



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、「白雲谷温泉ゆぴか」（小野市）、「アステア加西」（加西市）、「なごみの里山都」（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っています。

「白雲谷温泉ゆぴか」

令和6年5月より拠点活動を再開し、毎月第3土曜日にボランティア5名で活動を行っています。温泉を楽しめる方が多く会場に来られ、年齢層も幅広く、毎回多くの方が「まちの保健室」にも立ち寄られ、「再開を心待ちにしていた」との声も聞かれました。



「ショッピングパークBio」

奇数月の第2土曜日にボランティア4名で活動を行っています。活動再開から1年が経過し、館内放送など会場の事業所の協力もあり、多くの来場者があり、リピーターの方も楽しみに来場いただいています。ボランティアに毎回ボランティアリーダー経験者が入り、安心して活動を続け来場者の期待に応えています。



「なごみの里やまと」

令和6年5月より拠点活動を再開し、11月まで毎月第3土曜日にボランティア3名が活動を行いました。久しぶりの拠点活動でしたが、リピーターが来場され血圧や運動習慣について話を聞きました。

「アステア加西」

令和6年5月より拠点活動を再開し、毎月第4土曜日にボランティア4名で活動を行っています。測定結果だけではなく骨粗しょう症や家族の介護の話など聞かせていただきました。

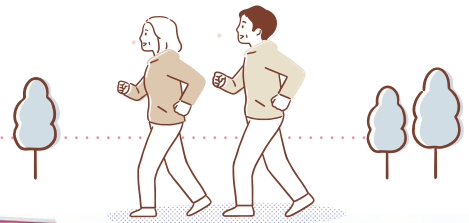
「道の駅みき」

毎月第2土曜日にボランティア3名で活動しています。道の駅での開催ということもあり、遠方から来所される方もおられ、まちの保健室の活動について知っていただく機会となっています。

はりちゅうの日 出前隊

令和6年11月17日に、兵庫県播磨中央公園で開催された「はりちゅうの日」のイベントにおいて健康チェックや健康相談を実施しました。10名のボランティアが参加し、来場された地域の方と健康について語り合うことが出来、交流を図ることができました。

当日が雨の予報と開催自体が心配されましたが、来場者は108名と多くの方に参加いただきました。中には「チラシを見て測定にきたんや」と、うれしい声も聞かれ、地域住民の健康意識の高まり感じることができました。



西脇いきいきふれ愛まつり 出前隊

令和6年11月23日に、西脇市市民交流施設オリナスホールで、「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30名の地域の住民の方が参加されました。

イベントには、65歳未満の若い方が多く来られ、健康に関する心配事の相談もあり、健康意識の高さを感じ、幅広い年代層の方との交流の機会となりました。



北播支部まちの保健室講演会 令和7年2月8日

西脇市立西脇病院の糖尿病看護認定看護師安平典子氏をお迎えし、『聞きたい伝えたい!生活習慣病の健康相談のポイント』をテーマに講演会を開催し、35名が参加されました。健康に悪影響を与える生活習慣や、運動や食事の工夫についてのお話に、会場からも活発な意見交換もあり、今後のまちの保健室活動での健康相談にも活かせるものとなりました。

また、健康相談、指導の際「教えたこと」ではなく、相手の「聞きたいこと」に焦点を当て、『ともに考える支援』が大切であることを再確認することができました。

