

西播支部では、「まちの保健室」活動の拠点が子育て支援単独箇所の 2 か所を含め 18 か所あります。登録するボランティア看護職は、362 名となっています。どの拠点でもリピーターが増え、活動が定着してきています。また、各地の催しに出前隊で参加し、口コミで来所者数や出前隊の活動回数も増えており、活動が盛んになっていると感じています。

また、平成 30 年度からの新しく、①姫路市内の城内図書館、②姫路獨協大学の 2 つの拠点が開設されました。姫路獨協大学では、スタッフも大学の関係者等に限らず、地域の病院スタッフにもボランティアとして参加してもらい、来所者からも地域住民に積極的に PR してもらっています。



活動拠点の実際

体重・血圧・体脂肪測定を基本にし、血管年齢・体組成・骨密度測定を実施しています。オプションの測定があるときは、列が出来るほど盛況です。健康の意識が高い方も多く、「前は〇〇の値やったけど、今回は悪くなってるわー。どこを気をつけたらいいんやろう?」と積極的に相談される方もみられます。

また、参加者同士が「私もおんなじとこ気をつけなあかんねん」「一緒に頑張ろうか?」とお互いのモチベーションが上がっている様子も目にします。一方的に指導するのではなく、生活の中で無理なく取り入れられる方法を一緒に考えるようにしています。



龍野：赤とんぼ広場一番街



姫路：こどもの館



看護の日のイベント

5月26日 姫路リバーシティで「看護の日イベント」を実施しました。参加者は500名となり年々増えています。10時30分開始の予定でしたが、9時過ぎには、長蛇の列が出来ていました。「毎年これを楽しみにしてるねん」という声も聞かれ、スタッフは目まぐるしくも充実したフェアを開催することができました。



研修会

3年前より「正しく知ろう 認知症の概念・支援の仕方」をテーマに研修会を開催してきました。このたび Part3 として

- ①認知症の診断名別有効な対応について
- ②認知症患者の運転免許返納について

姫路循環器病センター寺島医師に講演いただきました。参加者は67名あり、介護職等の参加も1割以上ありました。診断別の細かな病状や対応の方法の説明があり、「分かりやすかった」という感想が多くありました。



ボランティアの

声

姫路獨協大学看護学部では、地域に開かれた「まちの保健室」を目指して、平成30年度に開設しました。地域の看護師の方々とともに、看護学を学んでいる学生もボランティアとして参加させていただいています。

自由な空気が多く気軽に立ち寄れる、そんな大学ならではの強みを生かし、普段、健康についてなかなか考える機会が少ない若者世代や子育て世代の来室も積極的に推進しています。地域住民のみなさまと健康について考える貴重な時間を大切に、これからも楽しく活動していきます。

「まちの保健室」の活動は今年で5年目となりました。他施設、多職種の方々や、大学の学生さんと一緒に活動していくことは、とても興味深く教わることも多いです。

特に経験を重ねているスタッフは来所者に上手い切り口などで距離を縮め、役割発揮をされています。来所者は自身の健康に対して意識も高く、知りたいことや迷ったことなどお話を進めていくと、とてもよい表情になります。私も経験を重ね、来所者と共に今の健康維持・増進していける暮らしを考えていきたいと思っています。

