

KOBE シニア元気ポイント

対象となる活動

対象となる活動は次のような施設職員の指示を受けて行う軽微かつ補助的な活動。初めてでも安心して取り組める

- (1) 話し相手・傾聴・散歩相手
- (2) お茶だし・配膳・下膳の補助
- (3) 施設内移動の補助
- (4) 入浴前後の補助(整髪、衣類整理等)
- (5) レクリエーションの補助
- (6) 利用者が利用する場所の簡易な清掃・消毒
- (7) 菜園等の手入れや水やり
- (8) 洗濯物の整理、寝具の環境整備
- (9) 芸能等の披露(演奏、歌、演芸等) など



高齢者施設で将棋の相手をする活動者



KOBEシニア
元気ポイントの
HPはこちら

65歳以上の神戸市民対象

新規登録キャンペーン中

今月末まで

「KOBEシニア元気ポイント」制度は2020年10月に始まった神戸市の委託事業で、65歳以上の市民が対象だ。社会活動を通じて人と交流したり体を動かしたりしてもらい、心身の健康増進につながる狙い。活動するとポイントがたまり、年に1回、年度末に現金と交換できる。

活動場所は、高齢者施設や子ども施設など194カ所(2023年3月時点)。活動内容は、話し相手、配膳、移動補助、レクリエーション補助、清掃、菜園手入れなど。

ポイントは市の敬老パス、福祉パス、PiTaPaなどICカードのいずれかに記録する。2時間未満で100ポイント、2時間を超えると200ポイントが付与される。

年間上限は8千ポイント。1ポイント1円、千ポイント単位で換金できる。

各区や三宮の事務局で行われる説明会に参加してから登録する。対象施設はリストから選択し、自分から連絡。施設側と面談して日程、活動内容などを相談して決める。

同市は、新規活動登録者を対象に800ポイントを付与するキャンペーンを展開中。期限は3月31日なので、申し込みを急ごう。

8人以上なら施設や集会場での出張説明会も開く。その他の説明会の日程など、詳細は同事務局のホームページ(HP)で確認を。申し込みは事務局 ☎078・335・6543(平日のみ)

社会貢献 楽しくはつらつ

65歳以上の高齢者に外出や社会参加の機会を提供する「KOBEシニア元気ポイント」の利用者が増えている。これも施設や高齢者施設などで支援活動をすればポイントがもらえる神戸市の制度で、ポイントは現金と交換ができる。登録者数は千三百人を超え、活動対象施設は市内全域に及ぶ。社会貢献を通して無理なく体を動かすことで、心身の健康増進が期待できる。ポイントが受け取れることも活動を続ける励みになる。制度を利用して、生き生きと暮らす市民を紹介しよう。

活動に心しポイント獲得、年1回換金

KOBEシニア元気ポイント

本内 幸子 さん



「元気でいる努力をする

きっかけに」

壁一面を覆う書棚に、絵本や子ども向けの書籍がずらりと並ぶ。床やテーブルの上にはボードゲームや遊具が積み上げられている。静かな室内で、本内幸子さん(71)は棚のふき掃除、遊具やアクリル板の消毒などに励んでいた。

「子どもたちが新型コロナウイルスに感染しないよう、お役に立てたらうれしい。職員のみなさんは日常業務の上で感染防止対策まで担い、本当にたいへんですからね、ほんの少しでも手伝いたい」

本内さんは毎週月曜の午前中、神戸市中央区の二宮児童館で館内の清掃と消毒に励んでいる。人の出入り

が少ない時間帯の活動だが、夏休みや春休みは子どもたちとの交流もある。「遊びやおしゃべりの相手は楽しい。自分が知らないことを子どもたちから教えてもらうのは、刺激になります」



週1日、児童館の清掃や消毒

本内さんは、医療・福祉関係の仕事に就いていた30年ほど前から入浴ボランティアなどを続けていた。その経験を生かし、「KOBEシニア元気ポイント」制度でも高齢者施設で活動をしてきたが、新型コロナウイルスの流行で受け入れが中断されてしまった。2022年4月、活動対象の施設一覧から興味を持った同館を選び、登録した。その翌月には活動が始まった。「ポイントには意識していないが、職員の負担を減らすためにも元気でいる努力をするきっかけになっています」と話す。

同館では、本内さんを含めた数人の元気ポイント登録者が活動している。同館職員森松美さんは「気付かなかった備品の汚れや損傷を見つけてくれるし、子どもや親との交流では、豊かな経験に基づいた助言もしてくれる。みんなが感謝しています」と話す。

同館の活動以外に、趣味のスポーツや友人との交流に忙しい。「元気ポイントを換金したら、本を買おうかな」と元気に笑った。

アクリル板の消毒をする本内さん(いずれも神戸市中央区二宮町1、二宮児童館)



書棚の拭き掃除をする本内さん