

# 背中押すより、一緒に歩きましょう！

(澤岡詩野)

集う人や地元の数だけ多種多様な姿があるのが「通いの場」のいいところ。

しかし、長く続けていれば、高齢化したり、マンネリ化したり、

いろいろ出てくるのがフツーです。

そのときに、立上げた頃の姿に戻そうと、世話役や専門職が  
孤軍奮闘して、かえってみんな来にくくなってしまったところもあります。

こんなケースには、お疲れさまというのもつらい気持ちになります。

(本当に継続が大変なら、他の場につなげる方法もあります。)

その前にまず、今通っているメンバーを第一に、  
〇〇したいけど、こんなことがハードルになってきた…という  
心の声を言葉にしてもらいましょう。

世話役や専門職の手腕は、ここから。

自治体、社会福祉協議会、地域包括支援センターなどに  
小まめに顔を出している人ほど、助っ人を探してくるのが上手です。

日頃から、通いの場を囲むような第三の力とつながりながら、

「自分もココが大好き」になれるように、楽しみながら

伴走してみてください。人生の先輩たちから

学ぶ場、それが「通いの場」なら素敵です！



懐かしの歌をテーマに、合唱したり得意のハーモニカを吹いてくれる人も。あの頃何してた?か思い出話に花を咲かせるのも立派な脳トレです。  
(横浜市元気づくりステーションわくわく脳サロン)



「みんなで場づくり」がポリシー。女子校の放課後みたいなノリでみんなワイワイ楽しんでいます。  
(横浜市元気づくりステーションきくな)



リズム体操+αの活動として、折り紙やはやりの手芸などみんなで得意なことを持ち寄って取り組んでいます。  
(横浜市元気づくりステーションはつらつ体操教室)

企画・発行／公益財団法人 ダイア高齢社会研究財団  
制作／株式会社 社会保険出版社  
問い合わせ／公益財団法人 ダイア高齢社会研究財団  
〒160-0022 東京都新宿区新宿一丁目34番5号  
VERDE VISTA 新宿御苑3階  
TEL: 03-5919-1631

※公益財団法人 長寿科学振興財団 (The Japan Foundation For Aging And Health) の  
助成によって得られた研究結果をもとに作成しています。

無断転載・複製を禁ず