

～お便り紹介～

つなぐ、支える、地域のきずな

高齢者の居場所づくり「サロンすずらん」



岩手県奥州市 いきいきサロンすずらん

岩手県奥州市東部を南北に流れる北上川の西に位置する奥州市水沢花園町は、約560世帯、1130人が暮らす新興住宅地。約1200年の昔、この地を治めた蝦夷族長「阿弖流為・アテルイ」に由来する「跡呂井」の地名もあります。

奥州市水沢は、国立天文台・緯度観測所や郷土の三偉人記念館（後藤新平・高野長英・斎藤實）、古刹奥の正法寺等の観光施設があり、偉人の街、鑄物の街として知られ、そして米大リーグで活躍する大谷翔平選手のおふる里です。

「人のお世話をしよう、そして報いを求めよう」心に

子どもの就学を契機に、10年間の東京で

の暮らしを経て、昭和49（1974）年3月、郷里岩手に帰り、「これからお世話になる町内や地域の皆さんとお付き合いを大切に」と、町内や地域の行事には積極的に参加する中で、福祉スタッフ、民生児童委員、町内会役員に推されて仕事を通じてふれあい交流を培い、コミュニティの輪が広がりました。

コミュニティ活動、お世話ボランティアの仕事にあたっては、街の偉人後藤新平の自治三訣「人のお世話にならぬよう 人のお世話をしよう」として報いを求めぬよう「心」を取り組みました。年々進む少子高齢社会において、町内でも核家族世帯が顕著となり、高齢者の一人暮らしが増加していることから、町内会や福祉お世話活動等の中で「高齢者皆さんが、気楽に集い、

安心して過ごせるまちづくり」が話題ともなっていました。

サロン「すずらん」の誕生

社会福祉協議会の助言等を受けながら、平成11年4月、一人暮らしや日中ひとりである高齢者の方々との交流にむけて、気軽に参加し「お茶っこ飲みながら楽しめるサロン」をつくることになりました。先進地サロン見学や高齢者研修会に参加などを重ね、民生児童委員を中心に福祉スタッフ等の協力で、一人暮らし高齢者はじめ多くの方々の参加をと、サロン案内チラシをつくり、協力スタッフ募集とともに町内全世帯に回覧で募り、また、直接「参加してくださいネ」と声かけしながら町内を回りましました。

期待と不安のサロン開催初日

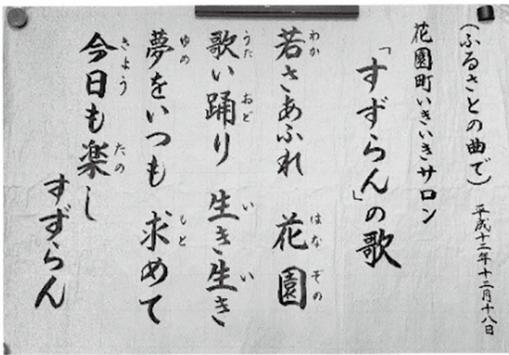
開催初日の平成11年6月20日、会場の花園集会所には、手づくり看板「いきいきサロンすずらん」が映え、仲間が庭先で摘んだ花を持ち寄って会場内を飾り、テーブルを配し用意万端に、期待と不安を抱きながら会場玄関に立ちました。

早い時間から、いつもの馴染みの顔、そ

して初めてお会いする方々等、次々に笑顔を見せ、予想以上の33人の参加をいただき、慌ててテーブルの追加配置などに嬉しい悲鳴を上げながら、「サロン…お茶っこ飲み会」開催となりました。

名称の「サロン…すずらん」は、当時NHKの朝のドラマ「すずらん」が放映されていたのと、仲良くすずらんの花のように連なっているイメージから命名しました。

心一つにと、サロンの歌「すずらん」も出来ました。歌いやすく、覚えやすいように、童謡「ふるさと」の曲に合わせ「生き生き夢をいつも、今日も楽し、すずらん」と、サロンの始まりにふる里への想いをこめて全員で声をそろえて歌います。



「サロンすずらん」の歌(曲は「ふるさと」の替え歌)

