

不可欠なのだと思えます。

まずは一人と一人、小さなつながりですが点と点が結ばれて線になります。つながりが増えていくと線は長く伸びていきます。それぞれが手を伸ばし、つながりが横に広がっていけば面になります。

そのようにして私たち一人ひとりの足元から広がっていくもの、それが心の通うネットワークです。ひとりで肩肘張って頑張るのではなく、自分が殻にとじこもらず、少しでも勇気を出してネットワークに飛びこんでいく。そして、一人ひとりがたくさんのおひとり様とともに支え合えるおひとり様になること。それが豊かな関係をつくり、ネットワークの中で安心して生きていける地域社会を築いていきます。

もたれ合いと支えあい

一人で生きることを選択した人にとっても、家族、夫婦で生きていても、一人になった時に支え合えるネットワークがあるかどうか・・・これはとても大きなことです。持っているのと、持っていないのでは、その人の人生に大きな差が出ます。

長い間、家族のためを盾に仕事優先に生きてきた男性は、定年後地域で過ごす時間が多くなります。また、近年女性も仕事を持っていくのが当たり前の世の中、仕事を離れて地

域に戻り、毎日生活するようになった時、安心のネットワークを持っていないことに気づくのです。地域の安心できるネットワークが必要か否かを考える機会はあるのでしょうか。

人が生活し、生きていく上で大切なこと、それは、人はみな平等で対等だということです。自分もそして周りにいる人たちもみんなが考えて認識しなければなりません。他人の立場を認め、尊重しあうことで生きることで自身の立場は確立されます。

支え合えるということとは、一方的に寄りかかるのではなく、お互いに助けたり助けられたいことができること。困ったり、悩んだりしたとき、助けてほしいと言う気軽さを持つ。また、誰か困っている時、その人が助けてほしいと言える柔軟さをこちらも持つ。

自分の周りを見回してみてください。ご近所さんの名前を何人挙げられますか？気軽に助けてほしいと言える人がいますか？困った時には助けてもらえばいいのです。そして次に誰かから助けてと言われたら、自分が手を貸すことができればいいと思いませんか。

私たちが気軽に利用できるコミュニティの場は果たしていくつあるでしょうか？助け

あえるネットワークがもつと増えて、家族だけではなく地域のネットワークが充実すれば、一人ひとりが安心して生きていくことができます。助け合い、支え合うとは、互いを思い合う気持ちを持って、手を差し伸べることだと思えます。

私たちを取り巻く状況はめまぐるしく変化しています。今まで安心と言われていた基盤が揺らぎはじめている今、忘れがちなことですが、歯は内側から生えてくるように、私たちの内側が変われば、外側の地域のコミュニティも変化していくのではないのでしょうか？一人ひとりのささやかな変化や気付きが、近所や地域のコミュニティを安心の場へと導きます。たくさんのおひとり様が生きるために、生きやすい地域であるために、支えあい助け合えるネットワークを作っていくのが私たちの役目かもしれません。

(文責・エガール編集委員会)

