

ナバリスト 31

水谷 祐哉 さん

理学療法士・リンクワーカー

みづたに ゆうや ●いなべ市在住。総合病院の同僚と地域に出向き、よろず相談を始める。活動の中で知った「社会的処方」の実践に向けて「みえ社会的処方研究所」を設立。100 人もメンバーと学び合っている。令和 5 年からは、はしもと総合診療クリニックの「リンクワーカー」や「ちいかけん」の事務局長として活躍中



日々、感謝の心を
持ち続けていたい

関連 P8・9



人の人生や経験に耳を傾けることは興味深いと水谷さん。穏やかな人柄が魅力的



各地で講演も。全国でも珍しい診療所のリンクワーカーの取組に注目が集まる



相談できる場所を地域につくろうと、仲間と共になべ市内で活動を始めた

「ほっとけない」の思いをつなぐ

身体障害のある弟や、車いす生活だった祖母の姿を見て育ち、「身体が不自由な人の力になりたい」と理学療法士の道へ。転機は、脳梗塞で仕事や住まいを失った患者さんとの出会いでした。リハビリをして退院しても、元の生活に戻るのは難しい……。その現実と直面し、その人らしい暮らしを取り戻すところまで目を向けたと考えるようになりました。

当初は病院の同僚と、地域に「相談できる場所」をつくっていきましました。でも、自分の悩みを整理できず、なかなか口に出せない人も少なくありません。だから今、まずは一緒に楽しく過ごせる「居場所」をつくろうとしています。支援する・されるという垣根を越えて、日常のことを気軽に話せる関係を築いていきたいのです。

薬を処方するように、支援が必要な人を地域の居場所や活動につなぐ「社会的処方」という考え方があります。その役割を担うのが、「リンクワーカー」です。これまで関わってきた皆さん一人一人の人生は、まるで一冊の本を読むように興味深いもの。その人の背景を知り、「こんなつながりがあれば元気になれるのでは」と一緒に考えていけるといいなと思います。

名張の魅力は、お節介なほど人をほっとけない温かさ。「よそ者」である私の活動も、多くの人たちが自分事のように支えてくれています。いただいた恩を地域へ返していく。その循環の中で、これからも活動が続けていきたいですね。そして、名張のみんなと積み重ねている取組を全国へ広げていく。そんな未来を描いています。

編集後記

つらいとき、「ひとりやないよ」「大丈夫、なんとかかなる」と寄り添ってくれる。どんなに心強いことか……。そして、そんな人が地域にもいてくれる！何物にも代え難い、名張の財産です（たか）

大河ドラマの主人公、豊臣秀長と深い関わりがあり、名張の町の礎を築いた藤堂家に関連したイベントがいろいろ開催されます！SNSでも案内するので、秋のお出かけにぜひ！（くま）

名張のことが大好きな若者主催のイベント「ぱりフェス」。高校生がボランティアスタッフになったり、ブースを企画したりと、若い力が輝きます。名張大好き！の輪が広がって（はな）

私たち広報担当は、15年前のカメラを使っていたが、企業からの寄贈で新しいカメラに！より一層市民の皆さんに伝わる写真を届けられるように頑張りたいと思います（おふじ）



名張のひと・活動

