

なごみの里 山都(やまと)拠点

なごみの里山都は、多可町八千代区大和の奥の方、トンネルを抜ければ隣接する市川町という自然あふれる山里にあります。

施設は木のぬくもりを感じさせ、朝のモーニングコーヒーが人気で来られる方も多く、リピーターも多いようです。開催日は4月から11月の第3土曜日にボランティア3名で活動しています。

地域柄70歳代以上の利用が多いですが、皆さんお元気で自分の健康に関心を持たれ、「病院に行かなくてもこういう機会はないか」とや「血圧測定後「やっぱり病院に行こうかな」と、受診に結び付く方もおられます。

今後も、地域住民の方が気軽に相談できる「まちの保健室」をめざして活動を続けていきたいです。



やしろショッピングパークBIO拠点

やしろショッピングパークBIOは、イオン社店の中に併設された専門店街で、1階の情報プラザで奇数月の第2土曜日に開催しています。情報プラザは、地元の方々が休憩をしながら集える空間となっており、「まちの保健室」の準備をしている時から話しかけてくださる方もいます。また、買い物のついでに立ち寄りの方は、健康相談+αの会話も交えて相談に対応しています。さらに、専門店街で働いている方は、リピーターとなり、「また来だよ、今日はどうか？」と気さくに声をかけてくださいます。リピーター利用者が少しずつ増えてきており、ボランティア看護職も開催回数が少ないながらも、楽しく活動しています。



出前隊活動

～病院での活動～

北播磨総合医療センター：ミニ医療講座

「サルコペニアとフレイルの予防」「口腔ケア」「緩和ケア」
「脳卒中の予防」「糖尿病」「心臓リハビリ」「地域連携」など多岐にわたるテーマで月2回開催しています。

また、看護職だけでなく医師、社会福祉士、理学療法士、管理栄養士の協力を得て開催しています。



市立加西病院：ちょい耳待合広場

「白内障のお話」「こんにちは!訪問看護です」
「親子で体操」などのテーマで開催しています。

また、服部病院・西脇市立西脇病院・養徳会なども定期的に開催し、健康づくりへの活動を行っています。



～地域での活動～

西脇市立西脇病院は西脇市社会福祉協議会が主催する「いきいきふれ愛まつり」にて「まちの保健室」を開催しました。

その他、「小野市食育フェア」「多可町ふれあいまつり」「はりちゅうの日」に参加し「まちの保健室」を開催し、多くの方に来ていただきました。



研修会 令和2年2月22日(土)

小野市うるおい交流会館エクラ市民ホールにて
横浜市立大学大学院 特任教授 松村真吾氏を迎え、「看護師がかかわる高齢者の引きこもり予防」～ほどほどお節介ほどほど放置～をテーマとして開催しました。

お話の中に多く出てきたキーワード「大阪のおばちゃん」大阪のおばちゃんはちょっとお節介でまわりに声かけをよくする。『○○さん顔見いひんなあ～』とか…

専門職も、地域のコミュニティを見つけては関わっていく、緩く地域とつながろうと、とても楽しいお話を聞かせていただきました。

