

令和5年12月14日

<佐々木 朗>

函館市介護支援ボランティアポイント事業研修会に参加して

- 1 日時：令和5年12月14日（木）13：30
- 2 場所：函館市総合福祉センター（あいよる21）1階集会室
- 3 主催：函館市・社会福祉法人函館市社会福祉協議会
- 4 目的：高齢者等が介護支援ボランティア活動の意義及び心構えを理解するほか、施設利用者などとの接し方や個人情報の保護などボランティアとして基本的な知識を習得することにより、介護支援ボランティア活動を円滑に行うことができるよう研修会を開催し、当事業の理解を図るとともに、参加者に対し登録を呼びかける。

5 事業の説明のまとめ

(1)介護支援ボランティアポイント事業とは、介護施設などでボランティア活動を行うとポイントが付き、たまったポイントを換金や商品交換ができる。

(2)事業の目的は、ボランティア活動を通じて社会参加や地域貢献をすることにより、ご自身がより元気でいられること（介護予防）。

(3)ボランティアに参加できるのは、函館市に居住する40歳以上の方（要介護認定者を除く）また、研修を受講した方。

(4)活動例

・趣味や特技を生かした活動・話し相手やレクリエーションの手伝い、お茶出し、配膳などの手伝い・施設行事の補助、散歩、外出、施設内移動の補助、職員の指示を受けて行う清掃などの軽作業。※身体介護はできません。

(5)ポイントについて

ボランティア1時間につき1ポイント付与・1日2ポイントまで、1ポイント100円として換算、10ポイント以上保有から

換金及び商品交換可能・年間50ポイントが上限

(6)ボランティア活動への流れ

①研修受講、②ボランティア登録、③ボランティア手帳交付、④保険の加入、⑤連絡、調整、活動開始、⑥受け入れ調整、スタンプ押印、⑦活動実績報告、⑧ポイント換金及び商品交換の申し出、⑨換金及び商品交換

(7)留意点

- ・施設担当者と十分に話し合い、自分の役割や活動内容、活動日時などきちんと確認する。
- ・勝手な自己判断で行動せず、施設の職員の指示のもとボランティア活動をする。
- ・事故が起きたら、直ちに施設の職員または函館市社会福祉協議会へ連絡する。
- ・施設のルールや約束事を守り、マナーを持って活動しましょう。施設や利用者との信頼関係を築きながら、責任感を持ってボランティア活動を行う。
- ・活動中に知りえた個人情報は第三者に絶対に漏らしてはいけません。

・営業活動や政治および宗教活動などは禁止です。

6 活動者体験 Kさん

Kさんは、函館生まれで、大学卒業後、ずっと関東で会社員として活動していた。仕事を終えてバイクで家に帰ると、急に具合が悪くなって、家の中の廊下で倒れてしまった。あと1mのところには電話があっても手を伸ばすことができない。たまたま母が来て、救急車で病院に運ばれ、一命をとりとめた。一命はとりとめたものの、ある程度まで回復すると、医師から「これ以上の治療は何もありません。」と半ば突き放されるような言葉をもらった。

そこで思い切って函館に戻り、母と函館での生活が始まった。市内の病院に通院しているとき、ミラクルドクターと言われる方が、心臓手術のモニタを募集していた。成功する確率は50%あるかないかである。Kさんは、決心して、手術を受けた。7時間半にもわたるものであったが、無事終了した。医者に見放されたからだが、自分で立て、自分で歩け、自分でしゃべれるようになった。闘病中は、いろいろな人に助けられた、いろいろな人の親切を受けた。元気になって「何かしたい。」と思ったのがボランティア活動だった。内地でも町内会長などの経験もあったこともあり、また、病気を経験して本当に障害のある方のきもちもわかるようになった。Kさんは、函館市ボランティア協議会の役員を務めるまでになった。自らも、ゆるけん体操、シナプソロジー、フマネットなどの資格をとった。ある介護団体で3年間体操の指導をしていた。中にはつかまってさえ歩けなかった

