

佐久市の住民主体サービス事業が、いよいよスタートします。本日3日に御代田町のB事業を視察してきました。詳細は後述しますが、2時間のタイムスケジュールが決まっていれば、私たちにもできそうな気がしてきました。8月から出て鯉3教室が始まります。皆さん頑張りましょう。

## ☆☆☆ 出て鯉サポーター研修会を開催しました ☆☆☆

6月18日(火)に出て鯉サポーター研修会を開催し、17名が参加しました。市役所から高齢者福祉課の土屋佳恵保健師、臼田支所の桃井翼保健師が参加してくれました。

事務局から、5月31日の住民主体サービス説明会の概要を報告し、通所型サービスB事業の具体的な運営方法などについて説明し、参加者全員で協議しました。

確認できた事項は、①住民主体の通所型サービスB事業を次の3カ所で8月から行う。

- ・出て鯉望月教室 毎月第1火曜日 10:00～ 望月高齢者生きがい活動支援センター(初回8/6)
- ・出て鯉中込教室 毎月第3火曜日 13:30～ 佐久市シルバーサロン(初回8/20)
- ・出て鯉アクネス教室 毎月第3木曜日 10:00～ アクネス佐久平(初回8/22)

②訪問型サービスD事業(ボランティア輸送)を、B事業の利用者が必要とする場合に行う。

また、具体的な運営方法は、今後研修会などで検討しますが、概ねの流れは次のとおりです。

- 1 バイタル・関節チェック
- 2 運動アイテム体操又はストレッチ体操
- 3 レクリエーション(脳トレ、歌唱等)
- 4 健康学習講座
- 5 茶話会及び健康管理・筋トレ等の講話

## ☆☆☆ 御代田町はつらつサポーターのB事業を視察しました。 ☆☆☆

7月3日(水)NPO法人御代田町はつらつサポーターが行っているB事業を視察研修しました。日程は、9:00からのスタッフ打合せ、9:30頃からの利用者の受け入れ、10:00からの事業の全体の流れ、送迎状況、終了後の町の職員(町と包括)と千葉県松戸市の「元気応援くらぶ」の皆さんとの意見交流会に参加しました。出て鯉サポーターの参加者は9名でした。



(朝のスタッフミーティング)

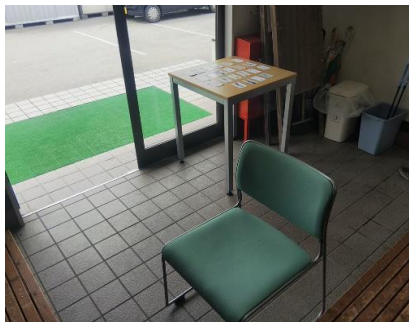


(開会セレモニーの状況)

B事業の日程は、①開会、痛みのチェック、準備体操(ふるさと体操、指体操(ふるさと)、歌唱体操(見上げてごらん夜の星を)を10:00～10:20、②ストレッチ体操を～10:50、途中で水分補給、③サザエさん体操、サーキットタイム(アイテムのタオルと棒)、ナツメロコーナーを11:00～11:45 ④タオル体操チェック(自宅での体操時の指導)、パタカラ体操+歌(七夕)11:45～12:00終了。

## ☆☆☆ はつらつサポーターのB事業視察研修の感想 ☆☆☆

何しろ、感心したのは、利用者を受け入れる際のリスク管理がしっかりしていたこと。本番での指導者は、常に笑顔で、利用者と向き合い、その場の雰囲気を楽しくしていました。学ぶことが多い！



(玄関の下足札とイス)



(下駄箱への下足札と靴)



(会場入口での名札)

玄関には下足札と履き替えのためのイス。下駄箱には下足札と靴を置いて間違い予防。会場入口では名札を見えやすく置き、自分で取って、自ら下げる。利用者の自主性を重んじている。

昨年までは、レクリエーションも取り入れていたが、利用者から、「月1回なので、体操を大きくして」との要望があり、ストレッチなどを多めにしたとのこと。前半に体操が多めの時は、後半にゆったりした内容を入れているそうです。これもまた、参考になりました。

会場の指導スタッフは5名程度ですが、全員が分担して担当していました。西理事長は、慣れた人だけでやっていると、会の運営が難しくなる。3年後を見据えて新人にも指導頂くとのこと。

御代田町地域包括支援センターでの事業対象者(要支援度1・2とチェックリスト該当者)が269名おり、通所サービスB(6会場)の利用者が105名とのこと。利用料は200円/回、+送迎200円/往復。

利用者は、全て地域包括支援センターからの該当者で、「はつらつサポーター」に業務委託。

参加しての感想は、出て鯉サポーターのメンバーで、十分B事業を運営できると痛感しました。

※現在、佐久市と6地域包括支援センターとの間で、細部の内容調整を行っています。

各地域包括支援センターからの利用者の引継書、利用者への説明・同意等の手続きの詳細が分かり次第、会員の皆さんにお知らせします。初めての事業ですので、慎重を期しています。

## ☆☆☆ 今後の予定について ☆☆☆

本日の視察研修終了後、市民創錬センターのホールで反省会を開き、8月の開始前に研修会を2回開催することとしました。7/11及び7/16に行いますので、どちらかに必ず参加してください。

◎ 7月11日(木) 13:30集合、出て鯉サポーター研修会。佐久市シルバーサロン

◎ 7月16日(火) 13:30集合、出て鯉サポーター研修会。佐久市シルバーサロン

※両日とも、8月の本番に向けた実戦練習を行います。両日の参加者大歓迎です。

○ 7月23日(火) 13:00集合、家庭介護者交流会。浅間会館1階(詳細は後刻連絡)

○ 7月26日(金) 10:30集合、県民生・児童委員大会。コスモホール(詳細は後刻連絡)

○ 7月以降転倒骨折予防事業教室等一覧(急な出・欠席の連絡は会場責任者まで一報を！)

日	集合時間	教室名	会場	日	集合時間	教室名	会場
8・22	12:30	青沼	十日町公会場	24	9:00	岸野	シルバーランド岸野
9	9:30	浅科	浅科穂のかホール	8/5	9:30	春日	春日交流センター
10	13:00	浅間	市民交流センター音楽室	8/5	13:00	臼田	あいとぴあ臼田
17	9:30	望月	望月総合支援センター	8/6	9:00	望月B	生きがい活動支援C
17	13:00	中込	佐久市シルバーサロン	8/6	13:00	レベルアップ	市民創錬センター
18	9:00	野沢②	野沢会館多目的ホール	8/8	9:00	野沢①	野沢会館多目的ホール