

神戸西部支部の「まちの保健室」は各拠点と、それ以外に出前隊としても活動しています。活動内容は機器で測定後に健康相談・健康に関するミニ講話を行い、看護大学では健康相談・子育て支援・こころと身体の相談・物忘れ相談を行っています。平成 30 年は、拠点活動約 70 回、出前隊 8 回、延べ参加者約 1,700 名のうちリピーターは約 870 名、延べボランティア看護職は約 280 名参加されました。

地域住民の健康を見守り支援するだけでなく、ボランティア看護職自身も、地域住民の方と様々な関わり合いをもち、ふれあいを通して、コミュニケーション能力や健康生活支援に関する実践能力の向上につながっていると感じています。

阪神淡路大震災を機に、平成 13 年度から継続されている「まちの保健室」の活動を振り返り、さまざまな拠点・出前隊活動の中で神戸西部支部として特徴ある活動の一部を紹介したいと思います。



旭ヶ丘住宅

垂水区の旭ヶ丘住宅は、阪神淡路大震災の復興住宅として建てられ、震災から 24 年となった現在、高齢者が多い住宅となっています。あんしんすこやかセンターの方々に見守られ、色々なイベントの一部として「まちの保健室」を展開しています。この地域の方々は健康意識が非常に高く、いつも質問が飛び交っています。そして音楽が大好きで、健康相談の後には、オルガン・ハーモニカや大正琴を参加者が演奏し、音に合わせて楽しく大きな声で歌っています。ボランティア看護職も、その楽しさに励まされ、一緒に楽しめればとギターの練習をして共にそのひと時を共有しています。



旭ヶ丘住宅



東落合住宅

名谷あんしんすこやかセンター・すこやかルーム「いろは」のご支援を頂き、平成 26 年 9 月より活動を開始しました。拠点として年 4 回活動しています。健康相談・各種測定・季節に合わせた感染症予防・頭のトレーニング体操など、住民に興味を持って参加頂けるよう取り組んでいます。

開催当初は毎回 7 ～ 8 名の参加でしたが、最近では 15 ～ 20 名近く参加して頂けるようになり、当初の倍以上の参加になっています。参加者が増加した背景にはあんしんすこやかセンター職員の協力と支援などがあってのことだと考えます。

あんしんすこやかセンター職員によるポスターの作成・掲示や住民の方々への声かけと同時に参加を募って頂いたり、健康状態で気になる住民の情報を伝えて頂いたり、細やかに私たちの活動の広報や、住民への働きかけなどの協力を頂いています。また、参加者には、自らの健康意識を高めて頂こうと「次回はどのようなテーマを望まれますか」など直接ご意見を伺いながら、それが反映できる住民参加型のプログラムを考えています。

このように、私たちは宿題を頂くことで、専門職として学習し、どのようにすれば分かりやすく伝わるかなどを考えます。このサイクルが 5 年目を迎える拠点活動の原動力になっていると思います。

今後もセンター職員とボランティア看護職とのコミュニケーションを密にして、住民中心の楽しい活動ができるよう努めていきたいと思っています。



東落合住宅



出前隊活動

今年「まちの保健室」の出前隊活動の開催希望が多くあり、地域住民の健康維持に貢献できるようボランティア看護職の協力のもと、8 回開催して 282 名の参加者を受け入れることができました。

出前隊は、拠点活動と違い定期的な開催ではなく、地域のイベントなどに参加開催しながら健康サポートするという特色もあり、「まちの保健室」をより多くの方に知って頂くチャンスと捉えて活動しています。それぞれの地域で健康についての工夫や努力を反対に教えていただき年間 1 ～ 2 回の健康相談は生活習慣の見直しになるきっかけとなり、疾患の早期発見につながる可能性があることを実感し、それを伝える役割があることを再認識しています。



出前隊：大久保カナーティズミヤ



「まちの保健室」での活動は良い事ばかりではなく、活躍するボランティア看護職は、システムの整った病院から出て、地域住民の生活の場へ入り込むという戸惑いも抱えながら活動しているということも感じています。

そこで、神戸西部支部では参加される地域の方が相談しやすいように、新人のボランティア看護職が不安なく活動できるためのマニュアルを作成し、それに沿って活動しています。ボランティア看護職から「初めてボランティアに参加して、測定後の結果について健康相談などの質問に圧倒され、知識だけでなく、コミュニケーションスキルの大切さに気付かされました」「参加者より励まされることもあり、自分自身の看護観を見直すきっかけとなりました」などの言葉を聞くことができました。「まちの保健室」に参加して他のボランティア看護職との出会いの中で、ベテラン看護師の知識・技術の情報を交換し、自施設での業務に役立つことができ、更に看護のスキルが向上し、効果的な仕事へとつながることができているようです。

今後も、地域の草の根活動として、仲間を増やし、地域住民の生活に密着した「まちの保健室」を末永く継続できればと考えています。

