

2021年  
12  
月号

# 元気だより

Vol.  
4

みなさま、こんにちは。早いもので、本年も残すところわずかとなりましたね。KOBEシニア元気ポイントも10月に1周年を迎えることができました。これも日ごろよりご活動いただいているみなさまのおかげです。本当にありがとうございます。まだまだコロナに油断はできませんが、広報紙『元気だより』では、今後もたくさんの方に活動に参加したい！と思っていただけるような話題をお届けし、いきいきとした毎日を送っていただくお手伝いできればと思っています。



## 第2回 活動者×受入施設 交流会を開催!



11月8日(月)に神戸市勤労会館にて、中央区・兵庫区・長田区にお住まいの方を対象に交流会を行いました。6施設の担当者と24名の活動者のみなさまにご参加いただき、先輩活動者の方に経験談を聞いたり、施設担当者の方に活動についての不安や疑問にお答えいただきました。

### 先輩活動者の体験談



先輩活動者の中道さんにご自身の活動内容や、活動してよかったことなどをお伺いしました。活動は天職だと思えるくらい楽しく施設に行かれており、充実した毎日を過ごされているそうです。

### 施設・募集内容紹介



参加施設の担当者の方々に、活動募集内容の紹介や、活動についての質問の答えをいただきました。

### 施設担当者との交流



活動者のみなさまに少人数のグループに分かれていただき、施設担当者の方に各グループをまわっていただきました。気軽に質問などもでき、お話の花が咲いていました。

施設によって募集している内容は異なりますが、「来てくれるだけでもありがたい」「本当に、活動者さんがいてくれるだけでも助かる」「気軽に見学に来てほしい」など、どの施設も活動者のみなさまが来てくださるのを心待ちにしている様子でした。今後もお住まいの区で交流会を開催する場合は改めてお知らせします。みなさまのご参加を心よりお待ちしております。



垂水区

## リハビリセンター りらいふ舞子

垂水区星陵台1丁目9-5 リヴェールメイ垂水101



☎078-647-7668

募集中の活動

✓お茶だし・配膳・下膳の補助

定員40名(現在はコロナの為、20名ほどの受入)の高齢者デイサービス。

リハビリの器具やマシンが多数あり、屋内も明るく清潔感のある施設。

食事の場所も1人1人パーテーションで区切って対応するなど、コロナ対策もしっかり行っている。



## 活動者 インタビュー



活動者:尾崎さん(79歳)



### Q1. どんな活動をしていますか？

炊事場で食器洗いやお弁当のごはんを詰めたりなどのお手伝いをしています。配膳・下膳は職員さんがされるので、主に炊事場の中での細々としたお手伝いをしています。活動は2時間ですが、あっという間に時間が過ぎます。

### Q2. 活動を始められたきっかけは？

前々からこういった活動には興味があったのですが、なかなか踏み出せなかったところ、広報誌KOBEに掲載されていた記事を見ました。とにかく何かしたい、という気持ちが強かったので、説明会を聞いてすぐに登録しました。

### Q3. これから活動を始められる方へアドバイスを！

頭でいろいろ考えるよりも気軽に始めてみることをお勧めします。私自身も、この制度に登録したことをきっかけに、今はこんなに楽しく活動できています。活動を続けられているのは、誰かの役に立てるというやりがいです。また、施設や職員さんの雰囲気も良く、わからないことを気兼ねなく聞ける環境が、何よりありがたいと思っています。

### Q1. 現在の活動受入内容は？

KOBEシニア元気ポイントの活動者は2名来られています。尾崎さんと同じように、炊事場でのお手伝いをお願いしています。

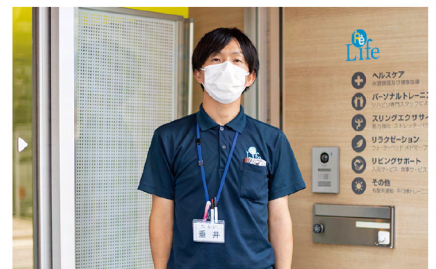
### Q2. 受入をして良かったことは？

スタッフの業務量の軽減が一番あります。職員が1人で配膳・下膳をしているので、その合間に利用者さんのお相手として、何気ないお話をしてもらうなど助けていただいています。

### Q3. 活動受入の際に注意・工夫していることは？(コロナも含めて)

一度面談や見学をしていただき、雰囲気をつかんでから活動に入ってくださいようお願いしています。活動者とおこちらの希望が合致するよう、事前に面談などでもきっちりお話をさせていただき、実際活動していただく際には、こちらの望んでいる、やっていただきたい内容をわかりやすくお伝えするようにしています。現在は曜日を分けて活動してもらっていますが、他の活動者の方と一緒にいただくと、活動者同士の交流も深めていただけるよう考えています。

## 施設担当者 インタビュー



施設担当者:垂井さん



長田区

## だんらんの家 上沢

長田区重池町1丁目4-3



☎078-647-7581

定員10名の高齢者デイサービス。一軒家を改装した施設で、室内は季節に合わせた手作りの創作物が飾られており、アットホームな温かい雰囲気が溢れている。食事やお菓子などすべて手作りで提供されている。

