

高齢者が孤独にならない居場所づくり

金山 佳子 (かなやま かと) さん
(NPO法人ここから100代表)

「空き家」を再生して、社会貢献を

大阪市淀川区の「ここから100 (ひゃく)」は、地域の方々が楽しく学び集えるコミュニティスペースです。シニアから子育て中の女性など、幅広い世代の人が利用されています。空き家をリフォームしたお部屋は明るい陽が差し、まるでおしゃれなカフェのよう。お料理、編み物などの趣味の教室や「100歳体操」、インターネットで懐かしい歌謡曲を楽しむ「昭和の歌」など、ユニークなアイデアで高齢者向けの講座もいろいろ。また、整理収納アドバイザーや生前整理診断士の資格を持つスタッフが、家の「お片付け」のアドバイスや、定期的な講座を実施。現在は、コロナ禍の影響でリアルな講座の開催が難しいため、リモートでの開催も企画されているそうです。さらに、デジタル機器の操作に不慣れなシニアの方でもスムーズに参加できるようスマホ教室を催すなど、柔軟な対応で運営をされています。



アクティブなシニアが集える場所を作りたい

金山さんは、自身のご家族の介護で会社を退職後、大阪府の「大阪ええまちプロジェクト」に参加し、プロボノワーカー(※)として参加されていました。今の活動を始めたきっかけは、その当時、家主が高齢化し住む人がいなくなった家が放置され問題となっていることを数多く見かけたことだそう。「そのような“空き家”を生かして何か社会貢献ができないか」と考える



ようになり、整理収納アドバイザーの女性3人でNPO法人を立ち上げられました。

ご自身が介護で地域にすることが多くなって、ふと周りの環境を見回すと、シニアは病気やケガの時に行く病院や施設はあっても、元気な時に楽しく集える場所がないと感じられた金山さんは、「それなら、自分でそういう場所を作ってみよう」と思い、現在の場所にあった“空き家”をリフォームして、「ここから100」を作られたといえます。

何か始めれば、縁がつながっていくことを体験して！！

高齢の方が集まる場所を主催するにあたっての難しさなどをお聞きすると、「時には利用者同士で相性が合わないこともあります。そんな時は肯定も否定もせず、ただお話を聞くように心がけています。プロボノ時代の傾聴が役に立っているかも」とのこと。そうして笑顔で話される金山さんの雰囲気そのものが、人気の秘訣なのかもしれません。

「子ども食堂」や「外国人の労働者を支援する食事会」などを開催することもあり、そこではシニアの方が着なくなった自分の着物を外国人の方に着せてあげるなど、世代だけでなく国境をも超えた交流も生まれるそう。

今後の目標は、「ここから100」のような場所を大阪市内にもっと作っていきたい。また、空き家を使った「防災ラジオ局」も計画中とのこと。最近では、若い世代の女性が「アロマ」や「スマホ」などの講座の企画を持って来られることもあるそうで、何かやりたい女性の活動のきっかけづくりのお手伝いもされています。「女性チャレンジ応援拠点は、そのようなやる気にあふれた女性にはとても良い場所ですね。私もそうでしたが何かを始めると、どんどん縁が広がっていきます。」とエールを頂きました。

NPO法人ここから100
vivire778@gmail.com

※プロボノワーカーとは

仕事で培ってきた専門的なスキルや経験などをボランティアとして提供し、社会的な貢献をする活動のことを「プロボノ」と呼び、「プロボノ」に参加するボランティアのことを「プロボノワーカー」と呼んでいます。