

< 2015年1月 >

## 「近助」はまず声掛けから

国保連合会嘱託 東田 文男

### Column

最低3日分の食料や水は備蓄する。下敷きにならないよう家具は固定化する。家族が離れ離れになった時の集まる場所は確認しておく…。「あの時」の反省からこんなことを決めたはずですが、わが家の防災は大丈夫でしょうか▼阪神大震災が起きた後、「公助」「自助」「共助」が叫ばれました。特に注目を集めたのが「共助」でした。というのも、消防や自衛隊ではなく隣近所に助けられた人が8割を占めたからです▼向こう三軒両隣。遠くの親戚より近くの他人。「共助」は「近助」ともいえます。では、近助の輪は広がったでしょうか。ネットで隣近所と検索しますと「うるさい」「嫌がらせ」「トラブル」といった言葉が登場します▼核家族化や高齢化が進むなか、人々のつながりは以前に増して希薄化したといわれます。その一方で、孤独死や認知症を患った人の行方不明や児童虐待などが明るみになるたびに、隣近所の大切さが叫ばれます▼新しい「近助」のあり方を、私たちはまだ見つけることができないということでしょう。いざという時に助

け合える「顔の見える関係」をつくるのは確かに難しいですが、まずはご近所への声掛けから始めてみてはいかがでしょうか▼「おはようございます」「こんにちは」。なんでもない挨拶ですが、これが意外とできないものです。私は、健康法を兼ねて始めた朝夕の散歩がきっかけとなり、顔なじみ



となった人に何とか声を掛けることができるようになりました▼顔なじみになることが第一歩ですが、犬の散歩などはもってこいだと思います。自宅と職場を往復するだけの男性諸氏！愛する家族を守るためにも新年の誓いの一つに「隣近所への声掛け」をぜひ加えてみてください。