

ボランティアで 高齢者を支える

高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていくためには、行政の支援だけでなく、地域での支え合いが必要です。今回は、高齢者を支えるボランティア活動に積極的に取り組む方を紹介し、私たちができることについて考えます。

ボランティアは、社会への恩返し

退職し、時間ができたのをきっかけに、何か社会の役に立つことをしたいと考えていました。妻が介護ボランティアをしているので自分も始めたいと思い、福祉除雪サービス、認知症サポートセンター、ファミリーサポートセンター「介護型」の提供会員として登録しました。除雪や買い物代行をしたときに、「助かったよ、ありがとう」と感謝されるのが励みになります。いずれは自分も手助けが必要になるかもしれない。自分がその立場になったらどうしてほしいかを考え、相手の気持ちに寄り添って手助けをしています。今は、週3回仕事をしていますが、その合間に、ボランティアや子供たちに柔道の指導をしています。ボランティアも柔道も、これまでお世話になった社会への恩返しだと思っています。私は70歳ですが、同年代で健康な人には、ぜひボランティアをしてほしいです。外に出て誰かの役に立つという実感は、退職後の人生を豊かにしてくれます。



高齢者宅の除雪や
買い物の援助など
をしている
まつだ けいさく
松田啓作さん

趣味や特技を生かして、楽しくボランティアを！

子供が自立して時間に余裕ができたので、認知症サポートセンターとファミリーサポートセンター「介護型」の提供会員養成講座を受講し、登録しました。主に、認知症高齢者の見守りと話し相手や、通院の付き添いをしています。

1人暮らしの方は家にこもっていることが多く、話をお聞きするだけで、表情が生き生きとってきます。私の趣味である野球や映画の話で盛り上がることもあります。

通院のときは、自宅から病院までの付き添いなどを行います。病院で、他の患者さんから「付き添いの制度があるのですか？」と声を掛けられることがあります。手助けを必要としている方が多いのに、こうした制度が、あまり知られていないことは残念です。

ボランティアは特別なことではありません。無理のない範囲で、自分の趣味や特技を生かし、相手に喜んでもらうことができるのは、とてもやりがいがあります。



話し相手や通院の
付き添いなどを
している
まつもと まりこ
松本真利子さん

必要な人に必要な手助けを

福祉除雪サービス、認知症サポートセンター、ファミリーサポートセンター「介護型」は、右ページで紹介した松田さん、松本さんのような提供会員（手助けしたい人）が、依頼会員（手助けが必要な人）を、地域で支える有償ボランティア組織です。必要な人に手助けが届くよう、センター事務局が橋渡しをしています。

【詳細】旭川市社会福祉協議会（神楽3の4 電話60・1710）



約15cm以上の降雪があった日に、提供会員（スノーサポート隊）が依頼会員（自力での除雪が困難な高齢者世帯等）の住宅に出向き、玄関から公道までを除雪します。

スノーサポート隊事業説明会

とき 10月24日(木) 13:30～14:30
 ところ ときわ市民ホール（5の4）
 旭川市社会福祉協議会 電話60・1778

まちづくり・ボランティア情報あさひかわ

旭川市社会福祉協議会では、ボランティアや地域活動に関する情報をフェイスブックで発信しています



家族からの依頼を受け、提供会員が利用者宅へ出向き、食事の準備・片付け、掃除、洗濯、買い物や通院の付き添いなどを行います。



家族からの依頼を受け、提供会員が散歩等の外出支援や一緒に趣味を楽しむなど、認知症高齢者の見守りや話し相手をします。

提供会員になるには 養成講座の受講が必要

とき 11月19日(木) 9:30～16:00
 ところ ときわ市民ホール（5の4）
 旭川市社会福祉協議会 電話60・1710

高齢化が進みます進む中、1人暮らしの高齢者や日常生活に手助けを必要とする方は、さらに増える予想されます。

今回紹介した松田さんや松本さんのようなボランティアの存在は、手助けを必要としている方にとって、大きな支えとなっています。興味のある方は、まずは提供会員養成講座や事業説明会に、ぜひご参加ください。自分の時間をボランティアに使うってみませんか。

【詳細】長寿社会課

電話25・6457

セミナー「ボランティアはじめての一步」

身近な助け合いや思いやりを行動に移すヒントについて、STVラジオパーソナリティーの牧やすまささんと一緒に考えます

とき 11月17日(日) 13:30～15:30
 ところ 旭川トーヨーホテル（7の7）
 11月11日(月)までに旭川市社会福祉協議会 電話23・0742

