

# 介護サービスを利用しながら 大好きなグラウンドゴルフを 続ける

## 北谷町



運天さんのお宅にて、金城達郎さんや妻、娘、孫に囲まれる運天先栄さん



子どもや孫と記念撮影



木陰で涼みながらグラウンドゴルフを楽しむ



仲間にスコアを教えてください

「誰かに喜んでもらうことが喜び」

運天先栄さんは1937年生まれの86歳。妻と2人暮らしです。

長女、次女、三女、長男はそれぞれ所帯を持ち、町内に暮らしています。

長女は、「小さいころ、家に帰るといつも誰かがいて、パーティーを開いていました。父は、人が来たら自分で台所に立つてもてなす人。スーパーでセールがあると聞けばバイクで買いものに行つて、近所の人にも配っていました」と話します。

知り合いだけでなく、道で出会った気になる人を家に連れてきてごはんを食べさせることもあったそう。「困っている人を見たらほっておけないし、誰かに喜んでもらうことがなによりうれしい、そんな人でした」と振り返ります。

地域活動にも積極的に取り組んできた先栄さんは、交通安全指導員を30年ほど務め、表彰を受けています。

### 認知症の発症、それでも

先栄さんは、2000年に定年退職を迎えます。

2015年ごろから謝荊区のグラウンドゴルフに挑戦すると、「3度の飯よりグラウンドゴルフが好き」と言う

ほどのめりこみます。

2018年ごろから、先栄さんは先で帰り道がわからなくなるなどの症状がみられるようになり、2021年にアルツハイマー型認知症の診断を受けました。同年5月から週2回、デイサービスの利用を開始しました。何度かも帰り道がわからなくなり、警察犬が搜索したことも。デイサービスの利用は週5回になりました。

先栄さんは、デイサービスの送迎車から、寂しそうにグラウンドゴルフの様子を見つめます。デイサービスでも落ち着かない様子の先栄さんに気づいたケアマネジャーは、「地域にもう一度戻ってみませんか」と先栄さんの家族に相談をしました。デイサービスの回数を減らすことに家族は不安もあつたものの、提案に納得。ケアマネジャーが先栄さんに、「グラウンドゴルフに行こうね」と声をかけると、先栄さんも「うん、うん」とうなずきます。実はこのグラウンドゴルフの皆さんは、90歳代のひとり暮らしの人に80歳代の人がお弁当をつくって渡しているなど、「支え合いの宝庫」ともいえる場でした。そうした日常の支え合いの場に関わっていた生活支援コーディネーターが先栄さんの思いをグラウンドゴルフ仲間へ伝えると、復帰を歓迎。週5回のデイサービスを週2回に減らし、週3回、グラウンドゴルフに通う

ようになりました。

午前のグラウンドゴルフが終わると帰宅をする先栄さんですが、出かけて迷子にならないよう、家族は家に鍵をかけていました。ですが、「外出しないように家に閉じ込めるのではなく、地域で暮らしていけるように」と考えを改めます。ケアマネジャーや生活支援コーディネーターからの情報提供を受け、「迷子になっても探せるように」と先栄さんにGPSをつけて、自分たちでも探しやすいような工夫をしています。

先栄さんや家族の思い、グラウンドゴルフの仲間たちの様子は、第2層協議体でも共有をされました。さらには北谷町の「地域のお宝」に認定され、町長から「お宝認定証」を授与。「こうした暮らし方がいいよね」と町全体で共有し、たたえ合いました。

### 先栄さんの一日

先栄さんは、7時ごろに起床し、妻の手料理の朝ごはんを食べます。デイサービスのある日は、8時30分ごろにお迎えが来て、夕方まで過ごします。

グラウンドゴルフの日は、9時ごろに隣家の金城達郎さんが迎えに来ます。グラウンドゴルフ仲間とプレイを楽しみ、お昼前に帰宅をします。

昼食後は、「町内に住む子どもたちの家に行きたい」と言ったり、ソファで横になってゆっくりと過ごします。

夕食は子どもで家で食べることもあり、子どもや孫に囲まれてにぎやかに過ごす日も多くあります。

### 【謝荊区】

運天さんの住む謝荊区について、区自治会長の徳里徹さんは、「戦後、最初に土地を解放されたこともあり、親せきが寄り合つて住んでいました。数軒が集まった小さなコミュニティ、つまり近所づきあいの精神はいまでも色濃く、近所のひとり暮らしの人の様子を気にかけてたり、様子がおかしいときには声をかけ合うだけでなく、公民館にも連絡があるんですよ」と話します。

