



ガーデンくん

スクエアちゃん

発行: スクエアガーデン地域包括支援センター

所在地: 岡崎市羽根町中田 34

TEL : 57-1133 FAX : 57-0133

URL : taihoukai.or.jp/houkatsu/

Mail : sg-houkatsu@taihoukai.or.jp



# ガーデン通信

## シニアになったら、定年したら何をする？

## ボランティアを楽しむ

シニア世代の健康を維持するためには、運動、バランスの良い食事、人とのつながり（社会参加）が大切です。今回は羽根学区でボランティアを募集している場所のひとつ、暮らしの杜ふくろうで活動されている小野寺カネ子さんのお話を聞いてきました



小野寺 カネ子さん

### ボランティアをはじめたきっかけ

もともと介護現場での仕事を15～6年ほどしていました。その時の友人から紹介され今年の4月から一緒にボランティアをはじめました。

定年後はゆっくりしようとも思っていたのですが、じっとしていただけませんでした。元気がある間は人の役に立ちたいという気持ちが湧いてきたんですね。現役時代には70歳を過ぎてボランティアをしていると思っていませんでした。

### ボランティア内容

毎週月曜日の午後1時半から2時間ほど行っています。自分に無理のない範囲で活動しています。

おやつ作りのお手伝いをする事が多いですね。習っている手品を披露したこともあります。

### 良かったこと

みなさんのサポートをしたときに「嬉しい」と言われる時ですね。みなさんがいきいきとしていたり、笑顔になっている様子を見ると良かったと思います。

また、自分自身、元気でボランティアができています事自体を嬉しく思います。



おやつ作りの様子。どら焼きを作りました。

### 暮らしの杜ふくろう（デイサービス） ボランティア募集内容



施設長 戸柱 美恵子さん

お好きな事を通じて人の役に立つ事ができます！  
興味のある方はまず見学からどうぞ

- ・おやつ作りの補助
- ・麻雀の対戦相手
- ・裁縫のサポート
- ・食事の盛り付け
- ・ビンゴゲームのセッティング
- ・カラオケ補助、デュエット相手 など

月曜日～金曜日 10:00～15:30

ご都合の良い日程と時間帯で参加可能です。

#### お問い合わせ先

電話：0564-73-0525 担当：戸柱、古市

住所：岡崎市羽根町字若宮 30 番地 1

ご自分の経験を活かして楽しそうにボランティア活動をされているのが印象的でした。

岡崎市内には他にもボランティアを募集している団体があります。岡崎市社会福祉協議会ボランティアセンターへお問い合わせください。(電話：0564-47-7955)

## 城南学区福祉委員会 認知症サポーター養成講座報告

9月11日(日)、城南学区福祉委員会広報・研修部に招かれて、認知症サポーター養成講座を行いました。

認知症サポーターとは、認知症について正しい知識を持ち、認知症やその家族が安心して生活ができるように、出来る範囲で見守りや支援を行う、認知症の「応援者」のことです。

認知症の方にどのように声をかけ、接していくかで、認知症の進行や日常生活の中での困りごとに変化がみられ、場合によっては周囲の負担が軽減する可能性があります。また認知症になった場合、どのタイミングでどこに相談にできるのか、どんな支援を受けることができるのか、公的なサービスや認知症の方や家族の方をサポートする岡崎市独自の事業について説明しました。



認知症サポーター養成講座の様子

講座の参加者より、「高齢の家族と同居しているため、これから役に立ちそうな話が聞けました」との声を頂けました。

地域包括支援センターは認知症サポーターを増やし、地域の方と一緒に認知症の方が安心して生活できる町づくりに取り組んでいます。

### 第3回 おい 包括さん！

### 社会福祉士 市川です

地域包括支援センター（以下包括）には、様々な資格を持ったスタッフがいます。今年度は、包括で働くスタッフの専門性についてシリーズでお伝えしていきます。

こんにちは！私は平成29年から包括での勤務をはじめ、今年で5年目になります。以前は障がい者の支援と老人保健施設の相談員をしていました。障がいのある方、高齢の方とその家族が抱える困りごとの解決に向けた支援や自立した生活のための支援をしてきました。

#### 【社会福祉士とは】

「ソーシャルワーカー」とも呼ばれる社会福祉専門職の国家資格です。身体的・精神的・経済的に困りごとのある人から相談を受け、日常生活がスムーズに営めるように支援を行ったり生活上の問題が解決できるよう支えたりすることが主な仕事となります。また、他分野の専門職などと連携して支援を進めることや、誰もが住みやすい地域づくりをすることなども社会福祉士の仕事です。

#### 【包括でのお仕事】

高齢者とその家族からの相談に応じます。介護保険の申請のお手伝いをはじめ、権利擁護に関する相談を受けつけます。具体的には成年後見制度の利用の支援、消費者被害、虐待に関する相談などです。困りごとの解決に向けて前進できるようお手伝いします。



相談業務の様子

また、この学区に住む皆さんと一緒に地域を知り、課題を発見し、解決に向けて一緒に考え、活動したいです！

編集  
後記 庭のつぶやき

暑さも和らぎ心地よい季節になりました。去年初めて香嵐溪に行ったのですが、とても感動しました。今年も渋滞覚悟の上で行きたいと思っています！！