



北播支部「まちの保健室」は、6か所の拠点があります。コロナ禍で休止していましたが、支部で検討してきた感染対策を入れた拠点活動手順を基に、今年度より、「道の駅みき」（三木市）と「やしろショッピングセンターBio」（加東市）の2拠点で活動を再開することができました。出前隊に関しては2か所のイベントに参加し、多くの来場者を迎えることができました。次年度は、「白雲谷温泉ゆびか」（小野市）、「アステア加西」（加西市）、「なごみの里山都」（多可郡多可町）を再開し、北播全地域を幅広く地域住民のライフサポーターとしての活動を増やしていきたいと思えます。

道の駅みき

「道の駅みき」は令和5年9月より再開し、毎月第2土曜日にボランティア3名で活動を行っています。事業所のホームページでお知らせをしていただいた成果があり、再開初日は約4年間休止していたにもかかわらず、「待っていたよ！」とリピーターの方から声をかけていただくことができました。

また、測定や健康チェックの後で、自己の人生を語り始める方もおられました。ボランティアが丁寧に耳を傾けることで、表情が段々と和らいでいく姿に「まちの保健室」の原点を感じることができました。



やしろショッピングセンターBio



「やしろショッピングセンターBio」も、令和5年9月より再開し、隔月の第2土曜日にボランティア4名で活動を行っています。

事業所から再開を待ち望んでいると声をかけていただき、再開ポスターの貼付や館内放送などのご協力を得て、多くの来場者やリピーターの方に来ていただくことができています。約4年ぶりに活動再開しましたが、ボランティアリーダー経験がある看護職が毎回入ることで、混乱なく安心して活動を続け来場者の期待に応えることができています。

はりちゅうの日

昨年につき、兵庫県播磨中央公園に於いて、11月19日に『はりちゅうの日』のイベントが開催され、健康チェック、健康相談を実施しました。

9名のボランティアに加え、協賛参加の理学療法士1名がボランティアとして参加し、地域の方々と触れ合い、健康について語り合うことが出来ました。理学療法士ボランティアには、腰痛や歩行中の膝折れの原因や予防法についての相談などがあり、詳しく指導をしてもらうことができました。来場者総数は、昨年度を大きく上回る112名(リピーター23名)であり、地域住民の健康意識の高まりを感じることができました。



西脇いきいきふれ愛まつり

西脇市市民交流施設オリナスホールで、11月25日に『西脇いきいきふれ愛まつり』が開催され、5名のボランティアが参加しました。来場者は、昨年を上回る31名(リピーター13名)でした。

基本測定の後、来場者と健康について語り合う時間を多く設けました。65歳未満の方に多く参加いただけましたので、仕事中心となる中での血圧や体脂肪を踏まえての食生活や運動に関心が強く、健康手帳や資料を活用しながら健康指導を行うことができました。



北播支部まちの保健室講演会



令和6年2月10日に、訪問看護ステーションあさんて・はな/認定NPO法人神戸なごみの家勤務のがん看護専門看護師 藤原 由佳氏を迎えて、『傾聴と豊かな対話』をテーマに、北播磨総合医療センター会場とWebで講演会を開催しました。参加者は57名でした。語ることや語りを聴くことの意味、ケアリングに通じる傾聴と対話について学びました。看護の現場や「まちの保健室」のボランティア活動で活かしたいという多くの感想がありました。