運天さんたちがグラウンドゴルフを楽しむ公園からは、アメリカンビレッジや西海岸が見下ろせます。住宅が密集し、坂が多いエリアでもあります。

「若いときには隣の友人を訪ねることができても、年齢を重ねると近所でのつきあいになりがちになります。近所の人の様子を普段から気にかけていれば、緊急時には助け合える。こうした思いを、次世代にも受け継いでいきたいですね」と語ります。



ケアマネジャーの仲村洋子さん

「先栄さんのご家族は、ケアプランを提案すると、家族で悩み、考えてくれます。先栄さんや家族にとって、どんなサービスが必要なのかを家族みんなで話し合っておられます。認知症の人の介護サービスを減らすことは、とてもめずらしいこと。先栄さんのケアをおして、制度を上手に利用しながら大好きなことを続けるという生き方を学ぶことができました」



玉那覇有常さん(82歳)

10年以上続くグラウンドゴルフの部長。「急にグラウンドゴルフに来なくなれば、心配になって連絡を取り合ったりしているよ。病気を抱えたり、思うように体が動かなくなったりする人もいるけれど、みんなでフォローもしているし、一緒にプレイしていればリハビリにもなる。プレイができなくてもゆんたくを楽しみに来るだけでもいいんだよ」と目を細めます。



金城達郎さん(94歳)

金城さんと運天さん一家は、何十年も前から家を行き来する仲です。いまでも一日に1~2回、運天さんのお宅を訪ね、声をかけています。グラウンドゴルフの際には先栄さんを迎えに行きます。「言葉は少なくなったけれど、長年のつきあいだから、表情を見ればだいたいことはわかるよ」と話します。

「買い物もの？困っていないよ。だってみんなが助けてくれるからね」

名護市

数年前、膝の手術をした文子さんを心配して、近所の人が様子を見に来たり、おすわけに来たりしたことで始まったゆんたく。そんな仲間たちに、文子さんは「息子がどこからか持ってきた」というテーブルと椅子を勧め、奥から冷たいお茶やお菓子をふるまいます。

「人は少ないけれど、みんな家族みたいに仲が良くって、いいところだよ」。文子さんは、底仁屋区のことをそう語ります。

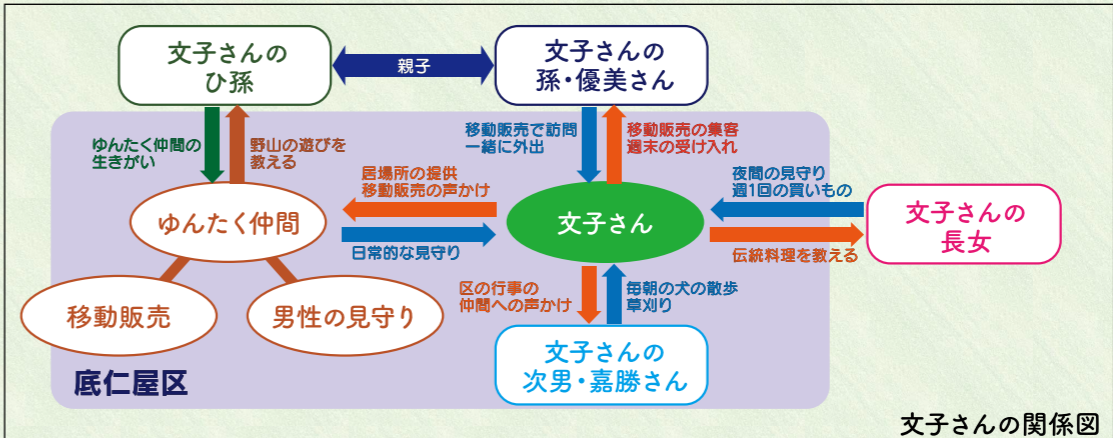
移動販売の場がゆんたくに

毎週金曜日には、JAの移動販売車が文子さんの庭先にやってきます。車の姿を確認すると、ゆんたく仲間たちはいつせいに顔をほころばせます。運転するのは、文子さんの孫の知念優美さん。「祖母がゆんたくしている場所で購入ができれば、みんなが便利になるのでは」と立ち寄るようになったと言います。

