

～地域への恩返しでボランティア 20 年～

名前（年齢）	やのぐち かん 矢野口 寛さん（88 歳）
地域	長野県安曇野市
活動概要	退職後にボランティアを行う人が不足していることを知り、地域への恩返しのつもりで高齢者や障害者の送迎や施設での手伝い、見守りなどのボランティアを継続して行っている。
表章の種類	自らの時間を活用し、近所づきあいや仲間うちなどでの支え合い活動に積極的に貢献している事例
キーワード	送迎ボランティア／入浴介助／児童見守り／車いす介助／手話ダンス／ハーモニカ演奏

*年齢は、平成 25 年 4 月 1 日時点

■活動のきっかけ

ボランティアが足りない

平成 4 年（68 歳）に退職し、地区の区長（現在の町会長）に選出され、ボランティア連絡会議の代表者会議に出席した時、話題の中で「ボランティアの人集めに苦労していること」を知りました。

在職中から、地域の方にお世話になったことの恩返しがしたいと思っていたところ、平成 5 年に町の社会福祉協議会が寝たきり高齢者の入浴サービスを始めたときに、介護を必要とする方々の送迎ボランティアを行ったことがきっかけとなりました。



矢野口さんご本人

■活動内容や現在の活動状況

障害者の方に寄り添うボランティア

入浴サービス送迎ボランティアをはじめたある日、入浴を済ませた身体の大きな男性をストレッチャーに乗せ、自宅に送り届けたところ、奥様が涙を流して感謝され、矢野口さんはボランティア冥利に尽きると思うと同時に励まされました。

平成 12 年から、知的障害者の地域活動支援センター「穂高わたぼうし」では、軽作業などの手伝いをしながら、見守りを行っています。また、高齢者福祉施設を訪問し、手話ボランティアを行っています。信濃国、故郷などの歌に合わせて手話を付けたり、時には踊ったり、またクイズなどに答えてもらったりしています。



ハーモニカを演奏する矢野口さんの様子

「ふれあいバス」という、障害者の方やその家族、一人暮らしの方たちの日帰り旅行に付き添い、車いす介助や案内ボランティアもしています。

また、地元の小学生が、放課後に約1時間遊ぶ「ワイワイランド」で見守り活動もしています。喜々として走り回る子どもたちから活力ももらっています。

デイサービスセンターでは可能な手伝いをしてしながら、毎週1回、昼食前の30分間、子どもの頃に覚えたハーモニカを演奏しています。昭和の初めから30年頃までの流行歌や抒情歌、童謡や民謡の歌詞を印刷して配布し、センターの利用者と一緒に歌う時間を過ごしています。演奏が終わると「懐かしいね」といってくれる方や、ボランティアを休むと「どうしたの」と心配してくれる方もいて、楽しくもあり、嬉しくもあるボランティア活動となっています。



ハーモニカ演奏について語る矢野口さん

■ポイント、工夫している点

「お互いに楽しみながら」をモットーに

ボランティア歴20年、「施設入居者もボランティア活動に携わるスタッフも、仲間として、お互いに楽しみながら元気がもらえる活動をすることが継続につながる」との思いから、決して無理をせず、可能な手伝いを主として担うボランティア活動を継続しています。

■その他の活動

健康管理にも気配り

毎朝のラジオ体操と2kmのウォーキングが健康維持の源になっています。また、マスターズ陸上競技連盟に加入し、競技に毎年参加しています。最近では、疾走のみでなく、投擲（とうてき）にも参加して優勝するなど、健康維持、体力維持に留意しています。

〔本人インタビュー〕

NHK「おひさま」の放映で観光ブームで賑わっています。四季折々の季節の変わり目の変化、透き通った青空、星空など都会では見られない土地です。

仲間としてお互いに楽しみながら、元気がもらえるボランティア活動を、体力的に可能な限り継続していくつもりです。信念を持って続けていくつもりです。



矢野口さんご本人