



生活支援コーディネーターだよ

きずな
令和元年6月

生活支援コーディネーターは生活上の「困った」や「社会貢献したい」方の相談に応じています。住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、お手伝いする仕事です。

お問い合わせは、高槻市社会福祉協議会まで

TEL：072-668-6680
FAX：072-661-4901



社会とのつながりは健康の秘訣

健康のために食事や運動はもちろんですが、大事なことがもう一つあります。それは「社会参加」です。

社会参加と言えば、

- ・ 習い事を始める
- ・ 自治会の行事に参加する
- ・ ボランティア活動をする

だけでなく、ご近所の方と挨拶し、社会とのつながりを持つことも社会参加です。

健康に暮らし続けるために、皆さんも何か始めてみてはどうでしょうか。

認知症予防との関係性

地域活動に参加した人のほうが、認知症発症率が低いというデータが実際にあります。



今月は生活支援コーディネーターがお手伝いし、デイサービスでのボランティアという初めての分野での活動につながった東野勝美さんを紹介します。

現在活動を始めて5か月程経ちました。新たな分野で試行錯誤しながら、楽しく活動されているようです。そのご様子や感想を伺ってきました。



➡ 詳細は裏面へ

ちょっと一息☕ ~生活支援サポーターについて~

高齢になっても健康で不自由なく生活したい・・・そう思っはいても、普段生活している中でちょっとした「困った」が出てくるかと思ひます。

玄関の電球が切れたけど、脚立に上がるのが怖い

衣替えをしたいけど一人ではできない



病院から退院してすぐに一人で買い物に行くのが不安

介護ベッドを置くのでタンスを動かしたい

そんな高齢者の暮らしのお手伝いをするのが、生活支援サポーターです。高槻市に在住している65歳以上の方であれば介護保険の認定がなくても利用できます。活動しているサポーターは、養成講座を受講したボランティアです。お近くで困っている声を聞かれたら、一度社会福祉協議会までご相談下さい。

(生活支援コーディネーター 中村)

ボランティアとして活躍中！

デイサービスにてボランティア活動中の東野勝美さん

2018年に市が主催している介護の研修を受講。受講後に「何かを始めたい」という希望を持ち、生活支援コーディネーターへ相談。活動する上での希望や得意なこと等の話の中から、一緒に希望に合うような活動先を見つけ、生活支援コーディネーターが連絡調整や見学・体験をお手伝い。現在、お住まいから近いデイサービスにて利用者のお話し相手やレクリエーションのお手伝い等、ボランティア活動を継続中。



東野さん、こんにちは！



活動についてインタビューさせて頂きました！対談形式で紹介します

足：実際にボランティアをしてみたいですか？

東：大分慣れてきたよ。最初は男性の方と喋るとがほとんどだったけど、今は男女問わず喋るようになってきているよ。

足：最初は男性の方メインでと言われていましたけど、今は色んな方と関わっているんですね。

東：色んな方がいるからこそ、関わり方も変えなれないといけない。わからないうことは聞くようにしていますよ。

足：楽しんで活動されていますか？

東：そうやね。一人でも多くの人に喜んでほしいと思って、楽しめるところを提供することを意識しているよ。

「一人でも多く喜んでもらいたいと思う！」

足：足立(生活支援コーディネーター)
東：東野さん



<取材>
生活支援コーディネーター 足立

*ご自身も相手も楽しめるよう日々奮闘している東野さん。今後の活躍に期待しています！

東：「どうすれば楽しんでもらえるのか」考えることが楽しくて。今後も新しいことができれば良いなと思っていますのでよろしくね。

足：色々工夫しながらチャレンジする気持ちが大切にされているんですね。

東：カラオケをよくするんやけど、色んな人に歌ってもらえるように、マイクを渡すお手伝いや声掛けをしているかな。

足：素敵ですね！何か工夫されていることはありますか？

～デイサービスでの活動の様子～



「どうですか？」と一人一人に声をかけて気遣う場面も。

利用者さんから「次は何の歌かな」という声もあり、カラオケを楽しみにされている方は多いようでした。



東野さんについて職員の方に伺うと・・・

礼儀正しく真面目に取り組まれています。楽しんで活動されていますよ。

と教えて頂きました。生活支援コーディネーターが訪問した日も、東野さんも利用者さんも笑顔でお話され、和やかな雰囲気でした。

生活支援コーディネーターは地域で活躍したい人に対して、活動先の紹介や見学・体験の仲介のお手伝いをしています。「何かやってみたいけど、どうしたら良いかわからない・・・」という方、お気軽にお問合せ下さい！

次回は8月発行予定です