

ステイホームで気付いた事思った事

二月下旬から六月下旬迄のステイホーム期間中、兎に角やる事がなく、ただ家に居るだけでお腹ポッコリ、体重と血糖値が上昇してしまいました。いつもは、老人クラブに自治会と何だかんだと活動があり、恒常的に活動予定が入っていました。特段自分で計画する事なしに、予定が来ていたのです。四ヶ月に亘るステイホームで、初めて、これらの活動のお蔭で、健康管理にも貢献していた事を認識した訳です。これらの助けで日常生活が回っていた事が確認出来た訳です。

会社退職後、生まれた地でも育った地でもない福岡に落ち着いて、早いもので十三年目に入りました。ある時、近所の方に声を掛けられて、老人クラブのダンス練習会に誘われて、ぶらりと参加したのが運の尽きでした。簡単なものと舐めて臨んだのが落とし穴でした。単純ですがそれなりに技術も必要で奥深く、ボケ防止にもなります。高齢者の先輩達にコテンパンにやられ、口惜しさの余り、老人クラブに入会する羽目になったのが七年前でした。この老人クラブでは、戦後生まれの男子会員は、私だけで、会長にさせられ、今や校区の会長までやっています。地域事情を知ってないのに。

どこでも同じ様な状態だと思いますが、六十歳代の若手(老人クラブでは)会員の加入は無いし、更に役員の成り手が無い状態です。勿論、七十歳迄現

役・組織に入らなくても自分勝手にやる・老人クラブ活動に魅力が無い等々理由は様々あると思います。自治会(町内会)が半ば強制的であるのに対し、老人クラブは全くの任意加入であり、会員増員に苦勞しています。六十歳以上の方の加入率は、35%程度です。

思えば戦後、三世代家族から核家族での生活を謳歌して来ましたが、人と人との結びつき、地域の絆は失われつつあります。高齢化が更に進行し、独居老人・老々介護が更に増加します。『地域包括ケアシステム』が唱えられていますが、地域の絆が前提であり、大変な課題です。更に、大災害でも発生し、避難行動となるとどうでしょうか？その上コロナが加わったら、身動きできません、決して、ステイホームでは済まされません。

幸い、今春より、新会員が10名増え、若手新役員も2名増え、福岡に居る間に、会員の皆様同士の顔の見える関係・民生児童委員との協力で、フレイルも念頭に、健康問題・絆作りに邁進しようと、決意を新たにしています。

人と人との関係を大切に！



九州支部 有坂