました。

今回の京築地区の支援活動員のリーダーの方々が 125 名参加されました。

研修内容は単位クラブ新任会長研修会と同様、福岡県消費生活センターから「悪質商法」「二重電話詐欺」について注意喚起を含めた内容のお話をいただきました。福岡県は昨年と比較して 2 倍を超える被害額ということです。

皆さん気をつけてください。「電話でお金の話は全て詐欺！」と思ってください！

その後、福岡県高齢者地域包括ケア推進課より「高齢者の福祉について」ということで県の施策等をお話いただきました。休憩を挟み、福岡県老人クラブ連合会事務局より「高齢者相互支援活動」について、活動が始まりや今までの経緯、そして活動について等を説明させていただきました。



午後の部は行橋市老連の木原会長に座長を務めていただき、支援活動員として活動されているお二人の方に事例発表をしていただきました。内容についてまとめました。(詳細は添付の研修会資料を参考にしてください。)



お一人目は 上毛町老連 支援活動員の二反田和美さんより「私の高齢者相互支援活動について」ということで発表していただきました。

二反田さんは上毛町生まれの上毛町育ちで、地元の皆さんには小さい時から馴染みが深く、可愛がっていただいたので支援活動員となった現在、地域に感謝奉仕を含めて自分のできる範囲においては何でも協力しようという気持ちで取り組まれているそうです。

「人は一人では生きて行かれません」次は我が身と思わなければなりません。

現在この高齢者を取り巻く社会では住み慣れた地域で安心して暮らせるために地域や行政、新聞や郵便配達員の方々等、色々な人が高齢者の見守りネットワークとして協力しています。高齢者の見守り活動の原点である私たち老人クラブも高齢者相互支援活動により見守り活動の旗振りをしていかなければなりません。私も微力ながらこの活動を続けていくつもりですとおっしゃってくださっていました。

二反田さんの発表の最後に「人は年を重ねて老いるのではない。理想や夢や希望、そして愛を失った時に老いが始まるのではないのでしょうか」とおっしゃっていました。とても深いお話でした。

人と人との支え合い、それがこの活動の原点です。皆さんが原点に戻って支え合う気持ちを持つと、この活動の良さがより一層引き出せるのではないのでしょうか。

お二人目は 荻田町老連の正木良子女性部長より「さわやかな風を求めて支え合う会の歩み」という題名で発表していただきました。

荻田町老連の相互支援活動は相互に気づきあうことを大切にしています。

「さわやかな風になって」を心に秘めてという姿勢で、目（変化などの気づき）と心（相手に寄り添う優しさと思いやり）で優しく相手の立場に気配りをして変化に気が付くようにしています。

事例等を上げて色々と説明をしていただきました（事例については添付資料を参照ください）。

事例の中で「遠い親戚より近くの他人」というように、日頃から隣近所とのお付き合いが必要だと実体験によりお話していただきました。

映画「あなたへ」の中で『いくら親しいからといっても、心が無いのはダメですね』というセリフがあり、それを心に刻んでいるとのこと。



4人に1人が認知症を遅らせる3つの秘訣

○無理をしない ○楽しいことを見つける ○美味しいものを食べる だそうです。

皆さん、参考にされて今日から実行してください！

支援活動員としての活動は『人との関わり』なので、思いやりが大切だということを今回の事例発表により再認識しました。自分よがりな活動ではなく、相手を思いやりながら・・・また同居されているご家族に対しても配慮しながら活動しなくてはいけないと感じました。

参加の皆さんより質問等もあり、盛会のうちに終了しました。今後は様々な場面で支援活動員の皆さんの活動が地域を支えていくことになると思います。今後のヒントになれば幸いです

座長木原会長さん、事例発表をされました二反田さん、正木女性部長さん、お疲れ様でした。ありがとうございました。

この高齢者相互支援リーダー研修会は地区毎の研修会であるため、活動内容についても地域の特色等もあります。

他の地区研修会の内容をご紹介することで、少しでも高齢者相互支援（愛の一声運動）のお役に立てればと思います。