地域の縁側

世代交流がつなぐ、持続可能なやさしいまちへ

1 誰でも歓迎の場所なので、この日も初めて訪れる方がいました。

2 介護福祉士＆パーソナルトレーナー吉村先生の体操教室は毎週金曜日に開催。毎回、大盛況です。

3 4 中学生のボランティア活動の様子。一人ひとりに丁寧に接する姿が素敵でした。

立ち寄りたくなる地域の縁側

昔から日本の家にあった、家の中と外をつなぐ憩いの場所。私たちのまちには、そんな人と人をつなげる素敵な場所がたくさんあります。

その一つである、北斗市本郷の『ふれあい食堂いこい』は、まさにそんな〝地域の縁側〟と呼べる存在です。平成27年の開設以来、週3回の安価な昼食の提供に加え、地域の人々の相談窓口や健康づくりの取組みをしています。

ここは単なる食事処ではありません。世代を超えた出会いと交流が生まれ、人々の絆が育まれる場所。地域住民にとって、気軽に立ち寄れる大切な居場所となっています。

自分のことを気にかけてくれるのが嬉しかった

「名前はわからなかったけど、いこいで顔を見たことがあったから文化祭で話しかけて友達になったの。出歩くのが面倒な時もあったけど、『最近来ないの？』って声をかけてくれたのが、嬉しくて。また来ようかなって思ったの。」と話す方や、「人と関わることが面倒で距離を置いてるのに、ときどき寂しさを感じてしまうんだよね。」など、いこいに来る方は話します。

そして、こんなお客様も。

4月から小学1年生になった、たくと君が、お母さんと一緒に訪問しました。

「ここに来るのをとても楽しみにしていた。」と話すたくと君。

いこいには、かつて幼稚園の頃からお母さんと通っていた子が、現在は中学生になり、夏休み中に一人で来店するようになっています。これは、9年間続く「いこい」ならではの夏のひとコマです。

「ごちそうさま」と元気に挨拶する姿が印象的な、たくと君。

5 月曜調理ボランティアのみなさん。

6 金曜調理ボランティアのみなさん。

7 インタビューにもご協力いただいた、水曜調理ボランティアのみなさん。

調理ボランティアが支える憩いの場

週3回(月・水・金)の昼食をつくるのは調理ボランティアのみなさん。
設立当初から活動されている方も多くいらっしゃいます。

いい加減は良い加減

水曜日の調理ボランティアのみなさんに話を伺いました。

「始めたきっかけは単純でした。人手が足りないと聞いて、『じゃあ、手伝おうか』と思ったんです。でも、続けている理由は違います。」

「楽しいんですよ。おしゃべりしたり、情報交換したり。誰かのためというより、自分が楽しんでいるから続けられているんです。」

日々の調理は創意工夫の連続だと言います。

「例えば、『今日は何かもらい物ある？』『ナスをもらったから、味噌ナスを追加で作ろうか！』なんてね。」

チームワークも抜群です。

「メンバーには献立名人がいて、その日頂いた食材でメニューを一品増やすのは日常茶飯事。盛り付け名人もいますよ。」

そして、料理の哲学とも言える言葉が。

「料理の出来栄えの8割は、盛り付けで決まります。ちょっと足りないなってくらいの盛り付けがポイントなんです。」

最後に、味わい深い言葉もいただきました。

「いい加減は良い加減。人生も料理も、あんばいが大切ですよ。」

この言葉に、長年の経験と知恵が凝縮されているようでした。

voice

左から大野中学校3年、髙橋 侑愛さん
難波 紗彩さん、神山 花さん

交流したい。若い人たちの想い

夏休み中、社会福祉協議会の取組みとして、大野中学校から3名の生徒がボランティアとして訪問し、体操教室に参加しました。

将来、看護師や救急救命士になりたいと夢を語ってくれた3人は、「将来を見据えて、高齢者の方々と交流したいと思い、自らボランティアを志願しました。皆さんが優しく声をかけてくださったおかげで緊張がほぐれ、すぐに打ち解けることができました。体操教室では、私たちの方が体が硬かったので、ちょっと恥ずかしかったです(笑)また、いこいに来ます」と話してくれました。

家庭の母の味をコンセプトに

市内で活動する食生活改善推進員(通称、食改)さんも毎月第3木曜日、「家庭の母の味」をコンセプトに、食改ならではの知識や技術を活かして、“おいしいと健康”を組み合わせたランチを提供しています。

食改では現在会員募集中です。私も食改に参加してみたい！という方は市役所まで、ぜひお問い合わせください。