

＝意見交換の内容＝

《1グループ》

目標：地域での交流を活発にする

スローガン：地域内の活動を再生しよう

●交流生活の場

- ・交流する場がない(世代を超えて)
- ・近所付き合いの希薄化
- ・地域のつながりの希薄化
- ・買い物をする店が集落になくなった
- ・地域での祭礼等への参加が少ない

●地域でのイベント等

- ・地域の行事にできるだけ参加する
- ・健康教室など
- ・大学生、看護学生、医学生、高校生、中学生
→ボランティアのコーディネーターと協働して事業所に来ている体験や地域の学習として交流を行う
- ・地域圏のお店
- ・運動会 若者～高齢者
- ・祭りを開く
- ・地域内交流を再生しよう

●男性の問題

- ・高齢者サロンに男性の参加がない
- ・サロンや地域の集まりに男性が参加することが少ない
- ・頑固な男性に手がでない。高齢になる程強烈

●地域での役割

- ・まちづくり実行委員会を開催中
まちを挙げての行事 まずつかみ等
- ・男性の役割 シルバーの事業所作り
- ・送迎サービス事業所
- ・根気強く話かける、呼び掛ける
- ・男性は交流の場に来ないが、役割を与えると参加する
- ・近所の人に笑顔であいさつをする

●昼間若者がいない

- ・若い人がまちへ仕事に行ってしまう、昼に人がいない
- ・地域のことを知らない(誰が住んでいるのか)知る機会がない

●いつまでも主役で

- ・昼間若者がいない、つまり昼間高齢者のみ。年をとっても高齢者は役目を負うこと
- ・男は役割を持てば、女性は役割なくても笑顔で参加できる

●世代間の交流の場を作る

- ・子供の減少化は仕方なし、少なくとも今まで以上に交流の場を作る

●世代間の問題

- ・核家族化で世代間交流が低下
- ・若者と高齢者の価値観は一致しない

●地域が一つの家族に

- ・時間のあるシルバーと働く核家族のにせ家族の運動

●子供のこと

- ・子供の数が少ない



《2グループ》

目標：笑顔で地域が触れ合う町を作ろう

スローガン：笑顔でふくらむ人の輪

●地域活動への参加

- ・世代を超えて集まれる場所をつくる
- ・夏祭り、秋祭り、運動会に参加
- ・サロン、老人会にみんなで参加しよう
- ・地域活動に積極的に参加
- ・地域の活動に感心を持つ
- ・異年齢交流
- ・自分も長く生き、町づくりに参加して役だっていきたい



- 声かけ、あいさつ
 - ・誰にでも声掛けをする
 - ・みんなであいさつを交わす
 - ・誰にでもあいさつをする
- 人との交流
 - ・人と話すことを自らすすんではずす
 - ・元気で何事も話し合う
 - ・となり合いでおしゃべりも大切
 - ・となりの人とよく話そう
 - ・みんな仲良く助け合う
- 趣味を広げる
 - ・自分の好きなことを見つけ、実行する
 - ・外へ出る(最近の子供は家の中が多い)
- 健康の為に身体作り
 - ・健康体操を浸透させる
 - ・元気に過ごす
 - ・健康をチェックできる体制作り(保健師の巡回指導)
 - ・病は気から 毎日を充実
- その他
 - ・笑顔から元気をもらう
 - ・家族に気づかずに過ごす

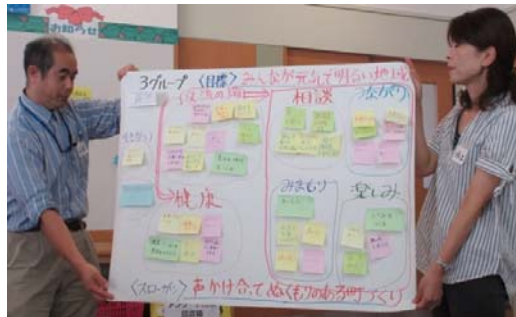


《3グループ》

目標: みんなが元気で明るい地域

スローガン: 声かけ合ってぬくもりのある町づくり

- 相談
 - ・離れて暮らす家族と連絡
 - ・組で独居者の安否確認
 - ・お伺い先でちょっとお話
 - ・独居者の訪問をする
 - ・困りごとを聞く
- みまもり
 - ・あいさつ
 - ・声かけ
 - ・サロンに行くとき誘いあつていく
 - ・誘い合う
 - ・みんなで「お薬飲みましたか」
- つながり
 - ・となりの方との交流をする
 - ・散歩をして挨拶をする
 - ・話のできる友達を持つ
 - ・みんなでコーヒーを飲んでおしゃべり
 - ・友達を作る
 - ・人と人をつなげる
- 楽しみ
 - ・趣味をもつ
 - ・楽しむ機会をつくる
 - ・趣味を持つこと趣味を作る
- 健康
 - ・自分に適した運動をする
 - ・健康管理(運動に取り組む)
 - ・健康に気を付ける
 - ・健康でいるために体を鍛える
 - ・食事に気を付ける
 - ・歩く楽しみ



●交流の場

- ・集まる場所を作る
- ・住民の集まる場づくり
- ・地域の中でいつも開いている場所がありそこに行く
- ・集まるイベント
- ・気楽に集まれる場所
- ・困りごと、みんなで考える
- ・できるだけ行事に参加しましょう
- ・閉じこもらず外にでる
- ・一人で悩まない
- ・料理などみんなで参加してほしい



●生きがい

- ・自分の役割を持つ
- ・できれば金儲けをする

《4グループ》

目標: 人生の最終段階 ~ 本人も家族も悔いが残らないためには ~

スローガン: 話し合いで合意しよう!

●話し合い

- ・本人がどこで死にたいか確認しておく
- ・親、子、孫のコミュニケーションの充実
- ・元気なうちに家族と話す機会を持っておく
- ・家族でつながり、いろいろ話をする事が必要
- ・家族で死んだ時のことを話しておく
- ・自分の意志が相手に通じなくなる前に自分の思いを相手に伝えておく
- ・本人の思いを確認する(第一優先)
- ・元気な内に終末について話合っておく
- ・事前に家族で話合っておく



●本人の思いを尊重

- ・日頃から関係を持っておく
- ・元気な時から病気になり余命が告げられる事態になったら、家族に自分の終末期になったらどうしてほしいのか常々はなしておく
- ・生前の意思を尊重する
- ・家族の思いを押し付けない
- ・本人の思いを尊重する(家族の思いと本人の思いとは違う)

●地域のつながり(支援体制)

- ・地域全体のコミュニケーションの充実
- ・地域で話し、近所とのつながり
- ・身近な相談窓口をつくる(ケアマネ民生委員など)

●エンディングノートの活用

- ・エンディングノートに自分史をかいて親しい人に預けておく
- ・エンディングノートの活用
- ・延命治療や医療的なこととしてほしいか確認しておく
- ・宗教観の確認



●かかりつけ医をもとう

- ・かかりつけ医(在宅)を持っておく
- ・主治医と仲良くし、今の状態、これから起こるべく状態を家族と共に気楽に主治医を交えて話合っておく
- ・かかりつけ医を持っておく

●知識を深める

- ・終末期について家族が知識を学ぶ
- ・医者到最后はどんな状態になるのか確認しておく
- ・終末の流れを理解する(自分事として)

●専門職の意見を聞く

- ・医師等、専門の人にゆだねる

