

担い手

連携

多世代交流

福祉

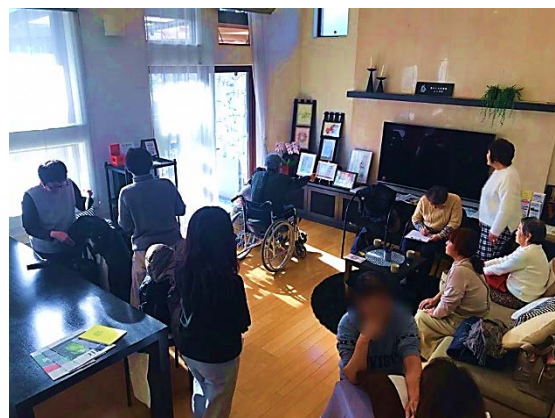
神奈川県内の地域情報を紹介する

地域のわ通信

発行 ▶ 区政推進課 地域力推進担当 411-7026

「誰かにちょっと聞いてほしい」を相談できる、カフェみたいなみんなの居場所

暮らしの保健室 よこはま



▶「暮らしの保健室よこはま」開催の様子(今年の活動)

■ 看護師がボランティアで運営する 地域の拠点

健康のこと、介護のこと、子育てのことなど「誰かにちょっと話したい、聞いてほしい」の困りごとを相談できるカフェのような居場所「暮らしの保健室よこはま」が、2019年9月に菅田町でオープンした。

主催しているのは、同町に住む医療従事者の金子真弓さん。自宅を改装した一角を「暮らしの保健室よこはま」として地域に開いている。毎月1回、10時から16時まで、予約なし無料で誰でも利用できる。近所の人とおしゃべりを楽しんだり、生活の中で抱える不安や心配事を気軽に相談できたり、地域の憩いの場として開催している。

■ 思いをカタチにしたのが「暮らしの保健室よこはま」

活動のはじまりは、金子さんが看護の仕事に20年携わる中、2011年に訪問看護師の秋山正子さんが東京で始めた「暮らしの保健室」の活動と出会ったこと。この取組の「誰でも無料でさまざま



▶金子さんの小6の文集に残した将来の夢(老人ホームときっさてんの社長)が、「暮らしの保健室よこはま」の原点かも！

まなことが相談でき、それぞれの地域特性や運営者の専門性に合わせて展開される場」の構想を知ること、金子さんがずっと前から「何かやってみたい。自分に何ができるのだろう」という心の奥で思っていたモヤモヤを晴れさせ、活動の一步につながった。

また、菅田は高齢者や高齢で一人暮らしの世帯の比率が多くなっている地区で、人が集う場所や娯楽施設も少ない。そんな地域の特性や金子さんの専門性を活かした地域の居場所として、「住民同士が交流しながら楽しみや生きがいを見つけ、専門機関に行くまでもないちょっと気になる健康のこと、介護のことなどを身近な場所で気軽に相談ができる場があれば」という思いから、「暮らしの保健室よこはま」はスタートした。

運営に関わるのは、金子さんの職場や地域の知り合いで、この活動に賛同してくれた仲間たち。看護師や保健師の医療専門職に加え、「誰かの役に立ちたい」という思いを持つ地域の方で、現在は6人ほどが運営に参加している。

■ コロナ対策をした活動にシフト



▶ イベントは三密を避けた屋外で！

コロナ禍で地域活動の工夫や知恵を求められている中、「暮らしの保健室よこはま」でも対策を考えている。

コロナ禍で中止していた活動の再開第一弾として、6月に感染症専門医を呼んだ新型コロナウイルス感染対策セミナーを実施した。開催するにあたり三密を避け屋外で。定員は少なめに設定し、座席の間隔をあけ、風向きに考慮しながら椅子を配置するなど、安全対策を徹底させた。

本来なら、予約不要で誰でも利用できることがメリットだったが、利用者や運営側の安全を考え、大人数の密を避けるため、試験的に7月からは1人約1時間の事前予約制とし、当日でも空きがあれば受け付けするようにした。

また、会場は「暮らしの保健室よこはま」に併設しているカフェ「KURIKINDI(*)」を活用するようにした。カフェは、地域住民がちょっとした息抜きや気分転換ができる場として、毎週金・土曜日に開いており、「カフェを活用することで、お客さんが当日飛び込みで相談する姿があり、コロナ前は月に1回の開催だったのを月に3回に増やすことができました」と思いがけない効果に笑顔で語る金子さん。

■ 住み慣れた地域で最後までイキイキと暮らしてほしい

「暮らしの保健室よこはま」の特徴の一つは、医療従事者の専門性を活かした相談や対応ができることだが、医療支援を全面に出すのではなく、地域場の場づくりを意識しているという。「何気ないおしゃべりの中から困りごとを探り、それにいち早く気づき、解決の糸口を一緒に考え整理できる場になればと思っています。住み慣れた地域で最後までいきいきと暮らしていくためのサポートができればうれしいです」と金子さんは言う。

これまで(9月~1月まで)70代~80代や子育てママら70名ほどが利用している。自治会の広報紙への情報提供や、口コミで利用者は少しずつ増えている。

かながわ地域支援補助金を活用している今年は、通常活動に加え、イベントや文化的な楽しみに触れる場を提供し、さらに、悩みや困りごとの必要に応じて、解決のための行政や地域ケアプラザなどの窓口につなぐ役割も強化していきたいと考えているようだ。

まだ始まったばかりの「暮らしの保健室よこはま」。誰でも利用できるまちの保健室を目指し、さらに地域住民の文化的な交流ができる場として、住民がイキイキと最後まで暮らせる地域を夢見て活動はさらに続いていく。



▶ 「暮らしの保健室よこはま」の看板を持つ代表の金子さんと看護師でアロマセラピストの清水さん(写真左)と、保健師の遠藤さん(写真右)

(*) 「KURIKINDI」店名の由来

山火事に一滴ずつ水を運ぶハチドリに対して、森から逃げた動物たちは「そんなことをして何になるんだ」と笑います。ハチドリは「私は、私にできることをしているだけ」と答えました——南米アンデス地方に伝わる「ハチドリのひとしずく」という話から、主人公のハチドリの名を店名にしている。