

お買い物にお困りではないですか？

一緒に歩きましょう👉

お買い物サポーター

自分でお買い物に行きたいけれど、
重たい荷物が持てないし……

一緒におしゃべりしながら散歩をしつつ、
お買い物を楽しみませんか♪

年齢を重ねると、心身の機能が低下し、外出するのも億劫になることもあります。一人で歩いていて、もしもつまずいてしまったら……と、ご不安もあるかも知れません。外出することで、身体を動かす機会になり、人や社会とも積極的につながることができます。お買い物はお店まで自分の足で歩き、自分の目で品物を選ぶ楽しみもあります。買い物の荷物も運ぶお手伝いもしますので、子育て中の方もご相談ください。生活のちょっとした困りごとだけど、誰かがいてくれると安心かな、と感じたのでこの企画を考えました。

住民どうしの助け合いで、お互いの顔が見ることができ、地域がつながるきっかけになり、安心して生活できる社会になってほしいです。

タイトル：一緒に歩きましょう！お買い物サポーター

なぜその提案(できること・取り組みたいこと)を思いついたのか：

先日スーパーへ買い物に出かけた際に、レジ袋に商品を入れるのに苦労している高齢女性を見かけた。女性は「買い物に来るといっばい買っちゃって、袋に入れるのもモタモタしちゃうのよ。バスの時間もあるのにね～」と、こぼしていた。

高齢者を対象とした地域活動をテーマにした講座で、外出が減ることにより、人との関わりが減っていき…といった悪循環のサイクルを学んだ。買い物というツールで外出を促し、高齢者の孤立を防ぎ、人との関わりを途絶えないようにしたいと考えた。お散歩を楽しむことも目的と考えており、心身の健康維持につなげていけるのではと考えた。

その提案を実践することで地域がどのようになればよいと思うか：

買い物は生活の一部であるので、道中の会話や買物の商品選びの様子を見たことで、その方の置かれている状況を垣間見ることができると考え、そこから困っていることがあれば、相談先を紹介することもできる。地域との切れ目のないつながりを維持できると考えた。

外出しやすい、安心して生活できるまちづくりの一助になればうれしい。