

# やさしい旅ヘルプ

(1)



高齢者が集まる東京・巣鴨の地蔵通り商店街

1日8千歩歩いている人は、介護要らずといわれ、歩数計が売りを伸ばしている。ただ、車に乗るから歩いた。歩きやすい町は、高齢者の健康な生活を支えている。都市部には便利な交通網があるが、ちよつと郊外に移れる

は車が無ければ身動きが取れない。ただ、車に乗るから歩かなくなるというのは誤解で、運転してあちこち出掛けているお年寄りの方が断然歩いていて、しゃべったり食べたり、口を使って頭を使い、

ついでにちよつとお金も使ってくれる。

つえを突いているお年寄りが休むことなく歩けるのはせいぜい50分。カートを使っていれば段差も苦手だ。できるだけ路面はフラットな方がいい。さらに言えば、暑さ寒さ

こつした条件を満たす場所。大きなショッピングセンターだ。空調は快適、食事場所も事欠かず、車いす対応のトイレも駐車場も心配ない。車いすの貸し出しまである。家の近くまで送迎バスを出し、足湯の設備を付ける所まで現れ

こつした場所に人が集まるのは自然なことかもしれない。でも、お年寄りたちの様子はどうか寂しい。本中は、そつじつ場所は日中の商店街や観光地にこそ必要なのだと思う。それには

## 高齢者に出掛けてもらうために

# 歩きやすく楽しい町を

に弱いし、雨に当たれば具合が悪いか屋根がある方がいい。

た。もつと驚くのはゲームセンターで、年々お年寄りの数が増えている。やたらと係員をつかまえては話し相手にし

地域ぐるみの協力が欠かせない。至る所で地元の人との対話ができて楽しい。



このひか・きょういち1961年千葉県生まれ。高齢者や障害者の旅をサポートする介護旅行のパイオニアとして10年以上前から活動を続ける。2008年NPO法人日本トラベルヘルパー協会設立。

出掛けることがおつこつになつた人でも、楽しいことがあれば疲れも忘れる。後で多少はくたびれても、心地よい眠りも取れるというものだ。(日本トラベルヘルパー協会 理事長・篠塚恭一)

地蔵通りの商店街や、観光ホスピタリティまで考えてバリアフリーのまちづくりを推進する岐阜県の高山市など、地域が協力し合つて高齢者も歩きやすい町、歩いて楽しい町にした所はいつにもぎわっている。そこではさまざまな工夫があり、音にせよ匂いにせよ、五感に訴え掛ける刺激を感じさせてくれる。大規模な設備は無理でも、ちよつとしたベンチや休み所さえあればいい。