

第1回ボランティア研修会

認知症サポーターステップアップ講座

八月九日（木）なくさ白寿荘から講師をお招きし、「認知症ステップアップ講座」が開催されました。

サポーターの役割

地域や職場で認知症の人を支援するボランティアで、認知症の正しい知識を持ち、それを周りの人に伝えることがサポーターの主な役割です。

認知症基礎知識

二〇二五年には、認知症患者の数は、六五歳以上の高齢者の五人に一人と言われ、適切な診断と治療が必要です。物の名前や言葉が出なくなったなどの場合は、発症を疑う必要があります。

徘徊の人への声かけ

留意する点は、

- 驚かせない
 - 急がせない
 - 自尊心を傷つけない
 - 適切な声かけポイントは、まずは見守る
 - 余裕を持って対応する
 - 声を掛ける時は一人で
 - 後から声をかけない
 - 相手の目線に合わせ、優しい口調で
 - おだやかに、はっきりした話し方で
 - 相手の言葉に耳を傾け、ゆっくり対応する
- 以上を心がけ、適切に対処していきたいと思えます。（広報部・小出）



「いきいき体操北六ボラセン」

発足一周年を迎えました

北六甲台地区社協に登録されているボランティアの皆さまの健康維持と、北六甲台地区ボランティアセンターの所在を知っていただくため、昨年九月に「いきいき体操北六ボラセン」を立ち上げ、早一年を迎えました。

ボランティアをはじめ、住民の方も参加され、現在、登録者数は四五名になりました。毎週の出席者数は一五名程度ですが、今では一週間ごとにお顔を合わせるのを楽しみに、和気あいあいと体操にいらしていただいております。

杖について来られていた方も杖なしで、背中が丸かった方も姿勢をまっすぐに保てるようになるなど、成果が出て来るようになってきました。

九月二〇日、一年間の成果を西宮市地域共生課の

方に体力測定をしていた

いただきました。一年前に測定したデータと今回の結果を照らし合わせ、アップしている方が大多数でした。また、皆勤賞として、九〇代と八〇代の方お二人が表彰されました。

いきいき体操は、正しい姿勢で、無理をせず、水分補給しながら声を出して行うことが大切です。体操を始める前の脳トレも楽しいひとときです。

毎週木曜日の午後一時半～三時まで、北六甲台地区ボランティアセンターがある「安心プラザA室」で行っています。

どなたでも参加できますので、一度、体験されてみてはいかがでしょうか？皆さまのご参加をお待ちしています。

（ボランティアセンター 井上さち子）

文化祭のご案内

- 【北六甲台自治会】
日時：11月1日（木）～4日（日）
場所：北六甲台コミュニティーセンター・自治会館
- 【上山口東自治会】
日時：11月10日（土）～11日（日）
場所：上山口東自治会館

北六甲台文化祭講座

有馬郡物語

開催日：十一月三日（土）
時間：十時～十一時
会場：コミセンA室
講師：日高昭夫（郷土史研究家・山口公民館講座講師）
山口は古来より摂津国有馬郡に属していました。有馬郡の歴史や風土を豊富な画像でビジュアルに紹介します。

第101号
平成30年10月18日

西宮市北六甲台地区
社会福祉協議会
会長 日高 昭夫



●発行/北六甲台地区社協 ●発行日/偶数月 ●編集/北六甲台地区広報部 ●配布エリア/北六甲台・上山口東

敬老
お祝い訪問

訪問よりそい活動の着手

地区社協の恒例行事「敬老のつどい」を今年は「敬老お祝い訪問」に切り替えました。高齢化の進行に伴い、元氣なお年寄り対象の集客イベント型事業から七五歳以上のお年寄り対象にお宅を訪問してお祝いの赤飯パックをお届けしようという「訪問よりそい事業」への見直しです。

六二%のアンケート回収

訪問活動はアンケートによる訪問希望の打診と希望者へのお祝いお届け訪問の二段階の活動です。打診の訪問では一六名の役員が分担し、四八八名（回収率六二%）のアンケート回収が得られました。

地区社協の見守り活動着手

北六甲台地区社協会長 日高 昭夫

た。これをもとに二六名の社協役員・協力員が分担してお祝い品を四〇八名の皆さんにお届けしました。



超高齢社会の見守り活動

超高齢社会を迎えて地域で見守りが必要な高齢者は増え続け、更に今後は認知症の方の見守りも欠かせません。民生委員だけの見守りでは限界があります。敬老お祝い訪問の意義は地区社協による見守り活動の着手とい

う点にあります。

草の根ボランティアの原点

この取組みで大きな成果を得られました。地域の七五歳以上の高齢者の実態が初めて把握でき、今後の見守り活動の貴重な基礎資料となります。また多くの役員が訪問先の皆さんとふれあい、会話を交わせたことは得難い経験となりました。こうした活動こそが草の根ボランティアの原点なのでしょう。お年寄りとの個別の対面で支援の意義がじかに伝わります。そんな活動の積上げと広がり、住民の皆さんにとっての地区社協の存在感を高めます。

反省と課題

反省点もありました。アンケート説明が敬老のつどいの見直しに偏り、見守り活動の着手という趣旨が説明不足でした。アンケートの投函先が社協BOX等に限定され、応募者にご苦勞をかけた。 「八月一日現在七五歳以上」という対象者確定の必要性からアンケートでは生年月日記載をお願いしましたが、この点の趣旨説明が不十分でした。提供頂いた多数の個人情報に責任をもって管理しなければなりません。そのための管理体制の確立が必要です。 また見守り活動の具体化と態勢づくりも今後の課題です。



