



やさしい旅



こう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、お年寄りのたちの様子はどこか寂しげだ。

本当は、そういう場所は日本中の商店街や観光地にご必要なのだと思う。それには地域ぐるみの協力が欠かせない。

「おばあちゃん原宿」と呼ばれて有名な東京・巣鴨の地藏通り商店街や、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高山市など、地域が協力し合っ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もにぎわっている。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、ちょっとしたベンチや休み所さえあればいい。至る所で地元の人との対話ができている。

1日8千歩歩いている人は介護要らずといわれ、歩数計が売り上げを伸ばしているそうだ。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ば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る。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、暑さ寒さに弱いし、雨に当たれば具合が悪いから屋根がある方がいい。

## 高齢者に出掛けてもらうために



高齢者が集まる東京・巣鴨の地藏通り商店街

こうした条件を満たす場所は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た。もっ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ている。

本当は、そういう場所は日本中の商店街や観光地にご必要なのだと思う。それには地域ぐるみの協力が欠かせない。

町にした所はいつもにぎわっている。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、ちょっとしたベンチや休み所さえあればいい。至る所で地元の人との対話ができている。



しのづか・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。2006年NPO法人日本トラベルヘルパー協会設立。

出掛けることがおっくうになった人でも、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)

# 歩きやすい街で活力