優美さんは、ときにはゆんたくの輪にも混ざりながら、購入品を冷蔵庫や



ゆんたく仲間と生活支援コーディネーター



文子さんの関係図

気にかけて、見守り合うゆんたく

やんばるの道路から少し奥に入ったところの軒先で、川平文子さんは近所の皆さんとゆんたくを楽しんでいます。近所の人は、道からゆんたくの様子が見えるときはもちろん、文子さんの姿が見えないときには軒先まで来て声をかけ、ゆんたくを始めます。

93歳の文子さんはひとり暮らしですが、すぐ近所には次男が住み、日頃から文子さんの様子を気にかけています。ゆんたくに来るご近所さんは文子さんより10歳以上若い人たちですが、ゆんたくを楽しみながら文子さんのことをさりげなく見守り、気にかけています。週3回、デイサービスを利用している男性も、デイサービスの日はシルバーカーで「パトロール」しながら文子さんの軒下を覗きます。「ゆんたくをしていれば混ざるし、していなければ『今日はどうしたんだろう』と気になる。このゆんたくがあるから、デイサービスに行っても地域から仲間外れにならないんだよ」と微笑みます。



移動販売でお買いもの

車に運んだり、さりげないおしゃべりから要望を聞き取ります。最近では、買い物に来た人がそのままゆんたくに参加することもあり、ゆんたくはますますにぎやかになっています。

ゆんたくがみんなの居場所

「ゆんたくをしているとね、みんないろいろなものを持ってきてくれるのよ」と文子さん。

「おいしいものがあるよ」「家の畑で野菜ができたよ」「サーターアンダギーをつくったよ」。そんな言葉とともに、テーブルにはいろいろなものが並びます。

「みんながいろいろなものを持ってきてくれるし、週一回は長女が買い物

のに連れていってくれる。『〇〇持ってきて』と言えば、週一回は孫が移動販売に来てくれる。みんながいろいろなものを持ってきてくれるし、買い物もだってできている。だから、困っていないねえ」と文子さん。

「自然がたくさんあるやんばるが一番いいね」「少しでも長くここでゆんたくできるように、元気でいなくちゃね」「どこかに出かけても、ここにゆんたくをしに来なければ落ち着かない」。ゆんたく仲間から、次々とこんな声が聞こえてきます。文子さんの軒先のゆんたく場が、みんなの居場所です。

文子さんの一日

文子さんは、毎朝区内1周のウォーキングを欠かしません。雨の日も傘を持って歩きます。「足を手術してから歩けるようになってね。以前は35分かかっていたけれど、いまは30分で歩け



談笑中の川平文子さん

るようになったよ」と言います。文子さんが起き出すころ、近所に住む次男の嘉勝さんが文子さんの犬の散歩にやってきます。嘉勝さんは、文子さんが一人ではできない草刈りなどもしてくれています。



次男の川平嘉勝さんは底仁屋区長も務める

帰宅をしてからは、家の内外の掃除、そしてチーストーストとコーヒーの朝ごはん。そうこうしていると、ゆんたく仲間がやってきます。

「この前の敬老会は楽しかったね」など、話は弾み、お昼になるといったん解散。毎週金曜日は移動販売に合わせて午後ゆんたくが始まります。夜には長女が来て、文子さんと過ごします。

ゆんたくは、週末はお休み。なぜなら、孫の優美さんがひ孫を連れて遊びに来るから。とはいえ、町場で育ったひ孫と自然のなかで一緒に遊ぶのはゆんたく仲間たち。虫を取りに行ったり、山に入ってみたり。そんな毎日を過ごしています。

【底仁屋区】

名護市役所の対岸、東海岸からほど近い、やんばるの景色が色濃く残る地域です。

文子さんの次男で、底仁屋区長の川平嘉勝さんは、「昔なじみの人が多く住む地域です。地区の行事もとても楽しみにしている人が多く、皆さん、誘い合っ

