

神戸東部支部は震災復興住宅を中心に、以下に紹介する 5 か所の拠点で、来所される地域住民の皆さんの血圧測定や体脂肪測定を行い、日常で気になる症状やお薬の相談、世間話の中で人と人とのつながりを持てるよう活動しています。

また、地域のイベントである、まちづくりマーケットや、ハートフルフェスタにも参加し、来場者の方の健康相談を行っています。

あんしんすこやかセンターをはじめ、地域住民の方に支えられ活動している、『まちの保健室』の活動の紹介をさせていただきます。



各拠点活動



ルネシティ脇の浜

住宅の集会所で毎月食事会や、七夕やクリスマス会などのイベントが開催され、その傍らで年 6 回、「まちの保健室」として活動し、血圧測定や健康相談を行いました。



コミュニティプラザ

県営住宅の集会所を活動場所としており、本年度は骨密度測定 1 回も含め、計 4 回の拠点活動を行いました。来場者は 65 歳以上のリピーターが多く、来所者同士も顔見知りの方が多いため、活動スタッフや来所者、支援活動員の方も含め、和やかに会話をしています。この活動が健康状態をチェックするだけでなく、地域住民の方々のコミュニケーションの場としても生かしていければと思います。



脇の浜地域福祉センター

センターの受付横のスペースを借り、年 10 回第 4 水曜日の約 2 時間の活動を行い、日常生活の様子を伺い健康相談や介護相談などを行っています。また、血管年齢測定、骨密度測定も行っており、近隣にお住まいの皆様から好評いただいています。

独居や老老介護の方も多く、少しでも地域住民の皆様の健康や介護の悩みについて解決のお手伝いができればと活動しています。



県営脇の浜住宅

年 10 回、第 3 土曜日の約 2 時間活動しています。地域のイベント「おしゃべりカフェ」と共同で活動し、来所者の健康相談を行っています。血管年齢と骨密度測定、看護師による健康管理に関する内容のミニ講話も行っています。私たちは、あんしんすこやかセンターのケアマネージャーと連携し、生活の中で、繋がりをもちつつ、楽しみながら健康づくりを継続できる場を作っていけるよう心掛けています。多くのリピーターが知り合いと来所され、繋がりの輪が広がっています。



兵庫医療大学

大学のイベントであるオープンキャンパスや大学祭を活用して実施しています。対象となる利用者は学生やその親、祖父母で、健康に関心の高い人が多く、血圧、骨密度、貧血測定の測定値に基づき行っている生活指導は皆さん真剣に聞いて下さいます。学生が看護活動には様々な役割がある事を知ってさらに興味を持つ機会となります。



出前隊



なだ桜まつり

4 月の花見の季節に合わせて神戸市灘区の都賀川公園で行われました。地域の方が出店やステージを開かれている中、「まちの保健室」も来場者の健康相談を行いました。

今年は天候が悪く、来場者も少なくなり、出店を早く閉められるところもありましたが、「まちの保健室」は、最後まで来場者の健康相談を行いました。祭りということもあり、花見をしながら、出店の方との交流もできて、なだ桜まつりはボランティア側にとっても楽しい環境で活動することが出来ました。

まちづくりマーケット

6 月に稗田公園で開催されたフリーマーケットイベントの一角にブースを設け活動しました。来場者の年齢層も子供から高齢者まで幅広く、普段、病院にかかっていない方や、健康診断を受けていない方もあり、ご自身の健康状態を知ってもらう良い機会となりました。健康相談では、医師に相談するほどではないが気になる症状を気軽に相談できると好評いただきました。

ハートフルフェスタ

11 月に、勤労会館にて、中央区健康福祉フェア「ハートフルフェスタ」に参加しました。子ども連れのご家族、ご夫婦、友人同士、イベントに参加されている留学生まで休日ということもあり、多くの方が来場され、地域住民の方との交流はとても充実した時間となりました。普段、病院や施設勤務で養った経験と知識を存分に発揮出来る場であると実感することが出来ました。

ボランティアの

声

はじめて「まちの保健室」に参加して



私自身ははじめての「まちの保健室」参加で最初は不安でしたが、「まちの保健室」活動の良いところは、病院の中では十分に知ることの出来ない地域の健康問題や疾病予防対策など、地域住民の方の声を直接聞いたり感じたり出来ることです。また、ボランティアとして参加される近隣施設の看護職・先輩看護職の方々との情報交換は、とても良い刺激になっています。地域のライフサポーターとして、また看護職としての自分や自施設を客観的に見つめる機会としては是非多くの方に「まちの保健室」活動に参加してほしいと思います。

ルネシティ協の浜拠点や、まちづくりマーケットに出前隊として参加し、日々の忙しい業務の中ボランティア活動をされる看護職の方々に感謝の思いが強くなりました。

また、活動を継続するには、ここまで築き上げて下さった多くの委員の方々の努力・工夫の上に成り立っていると実感し、頭が下がる思いです。

拠点の復興住宅は高齢化がすすんでおり、入院・施設入所等で来所者は減少傾向にありますが、地域住民の方々ににとって身近な「まちの保健室」で在り続けるように、今後も協力したいと思います。