敬老お祝いの訪問を実施して

高齢者福祉部部長 築紫豊

敬老の日

昨年まで「敬老のつどい」として、北六甲台小学校の体育館で七十歳以上の皆さんに楽しんで頂いておりましたが、今年からより多くの対象の方に敬老のお祝いをしたいとのことから、七五歳以上の方のお宅を社協の担当者で訪問し、ご挨拶とお赤飯をお渡しする形に変わりました。

北六甲台地区には人口統計では七八七名の後期高齢者の方がおられますが、対象者のお住まいを確認しなければなりません。そこで、まず、北六甲台・上山口東地区にアンケート用紙を配布し、皆様から回答を寄せて頂きました。アンケートのお返事は北六甲台コミュニティセンターと安心プラザの社協ポスト、及

び上山口東自治会館の自治会ポスト投函をお願いしました。ただ「提出場所が遠いから困っている」とのお声なども寄せられました。その後、各丁目毎にアンケートを提出されていない対象者のお宅を訪問しました。中には「まだ七五歳になっていないよ」と言われ、「しまった！」と冷や汗をかくこともありましたが、おしゃって下さったので、「失礼しました」と思いながらもホッとしました次第です。



社協役員の方の努力のいかもあって、四〇八名の方に「敬老お祝い訪問」ができ、お赤飯をお渡しすることができました。



北六甲台小学校福祉体験

車イス・アイマスク体験学習に参加して

九月一日（火）、北六甲台小学校にて、四年生を対象に「車イス体験学習」のボランティアに参加しました。



今年は、例年の校舎一周コースに、春に完成したばかりのエレベーター利用が加わりました。

笑顔でコースを巡り、エレベーター利用も余裕です。ですが、力とコツが必要で、表情は一変し、全員が真剣な顔に。車イスを押す人は乗っている人のことを常に考え、安心できる声掛けやスムーズな操作の大切さを実感できたのではないのでしょうか。ボランティアに参加した保護者から、「貴重な体験が出来て、参加して良かったです」との声。親子で福祉について話すきっかけになればと思います。（広報部・印南）

ふれあい喫茶

リコーダー演奏会

九月二日（水）、北六甲自治会館での「ふれあい喫茶」の中で、リコーダー演奏が行われ、多数の方が参加し、コーヒーを飲みながら、ゆったりとした時間を過ごされました。

リコーダーという名前がよく耳にしますが、今回、楽器の紹介でいろいろな種類があることを知り、興味がわいてきました。

演奏の中の「青い山脈」を参加者みんなで歌い、楽しいひと時を過ごしました。（広報部・小出）

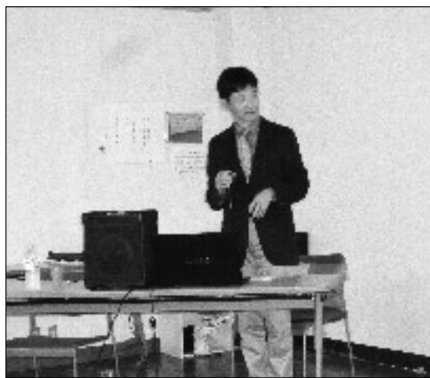


第一回 福祉講座

寝たきりにならないための「歯の健康」

研修部 大岸 和幸

九月九日（日）、北六甲台の光歯科クリニック院長・村上豪一先生に講師をお願いし、「寝たきりにならないための「歯の健康」」をテーマに、平成三〇年度第一回目の福祉講座を開催しました。



最近、歯の健康を損なうことが、とりわけ高齢者の場合、さまざまな病気や虚弱化への大きな引き金になることが知られるようになってきました。今回の講座では、①姿勢と噛み合わせの関係、②誤嚥性肺炎への影

響、③寝たきりになった場合の留意点など、口内ケアの重要性について学びました。最後の質疑応答では、たくさんの方の具体的な質問が出て、「歯の健康」が誰にも共通する生活に密着した切実な課題であることを改めて実感しました。

終わって見て、今回のように、同じ地域に根ざす講師と受講者が講座を通じてコミュニケーションの場を得られたことは、有益な試みではないかと感じました。



認知症と介護福祉士の向き合い

ケアニン上映会に参加して



しまい、ストレスを感じることが私にも経験があります。

この映画の題名「ケアニン」とは、「ケアする人」という意味だそうで、主人公の新人介護士は先輩スタッフの協力で認知症患者との付き合い方を学んでいきます。家族が認知症家族を理解し、どう接すればよいかを考え直す良い機会になったと思います。

「最後の「ひとり」とは何か。それは、本人



西日本豪雨災害支援募金

12,211円

皆さまの善意で集まりました募金を、日本赤十字社に贈りました。ご協力ありがとうございました。

社協会員会費の報告

ご協力ありがとうございました

個人	470口	233,000円
法人	160口	80,000円
合計		313,000円

がこの世に生を受け、どう生きたかの軌跡を感じ取ってあげることではないかと思えます。「認知症で人生終わるなんて、僕がさせない」映画の中の主人公のこの言葉、いい言葉でした。（広報部・小出）