### 楽しいサロン、待たれるサロン願って

サロンは、毎月一回、初参加者の歓迎紹介、歌、踊り、ちょっといい話、マジック、お楽しみゲーム、やさしい健康体操、血圧測定、講演会、手芸小物づくり等々、そして昼食の「ほっかほっか弁当」に舌鼓を打ちながら談笑し、日帰り温泉や懇親の場では、歌、カラオケ、踊り、余興等々楽しみ、歓談に花を咲かせ、「楽しかったね!」「次はいつ?」と笑顔広がる期待の声が寄せられます。

お花見の会や紅葉狩り、小旅行バスの旅、小学校児童との交流。また、地区内の田圃アート田植えや奥州市マラソン大会等のボランティア参加、地区文化祭や老人クラブ趣味創作展(市老連主催)に出展・出演など、地域参加にも活動の場を広げ、年々内容的にも充実してきました。

雨や雪で足もとの悪い日のサロンには、町内の有志の方々が自発的に送迎のお手伝いをいただき、また若い婦人会皆さんの手作りスイートン昼食などの温かい応援に感謝しながら地域の行事にも積極的に参加し、対外的イベントなどにも活動のステージが広がり、多くの方々との交流も深まりました。

### 季節歳時を大事に、子どもたちとの世代交流

近くの市立常盤小学校児童との交流は、サロンを始めた当時から休むことなく続いています。昔の暮らしや遊び、また高齢者ならではの戦争体験談など語り伝えていきます。学校の運動会には招待いただき特設テントで、元気いっぱいにグラウンドを駆ける地域の孫たちに応援の拍手を送り、爽やか



3月雛まつり/風呂敷で衣装仮装(2016年3月)

な元気をもらっています。

3月の雛まつりサロン、若竹に健康・暮らしの安全、平和などの願いを短冊に書き吊るす7月の七夕サロンなど、季節の歳時期には高齢者の皆さんを招待し、風習を大切にしながら、マンネリ化しないように、マジックや楽器演奏、舞踊など芸達者な方を迎え、また手作り軽食を準備し、演芸ステージを楽しみます。節目の歳時に合わせて、想い出・元気サロンステージを描き、認知症予防、健康寿命にも役立つことを心に開催しています。

### 地域の祭り、催事に挑戦

毎年秋に開催される地域の文化祭や3月の「高齢者趣味創作展／水沢老人クラブ連合会主催」に出展参加を欠かさず、2日間にわたる展示会には、訪れる多くの市民の皆さんとの出会い、交流を深める機会ともなります。出展作品は、身近にある材料を題材に、知恵を出し合い、器用に指先を使い、賑やかに談笑しながらの作品づくりともなり、サロンを通じて交流の場ともなっています。

9月に町内会主催の敬老会が、77歳以上の方々を招待し開催されます。サロン参加の皆さんも接待や案内係にお手伝いします



ミニ敬老会開催、笑顔広がる被招待者(2023年9月)

が、令和2年度のコロナ禍で3年間中止になりましたが、高齢者の皆さんの笑顔を是非にとの声に、それではとサロンすずらん主催で「すずらんミニ敬老会」として三密を徹底し、時間や進行等にも工夫を凝らし、高齢者の皆さんの喜びの中で楽しいひと時をおくることができました。

### 田圃アート、泥んこ交流

地元、古代の英雄アテリイゆかりの小高い丘の物見櫓の前に広がる田圃をキャン

バスに、平成20年にはじまった田圃アートが続いています。毎年6月のアート田植えには、県内外から子どもたちから高齢者まで150人〜200人の田植えボランティアで賑わいます。毎回サロン事業の一つとしてボランティアに参加し、泥んこアート交流を楽しんでいます。

昨年米大リーグで活躍する、ふる里の誇れる大谷翔平選手と愛犬デコピンが「野球しようぜ!2025」をテーマに広い田圃に描かれ、見ごろとなる7〜8月には全国から多くの皆さんが見学を訪れ賑わいました。

### 地域とともにサロン30年へ

サロン設立から27年。高齢者の皆さんや子どもたちとの交流を大切にしながら「楽しいサロン、参加したいサロン」をめざし「自分たちが楽しくなければ、楽しいサロンはできない」との思いを心に、多くの皆さんとの交流、出合いを大切にしながら、「高齢者の孤独感の解消や生きがい」に心し、関心を持った方が参加しやすいサロン、待たれるサロン、そして地域や町内会等連携し地域に貢献できるサロンとして設立30周年を目指していきたいと思えます。

(いきいきサロンすずらん代表 渡辺クラ子)