

新たに「認知症カフェ」「まちの保健室」開催

但馬地域では、高齢化率、中でも後期高齢化率は高く（表1）、健康寿命の延伸が課題となっており、健康づくりに長年取り組んでいます。

表1 高齢化率 (令和2年2月1日現在 但馬の福祉から)

	65歳以上高齢者数	65歳以上高齢化率(%)	75歳以上高齢者数	75歳以上高齢化率(%)
但馬地域	58,283	36.6	32,326	20.3
兵庫県	1,567,339	28.7	805,905	14.8

なかでも著しく進展した長寿社会においては、認知症の取り組みで、安心して住み続けることができるよう、本人や家族が気軽に身近な場で、憩い相談等利用できる「認知症カフェ」が開設されています。

但馬支部では、但馬長寿の郷や市役所など行政からの勧めがあり、今年度から、「認知症カフェ」で「まちの保健室」を開催することになりました。（表2）新型コロナの影響により、「認知症カフェここあん」で一回しか活動できませんでしたが、健康相談や話し合いへの参加で介護者の話をゆっくりと聴き、悩みやストレスを解消する事に役立つよう、今後も「まちの保健室」ボランティアを続けていきます。

表2 但馬の認知症カフェ

カフェ名	認知症カフェ ここあん	ほっとHOTカフェ	いきいきカフェ ふるさと
場 所	養父市	朝来市	朝来市
開催回数	3回	1回	2回

コロナ禍の中での活動

新型コロナウイルス感染症発生による活動停滞の令和2年でありました。国の緊急事態宣言により4月・5月の活動休止、解除後再開もつかの間、8月は但馬地域に感染者が発生し、3月まで活動休止、1月に再び緊急事態宣言が発令され、6月まで休止を決めました。

主催者からの中止判断もありますが、「まちの保健室」ボランティアはそれぞれの医療現場や保健衛生行政現場で働き、プライベート面でも厳重な感染防止策を取っており、「まちの保健室」ボランティアができる状況ではないという委員会の判断もあります。今後は、感染や予防対策の様子をよくみて、再開できる状況を探っていきます。

毎月開催していた委員会は、12月と1月は開催を見合わせ、2月の委員会で検討した結果、3月からリモート会議の実施を試行することとなり、5Gの恩恵を活用する「まちの保健室」活動へと変わりつつあります。このような中だからこそ、「まちの保健室」開催を望む声が地域から寄せられており、感染予防策を取れるところからの開催を検討しています。

