

読者新聞 しが県民情報

安心な暮らし 広く手助け

だれもが安心して楽しく過ごせる街にと、大津市比叡平地区で住民の暮らしを支え続けるNPO法人「比叡平・陽だまりの会」。お年寄りから子育て中の母親、身体の不自由な人たちまで幅広く目を配り、その活動も健康面から介護、趣味、環境保全まで多岐にわたる。生活に欠かせないきめ細やかな支援がそれぞれの居場所を暖かくしている。



住民の暮らしを支える取り組みを続ける「比叡平・陽だまりの会」のメンバー

NPO法人 比叡平・陽だまりの会

地区内の清掃や交流の場作りなどボランティアを続けていた住民ら5人が中心になって2009年9月、市の認可が必要な活動などにも取り組もうとNPOを立ち上げ、住民に会員登録してもらい、有償でサービスを始めた。

今では、30〜80歳代のメンバー12人で運営。保育園舎だった「山中比叡平住民交流センター」を拠点に、毎週火〜金曜日の午前10時〜午後3時、給手紙やパソコンなど趣味の「サロン」を中心にしたメニュー(各1〜1.5時間)を用意。地域



子育て世代から高齢者まで サロンや送迎

同地区では、65歳以上が4割を占めており、とくに高齢者向けのメニューを充実させている。座って体を動かす体操や、筋力維持マシンを使う介護予防のトレーニングのほか、昼食や体操など楽しむミニサイー



元看護師が住民の血圧を測り、健康をチェック

サロンもお年寄り好みの詩吟や編み物、そろばん、墨彩画などをそろえ、参加者には「友だちができ、笑って過ごせる時間を持っているのがうれしい」と好評だ。活動の中心となるメンバーの履歴や趣味を活かしたメニューも。血圧チェックや健康相談を行う「やまの保健室」は元看護師ら5人が担当。住民同士で話しやすく、持病や生活習慣の把握もスムーズなので「気軽に相談できる」と好評だ。メンバーの岡部陽子さん(64)は「経験や技術が身近な人に役立つうれしい」と話す。

ミニサイーでは、椅子に座ってDVDを観ながら元気に体操をするお年寄りたち

「(83)が「りんごの歌」など懐メロや童謡を指導。作品も。さらに、環境保全をテーマにした作品も紹介し、その場を盛り上げている。地域ぐるみの取り組みも。京都との府県境に近い山あいの同地区では公共交通機関はバスのみで、買い物や通院が困難なお年寄りも多いことから有償で送迎

毎週金曜日に掲載しています

近年は若い母親から熱があつて自宅で療養中の子どもを見てもえたら、などの要望もあり、子育て世代への支援の充実が今後の課題という。理事の中山元男さん(74)は「10年以上の活動で横のつながりが広がった。若い方にも参加してもらい、新しいサービスを考えていきたい」と話す。「『あやといいな』『助かるな』と思う支援を形にできた」と理事長の塚田昭さん(77)。「支えあふ関係、支えられる感謝を互いに持つことで生きがいにつながると話している。