

Walk Topics

2

# ここに生きる

文・島田環 撮影・栗谷真吾、島田環 ほか

八ヶ岳・南アルプスエリアは、この地に生まれ育った人、移住してきた人、旅する人の人生が交わる地域。この地の豊かな自然のなかで生き物の営みを見つめていると、自分もまた生きているのだと強く感じる日もある。この地で生きることを支える人びとを訪ねた。

## だんだん会

北杜市長坂町の『だんだん会』は、訪問看護ステーションや定期巡回サービス、認知症カフェなど6事業を展開している。いずれにも通底する理念は、住みたい場所で自分らしく暮らし続けることへの支援。「それを望むのは、人として当たり前のことですね。みんな一齊に決められた時間に食事をして、お風呂に入って、同じ活動をする。それって嫌じゃないですか?」と理事長の宮崎さんは問いかける。

『だんだん会』の事業のひとつ、『わいわい白州』は認知症対応型グループホームで、その理念に「徹底的な自立支援」を掲げている。

「認知症の方でも、自分でご飯を作ったりできます。今日はあのお店でご飯食べたようって出かけることもあれば、みんなでカレーを作りたいってこともあれば、コンビニのお弁当買ってきましょってことだって。部屋に鍵をかけたりもしていません。今日はなんだか外を歩きたいなってこと、誰でもあるでしょう。ぐるっと一緒に辺りを歩いて日が暮れてホームに帰る、そんな日もあります」。

もうひとつの理念の大きな柱が『地域住民との協働』だ。この理念の実践が支援付きシェアハウス『わがままハウス山吹』で、

「自宅ではなく、見守られて安心して一緒に暮らせる家を」という目的で、思いの一一致した地域住民のグループ『八ヶ岳 根っここの会』とともに立ち上げた。

古いペンションを改築した10室のシェアハウスの特徴は、まず入居者を選ばないこと。「0歳から100歳以上でもウエルカムです。要介護認定がなくてもいいし、北杜市民かどうかも関係ない。別荘の方でもいいし、ここで暮らしたいと初めて北杜に住む方でもOKです」。

そして、入居者同士や地域住民との交流が生まれるイベントが催されたり、全員参加のミーティングがあったりと、人とのつながりが重視されている。日々、生活を支援しながら見守る『寄り添いスタッフ』も、地域の人びとだ。「支え合いながらともに生きる居場所が、地域から求められているのだと実感しています」。

『だんだん会』の事業は、看護や介護ではなく『生きることの支援』だ、と宮崎さんはいう。「病気や加齢があっても、最期まで自分らしく暮らしていきたいですね。そのためには、自分がどう生きていきたいのかをしっかり考えることがもっと大事です」。



## 一般社団法人だんだん会

☎ 0551-45-9566

北杜市長坂町夏秋918-5

dandankai.com

● 地域看護センターあんあん

● 定期巡回でくでく24

● わがままハウス山吹

● グループホームわいわい白州

● オレンジデイほかほか(認知症デイサービス) ほか



### 宮崎和加子さん

1970年代より訪問看護の必要性を感じ、訪問看護ステーションやグループホームの立ち上げ、講演や執筆、政策提言など精力的に活動してきた訪問看護のフロントランナー。全国訪問看護事業協会事務局長も務めた。2016年、八ヶ岳、富士山、南アルプスを望める北杜市高根町へ移住。

自分がどう生きていきたいのか



Yatsugatake Walk

# 八ヶ岳ウォーク

— Connect Locals and Tourists - Yatsugatake Information Booklet —

Vol.9 2021/2022

FREE  
無料



お得なクーポン付き！

新しい風景に出会う  
山と高原をめぐる旅

清里  
Kiyosato

大泉  
Oizumi

長坂  
Nagasaki

高根  
Takane

須玉  
Sutama

明野  
Akeno

小淵沢  
Kobuchisawa

白州  
Hakushu

武川  
Mukawa

蘿崎  
Nirasaki

富士見  
Fujimi

原村  
Haramura

茅野  
Chino

野辺山  
Nobeyama

南相木  
Minamiaiki

北相木  
Kitaaiki

小海  
Koumi

清泉寮  
Seisenryo

丘の公園  
Okanokoen

コート・ド・ヴェール  
Côte de Vert

萌木の村  
Moegimomura

ともにこの森  
Tomonicono Mori

清里の森  
Kiyosatono Mori

サンメドウズ清里  
Sun Meadows Kiyosato

ハイジの村  
Heidi's Village

リゾナーレ八ヶ岳  
Risonare Yatsugatake

バラクラ イングリッシュ ガーデン  
Barakura English Garden

etc.

八ヶ岳・南アルプスのお店、施設をはじめ、地域の魅力や地域で活躍する人を紹介！

広域マップや時刻表など、地元ひと・旅びとに役立つ情報も充実！