### 募集中の活動

- ✓話し相手・傾聴・散歩相手
- ✓お茶だし・配膳・下膳の補助
- ✓入浴前後の補助（整髪、衣類整理等）
- ✓レクリエーションの補助
- ✓芸能等の披露（演奏、歌、演芸等）



## 活動者インタビュー



活動者:前田さん(67歳)



### Q1. 今の施設で活動することになった経緯・きっかけは？

私は施設へ連絡するのにあまり抵抗がなかったので、KOBEシニア元気ポイント制度に登録後、いろいろな施設を探したり、見学してみました。こちらの施設は家から歩いてこられることと、外観がお家のように、家庭的でアットホームな雰囲気に惹かれて決めました。

### Q2. 活動して良かったことは？

施設のコンセプトがお名前の通り「だんらんの家」なので、普段の生活の延長のようで、すごく楽しく活動しています。90代の母がいるのですが、家族間だとどうしても言い方がきつくなってしまうことがあります。こちらの利用者さんへ対応するときのようにしないといけないな、という気持ちになるので、第三者と接するのも大切だと感じました。

### Q3. これから活動を始められる方へアドバイスを！

私はホームページから行きたいところや、自分でも出来そうな活動項目（話し相手など）を募集している施設を探しましたが、同じ説明会に参加した方の中には、インターネット等を使っていない方もいたので、施設の検索が難しければ事務局に相談するのも良いと思います。

### Q1. KOBEシニア元気ポイントに参加したきっかけは？

ボランティアの受入を探していた時にこの制度を知りました。以前来られていた方が来られなくなったので、この制度の活動者さんに来ていただけることになって本当に助かっています。

### Q2. 受入をして良かったことは？

程度は様々ですが、利用者さんに認知症の方が多く、一人一人の対応に時間がかかることがあります。身体介護等は職員がやりますが、職員の手が取られているときに、利用者さんを見守ってくれる目が増えるとともに助かります。例えばトイレに行こうとしたり外に出ようとしている利用者さんがいることを職員に伝えてもらえるだけで、とても助かります。

### Q3. はじめて活動される方に向けたメッセージを

難しいことは何もしなくてよく、お部屋から出ていく人を見てくれるだけでも本当に助かります。まずは利用者さんと一緒に楽しんでいただけたら、と思います。利用者さんは顔がこわばっていると近づいてこないの（笑）、ご自身も楽しんでいただくことから始めるといいと思います。

## 施設担当者インタビュー



施設長:石坂さん



# 募集中の活動案内

一部紹介

## パナソニック エイジフリーケアセンター 神戸霞ヶ丘・小規模多機能

垂水区



担当者: 田中さん

### 募集内容

菜園等の手入れや水やり

住所: 垂水区霞ヶ丘1丁目4-24

電話: 078-707-8751

アクセス: 山陽電鉄「霞ヶ丘駅」より徒歩10分

手入れが行き届かずにいる庭のお世話をしてくださる方を募集しています。お気軽にお問い合わせください。ご応募もお待ちしております。

## 特別養護老人ホーム 向陽荘

垂水区



担当者: 黒田さん

### 募集内容

利用者が利用する場所の簡易な清掃・消毒

住所: 垂水区福田5丁目2-21

電話: 078-754-5675

アクセス: 山陽バス「掘割」バス停より徒歩5分

週1回程度、居室や送迎車の清掃・消毒などに来ていただきたいです。「今日も楽しかった」と思える活動にいただきたいです。お気軽にご応募ください。

## ツクイ神戸三宮

中央区



担当者: 松浦さん

### 募集内容

①話し相手 ②お茶出し ③ドライヤーかけ

住所: 中央区旭通1丁目1-1 サンピア113

電話: 078-230-3522

アクセス: 各線三宮より徒歩10分

利用者様の話し相手やお茶出し、入浴後のドライヤー等してくださる方歓迎です！楽器演奏等できる方も探しています。未経験でも大丈夫です！いつでも見学に来てください。

## 編集後記

KOBEシニア元気ポイント事務局で2回目の年末を迎えることができました。施設への取材や交流会でみなさまにお会いでき、スタッフも元気をもらっています。制度について、もっとたくさんの方に知っていただけるよう、来年もイベントや広報活動に力を入れて参ります。2月からは貯まったポイントの交換時期となります。交換方法等は改めてお知らせしますので、今しばらくお待ちください。年の瀬も押し迫ってまいりました。寒い日が続きますが、みなさまどうかご自愛ください。

## お問い合わせ

**KOBEシニア元気ポイント事務局**

**TEL.078-335-6543**

〒650-0021 神戸市中央区三宮町1-9-1 センタープラザ1007

FAX 078-335-6542

●受付時間: 平日 9:00~17:00(土日、祝日、年末年始を除く)

<https://kobepoint.jp> **KOBEシニア元気ポイント**

メール [desk@kobepoint.jp](mailto:desk@kobepoint.jp)

本事業は、神戸市からの委託を受け実施しています。