

平成 30 年 4 月～平成 31 年 2 月実施 講座レポート

平成 30 年度 花京院地域包括支援センター共催事業

ご近所応援団

～地域ボランティア養成講座～



●お問い合わせ (9:00～21:00)

TEL **022-223-9095**

■休館日 月曜日・祝日の翌日・年末年始

何かを見つける・
見つかる・見つけよう!

福沢市民センター

指定管理者 (仙台市教育委員会指定)
公益財団法人仙台ひと・まち交流財団

高齢化が進む地域では、お互いに支え合って生活していく体制づくりが必要になっています。福沢市民センターでは、「ご近所応援団」と題し、居住地域で無理なくできる支え合いのボランティア活動の基礎知識や実践方法を学ぶ講座を開催しました。

平成 30 年①4 月 19 日(木) ②6 月 15 日(金)

事前打合せ会議①②

参加人数：①8 人 ②3 人

花京院地域包括支援センター、仙台市社会福祉協議会青葉区事務所、支えあいセンターあおば、地区社会福祉協議会などの諸団体の方々と「ご近所応援団～地域ボランティア養成講座～」の趣旨説明と開催内容について 2 回にわたり協議・検討を行いました。



会議中

平成 30 年 7 月 5 日(木)

「地域ボランティア養成講座①～ボランティアの心得」

参加人数：24 人

講師：東北福祉大学 学生生活支援センター
ボランティア支援課 渡辺 信也 氏

東北福祉大学ボランティアセンター活動紹介後、ボランティアの語源・歴史的背景・現代社会でのボランティア活動などについて、詳しくお話いただきました。この日は、職場体験の中学生 4 人も加わり、自分にふさわしいボランティアの種類を探すフローチャートなども試みました。



講師：渡辺信也氏

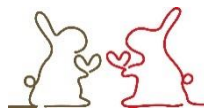
平成 30 年 7 月 11 日(水)

「地域ボランティア養成講座②～初めての傾聴Ⅰ」

参加人数：20 人

講師：NPO 法人 仙台傾聴の会 代表理事 森山 英子 氏

傾聴の意義について話をいただいた後、一般的な会話を例に演習を行い、自分の聞き癖を確認し、3 分間話を聴くトレーニング・傾聴的に聴く会話の違いなどを体験しました。



講師：森山英子氏



平成 30 年 7 月 18 日(水)

「地域ボランティア養成講座③～初めての傾聴Ⅱ」

参加人数：21 人

講師：NPO 法人 仙台傾聴の会 代表理事 森山 英子 氏

傾聴講座 2 回目は実技中心に進められました。出会いの雰囲気づくりから座る位置の違い・姿勢の違いを体験。傾聴スキル(相づち・うなずき・繰り返し)を確認し、傾聴モードで「聴く」「話す」の両方を体験しました。講座を通して「聞く」と「聴く」との違いを学び、普段の生活でも役立てたいとの感想が聞かれました。

平成 30 年 7 月 26 日(木)

「地域ボランティア養成講座④」 ～ボランティア活動紹介&グループワーク～

参加人数：14 人

1. 仙台市社会福祉協議会 青葉区事務所ボランティアセンター職員 志田菜生 氏が、映像を使って、ボランティアセンターの様々な取組みを紹介しました。
2. 福沢市民センター館長から、市民センターの活動紹介と「ご近所応援団」講座開催の背景をご説明しました。職員から各市民センターで行われているボランティアサークル活動の紹介をしました。
3. 花京院地域包括支援センター職員 大藤孝子 氏から地域の高齢者支援の活動紹介がありました。

最後はグループに分かれ、自己紹介・ボランティア活動経験の有無・今後どんなボランティア活動をやりたいか・福沢市民センターでどんなボランティア養成講座を開催してほしいかなどの項目について、活発に話し合いました。

ボランティア活動をすでに行っている方、今後やってみようと思う方、様々な立場の方が参加し、それぞれの今後のボランティア活動への関わり方を再考する機会となったようです。



仙台市社会福祉協議会
青葉区事務所
ボランティアセンター
志田氏



グループワーク

平成 30 年①9 月 21 日(金)②10 月 16 日(火)
③11 月 13 日(火)

「認知症サポーター養成講座」

参加人数：①11 人②13 人③16 人

講師：花京院地域包括支援センター

所長 白鳥 和彦 氏
社会福祉士 菅野 智子 氏

高齢化が進む中、地域の方々が認知症を正しく理解し、支え合っていくために同じ内容の講座を 3 回にわたって開催しました。地域包括支援センターが地域でどんな役割を担っているか、さらに高齢化社会における認知症の方の割合が急速に増加する現状をていねいに説明していただきました。2 回目、3 回目には職場体験の中学生も加わり、若い世代にはなじみの薄い「認知症」について地域の方々と共に学ぶことができました。

中学生から、「身近にいる高齢者について思いをはせ、優しい気持ちで接したい。」という感想があり、学生の時から「認知症」を正しく理解し、対応の仕方を学ぶことの必要性を実感しました。



職場体験の中学生も参加して認知症について学びました。

平成 30 年 11 月 6 日(火)

「介護予防講座」

参加人数：20 人

講師：宮城県理学療法士会 会議予防推進室
理学療法士 岩淵 隆俊 氏 他 3 名

はじめに、加齢に伴って増える転倒の危険性などについてお話をいただき、その後、実技を行いました。

軽快な音楽に合わせた「元気モリモリ体操」、片足立ちや簡単なスクワット、椅子をつかって気軽にできる運動プログラムをご指導いただきました。

人と競わず、無理せず、自分のペースを守って行うことが大切です。

今回学んだ体操は、参加者自身の健康維持のため、さらに家族や友人、知人に伝え広めることを講師と市民センターからお願いして講座を終了しました。



理学療法士会の皆さん



平成 30 年 9 月～平成 31 年 2 月(全 5 回)「関係諸団体との打合せ会議」参加人数：各回 10～13 人
参加団体：花京院地域包括支援センター・中江地区社会福祉協議会・小松島地区民生委員児童委員協議会・グリーン薬局・ケアサポートきらやか宮町・居宅介護支援事務所・認知症高齢者グループホーム J&B 小田原
今年度の「ご近所応援団」の講座を振り返った後、次年度の講座について 5 回にわたり話し合いを行い、高齢者支援の中でも「認知症」に特化したカフェを開催する方向性が決定しました。