

神戸西部支部は、神戸常盤大学、神戸市立医療センター西市民病院、東落合住宅、まいこ会館、狩口台住宅、旭ヶ丘住宅、井吹台セリオホール、神戸市看護大学、総合リハビリテーションセンターの13拠点と、出前隊として9か所で活動を行いました。活動内容は、健康測定と健康相談に加え子育て支援・こころの相談・物忘れ相談を行っています。

リピーターも増え、地域に根付いてきたように感じます。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、地域住民の方々と様々な関わり、コミュニケーション能力や健康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。

また、神戸西部支部では、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作成や研修会を開催し、「まちの保健室」がより魅力的な活動の場であることをアピールしています。そして新たに一緒に楽しく活動したいと思う看護職を歓迎しています。

そんな神戸西部支部の活動の一部を紹介します。

### 西市民病院・老健よしだ

西市民病院では、開設当初、長田の市場で「まちの保健室」活動を行っていましたが、平成28年からは、老健よしだの施設内で活動しています。長田の市場の時代から利用してくれているリピーターや、老健よしだに変わってから参加してくれているリピーターもたくさんいます。

リピーターの方々の中には、「次はいつあるん?紙に書いて。」と次回の開催日を楽しみにしてくださっている方がたくさんいました。そこで、年に1度チラシを作成し、次年度の予定がわかるように、配布しました。また、機器による健康測定だけではなく、健康相談時には、前回から今回までの身体のことや日常の出来事などの話しをして、私たちがとの会話を楽しみにしている方も多くいます。このように私たちボランティア活動をする側も、その喜びと共にパワーを頂きながら、今後も地域住民の憩いの場になれるように、活動していきたいと思います。



### 狩口台住宅

狩口台住宅は、拠点活動を始めて6年が経過しました。開設当初は参加者が150名近くあり計測をこなすだけで精一杯だったことを覚えています。しかし、現在は、狩口台ふれあいのまちづくり協議会の方が協力してくださり、参加者が多い場合には待ち合いの椅子の向きを変えたり、こまめに案内をしていただくなど、臨機応変な対応をいただいています。12月の活動では86名の方が参加され、約半数の方が健康相談を受けられました。

活動時には、あんしんすこやかセンターから2名の担当者と、シルバーカレッジから1名、ふれあいのまちづく



り協議会から13名、ボランティア看護職5名で対応しました。今回ふれあいのまちづくり協議会から「ボランティアが普段よりも少なかったことで受付から計測、アンケート配布などに人手が足りなかった」という反省があり、ふれあいのまちづくり協議会で検討し対応していただけるので大変助かっています。

健康相談に来られる方は、まちの保健室健康手帳を持参され、骨密度や血管年齢、体組成記録を基に、自身の健康管理の指標にされている方がとても多いことに感心させられます。開設当初は男性の来訪者は3~4名でしたが、今回22名の男性の方が来られました。活動終了後の反省会ではボランティアの方々に今日の活動についての感想や、対応してうまくいったことなどを話し合い、次回の活動時に活かされています。



今回、参加者の一人が自動血圧計での測定ができず、あんしんすこやかセンターの担当者が確認したところ、不整脈があることがわかり、健康相談のボランティア看護職にその旨を伝えるように案内しました。健康相談を受けたボランティア看護職が問診等を行い、受診について本人と相談しました。その方は、他のボランティアに「ありがとうな、不整脈があるんやって、病院に行ってみるわ。今日きて良かったわあ」と帰られたそうです。

この事例はボランティア同士の連携がうまくできたことで、受診行動につながったと思います。このような事例は、モチベーションを上げ、反省会に出席していたボランティア全員が一体となりました。

狩口住宅の拠点は高齢化が進み、参加するボランティアも同じように高齢となっています。しかし、活動の一つひとつを互いに大切に考え、参加することで一人でも喜んでもらえるように、地域全体が取り組んでいることが伝わる拠点でもあります。ここでの活動は継続しながら今後ますます高まると考えています。

## 出前隊 塩屋台自治会館

神戸市垂水区にある塩屋台自治会館で、12月18日木曜日、出前隊活動を行いました。

当日は曇り空の寒い日でしたが、35名が利用されました。自治会からの協力があり、事前申し込み制(当日参加可)のご案内リーフレットを作成頂きました。また、待ち時間短縮を考慮し、骨密度・体組成・血圧測定と健康相談を2部制で行いました。



参加住民の方からは、「親切に教えてください、気持ちよく参加できた」「安心感がある」「どこが悪いわけではないけれど、見て頂くと助かる」「血圧が気になっていたけれど安心した」「近くでアドバイスを聴けて嬉しかった」「自分の体調がわかり、通院につなげたい」「かかりつけ医では測れないことを調べてもらえた」「近くで気楽に来れる」「病院では聞けないことが聞けた」「自分が気をつけることの説明がわかりやすかった」「悶々としていた思いが晴れた」「今後の生活に活かせる」等の感想がありました。



このように、私たちは変化する地域住民の方々のニーズに対応し、今後も共に健康意識や、健康管理知識の向上に努め、「まちの保健室」活動を活性化できればと考えています。

