



## 支部活動報告

### 阪神北支部

阪神北支部は、宝塚地区、伊丹地区、川西地区、三田・丹波・丹波篠山地区の4つの地区に分けて活動を行っております。各地区の活動をご紹介します。



### 宝塚地区

宝塚地区では、3拠点11回開催しました。血圧測定や体組成計での測定は、地域の方からニーズが高く、リピーターの方は前回値との比較し健康管理に役立てていたり、リーフレットを使用しながら、季節性の流行性感染症の予防策を説明をしたり、高齢者に多い高血圧や高コレステロールなど、生活習慣病の予防なども個別にリーフレットを渡し、注意点や生活上の工夫などをお伝えしています。

### 伊丹地区

伊丹地区では、今年度、拠点2ヶ所で13回、出前隊で7回、来場者は225名、ボランティア数は73名でした。年2回出前隊で活動している「心にぎやかサロン」は、これまでの健康相談で5名の方が内科を受診して内服薬で加療されています。手話通訳をつけながら行う健康相談は、「いろいろ聴けて良かった」「また、お願いします」と笑顔が印象的でした。個別相談の後、体操を行い、インフルエンザの予防、内科受診のタイミングなど手話通訳付きで講話しました。皆さん、熱心に聞いてくださり、大きな拍手を頂きました。来所者さんも看護師も笑顔溢れる会になりました。これからも住民の皆さんの相談場所になれるよう努めて参ります。



### 川西地区

川西地区では、牧の台自治会館拠点で年4回の活動を行っています。健康意識が高く活発な方々20~30名参加されています。毎回、専門職を招き講話を取り入れ、言語聴覚士による「オーラルフレイル」、理学療法士による「健康体操」、感染管理認定看護師による感染予防対策など開催し、皆さん真剣に受講されていました。また、レクレーションも行い、楽しくにぎやかな時を過ごしています。和やかな雰囲気の中で、健康相談を行うことが出来、不安や悩みなど吐露できる場になっています。



## 三田・丹波・丹波篠山地区

三田・丹波・丹波篠山地区では、今年度、丹波市において「希望の家」「きらめきワーク」の2拠点に加え、来訪者の減少を受けて新たに「丹波ゆめタウン」へ拠点を移し、計3拠点で活動を実施しました。また、「JAまつり」や「丹波市防災フェア」には出前隊として参加しました。「ゆめタウン」への拠点移動により来訪者が増加し、施設側から防災フェアへの参加提案をいただくなど、新たな連携の広がりも見られています。拠点および出前隊での活動では、高齢者だけでなく、子ども連れの若年層から「血圧を測ったことがない」という声も多く寄せられ、血圧測定をきっかけとした健康相談につなげることができました。



丹波篠山市では拠点活動は行わず、「丹波篠山市つながろうフェスタ」に出前隊として参加しました。体組成計による下肢筋力測定への関心は高く、多くの来訪者が希望されました。また、他の出展者による認知症検査の影響もあり、認知症や介護に関する相談が多く寄せられ、地域の不安やニーズの高さがうかがえました。

超高齢化・過疎化が進む地域において、これらの活動は住民の健康意識の向上や早期相談につながる重要な取り組みであり、継続が求められます。しかし、ボランティア参加者の減少により、実施は年1回にとどまっているのが現状です。

三田市では、地域の特性から新たな拠点の開設が難しく、さらにボランティア参加者もほとんど得られなかったため、今年度の実施には至りませんでした。

今後も、できる限り活動を継続できるよう取り組んでいくとともに、ボランティア参加状況も踏まえながら、地域のニーズに応じた柔軟な活動展開を検討していきます。

## 阪神北支部まちの保健室研修会

利用者数やボランティア登録者が減少していることもあり、別の役割も担えないかと委員会で話し合う中で、減災ナースの活動を知りました。いつくるかわからない災害に備えるため、健康相談と一緒に減災活動ができればいいのではないかと、活動する委員やボランティアがまず、減災ナースの活動内容を知って、地域住民が自然災害への備えとして、意識して準備できるような取り組みが必要と思いい、「まちの減災ナース指導者の活動を知り、大規模災害への備えとしてこれからの地域住民の自助、共助、互助について共に考える」研修会を開催しました。

ボランティア活動をしている登録者、地域での災害対策に興味のある看護師等の参加があり、災害への備えの具体的な内容を学び、グループワークでは近隣住民の方々との日頃からの顔の見える関係づくりが、災害時の地域での自助・共助に繋がっていくことなど活発な意見交換ができ、今後のまち保の活動を考えることができました。

