

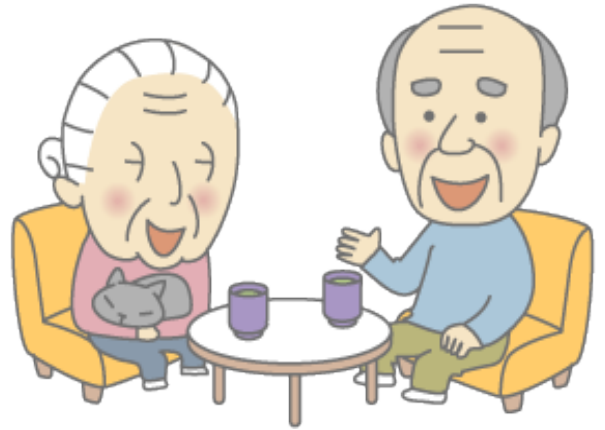
# ポイントリレー通信 第1号

2016年3月 発行

## ■介護予防ポイント事業ってなに？

介護予防ポイント事業は、65歳以上の高齢者が介護保険施設で活動をすることで、自らの介護予防につなげる取り組みです。具体的な活動は、市内の活動登録施設で高齢者の方の話し相手、行事・レクリエーション・手作業のお手伝い、将棋や麻雀の相手、体操や演芸の披露、食事やおやつ配膳、片付けなどです。活動時間に応じてポイントがたまり、1ポイント100円で換金することができます。

自身の健康増進だけでなく、介護保険の施設を利用する方の暮らしを豊かにすることにもつながる新たな活動です。「自分のできることで誰かの役に立ちたい」、「空いている時間で何かしたい」そんなあなたの参加をお待ちしています！



## ■『活動の輪が広がっています』 活動者さんのインタビュー

今回は、社会福祉法人 大阪自彊館 ベラミ(淡路福祉サービスステーション)で活動中の6人の方々を紹介したいと思います。



社会福祉法人 大阪自彊館



麻雀に参加する藤田さん（奥右）

■藤田雅子(ふじたまさこ)さんは、デイサービスに来られた利用者さんの麻雀や行事、喫茶のお手伝いなどを行っています。麻雀卓には、笑いと笑顔が絶えず、自然と周りに人が集まってきました。麻雀は朝10時から12時まで、お昼ご飯が終われば、また再開されます。藤田さんは、「ベラミはオープンで活動しやすい場所」、「職員や利用者さんが待っていてくれるのがうれしいし、私のほうが遊ばせてもらっている」、「いろんな方と知り合いになれる」と話します。活動を続けるため、規則正しい生活に気をつけるようになったそうです。

■富太ヨネ子(とみたよねこ)さんは、デイサービスの利用者さんに、おやつやお茶だし、洗い場の掃除などの活動をしています。運動に出かけたりしているが、家にじっとするのも窮屈だし、お昼から何かできることはないかと思いつき活動することになったそうです。富太さんは「ベラミは雰囲気がよく、職員や利用者が歓迎してくれるし、声をかけてくれる」、「できる限りのことはしてみようと思った」、「ここに連れてよかったし、続けられる限り活動していきたい」と笑顔で話します。



洗い場で片付けをする富太さん（手前）



手芸をする山本さんと内山さん

■山本厚子(やまもとあつこ)さん(右)、内山テル(うちやまてる)さん(左)は、介護保険で施設を利用していますが、利用日ではない日は、利用者さんの手作業や工作、繕いなどのお手伝いなどを行っています。また、人形やキーホルダーなどを作成し、たくさんの方にプレゼントするなど充実した日々をすごしています。体調を崩していた時もあったそうですが、いろいろな活動に積極的に参加し、元気になり、今ではたくさんの方との交流を楽しみに活動しています。

■八尾昭夫(やおあきお)さんは、デイサービスに車で来所する利用者さんのお迎えや荷物の整理、趣味の写真を活かした行事のお手伝いなど、さまざまな活動をして

ています。体調のすぐれないときもありましたが、シルバー人材センターの仕事に戻れるよう、職員からの声かけもあり、リハビリもかねて活動を続けています。「職員や利用者の方が、頼ってくれているのがうれしい、以前にしていたことを活かしていけたらと思う」と話します。



荷物を片付ける八尾さん(左)・お迎え時に荷物を持つ八尾さん(右)



■住森五十鈴(すみもりいすず)さんは、利用者さんの麻雀、行事やレクリエーションのお手伝い、植木の手入れ、水やりなど、多岐にわたる活動をしています。いろいろと活動をする中で“ありがとう”と声をかけてもらえることがうれしいし、“ありがとう”とこちらも思えるようになったそうです。活動することで、「元気でいることのありがたさを感じる」、「体調も気持ちも、いい方向に向かってい

利用者と麻雀をする住森さん 　　ると思う」と話します。

■今回の受け入れ先である社会福祉法人 大阪自彊館 ベラミ(淡路福祉サービスステーション)では、活動者に感謝を伝え、声かけすることを大切に、開放的な雰囲気の中で、たくさんの方が活動されています。活動しやすい環境づくりとして、時間や活動内容によって『活動メニュー一覧』を作成し、新たな活動者が参加しやすい工夫をしています。また、活動する方と職員が「どのように協力して、ともに歩んでいけるのか」、「特技を活かしてもらうためにはどのような工夫が必要か」などを考え、『地域との交流』を大切にしています。

■今回、お話を聞かせていただいた皆さんが、それぞれに“いきいき”と、そして“楽しく”、なによりも“自分らしく”できる活動をしています。これからも“いきいき”と“楽しく”活動中の皆さんを紹介します。インタビューに答えてくださった皆様へ感謝し、ますますのご活躍を期待しています。