方が、体操を続けて、ついには自分の足で歩けるようになって、お互いに感動した思い出もある。

しかし、コロナになり、活動ができなくなった。今年からまた老人会で、教えることになった。最初は7人ぐらいだったものが、だんだん増えて今では11人となった。週二回の活動がKさんにとっても利用者にとっても楽しみの時間になった。ボランティア活動や自分も相手も楽しくなければならぬ。本来はボランティア活動は無償であるが、最近は最低限の活動費はもらってもいいという考えもある。ボランティア活動で大切なことは何といても健康管理である。自分がいけないと利用者が困ることになってしまう。都に迷惑をかけてはいけない。

だんだん年を重ねてきたが、もうちょっとがんばってみたい。基本は、「元気で、明るく、楽しく」である。

7 特定営利活動法人就労継続支援 B 型事業所の紹介

この事業所は、普通日の9:30~16:00まで活動を行っている。内容としては、菓子・パンなどの食品製造、リサイクルせっけん製造、刺し子布巾などの手工芸政策、その他、となっている。利用者はとても覚えが速く、時には新しい職員が利用者を作り方を教えてもらったり、新しく入ってきた利用者に教えたりもしている。ボランティアは特に仕事を任せるとはならないが、ただ一緒にいてほしいということがある。他の人が施設に入ってくることはとても大切なことである。風通しがよくなる。いつだれに見られてもいい運営が求められる。

逆に見通しが悪くなると、よくないことが起きる、虐待などがそうである。当施設は地域との連携も大切にしている。お祭りなどには多くの地域の人々が来場し、また、多くのボランティアの方々にも支えられている。

8 認知症について 函館市認知症の人を支える会 Aさん

(1)認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったりして、脳の司令塔の働きに不都合が生じ、さまざまな障害が起こり、生活する上で支障が、およそ6か月以上継続している状態を指す。

(2)認知症の種類にはアルツハイマー型認知症、脳血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症などがある。さらに、65歳未満で発症する若年性認知症も近年増えてきている。

(3)認知症の症状

中核症状から刻障害、実行機能障害、見当識障害、理解・判断力の障害などがある。多な行動・心理症状として、厳格・外出中に道に迷う、うつ状態、暴言・暴力、不穏・興奮、妄想、不安・焦燥、せん妄、不潔行為、介護抵抗などがある。

(4)早期発見のメリット

発症や進行を遅らせることが可能な場合がある。今後の生活に備えることができる。

(5)認知症の片野との接し方

①ゆっくり1つずつ簡潔に、②余裕を持って穏やかな気持ちで対応、③思い出させない、間違いを正さない、④がんばりすぎない、抱え込まない。⑤本人の視界に入ったところで声をかける。⑥信頼関係を

大切にする、⑦叱ったり、命令したりしない、⑧自身芯を大切に、敬意を払う。⑨受け入れて共感する、⑩行動パターンを観察し、早めにフォロー

(6)認知症の相談口はたくさんあるので、ぜひ抱え込まないで相談してほしい。

9 ボランティアの心得 函館市ボランティア連絡協議会 Nさん

Nさんは、高校2年生の時、バンド活動を楽しんでいた。ぜひ障害のある子どもたちにも歌を聞かせようと、地元の児童養護施設を訪問した。ところが、終わった後、施設の方に「もう来ないでください。」と言われた。Nさんのバンドの歌に「歌を聞かせてやる。」みたいな上から目線があったことが原因だった。それからグループで話し合い、誤った奉仕精神だったことを反省した。それがボランティア活動へ入るきっかけであった。

ボランティア活動の役割・意義

- ・公的制度の中で届かない面を支援・
- ・地域福祉を守り育てる相互扶助的な行動
- ・地域福祉ニーズにこたえる役割

ボランティアの心構え

- ・自分の意思で行う。
- ・上から目線で行うのではなく”させていただく”の心を持って。
- ・約束を守る。責任感を持つ。
- ・守秘義務を守る。
- ・愛情と誠意をもって行動。
- ・心にゆとりを持って行動
- ・自分の価値観を押し付けない。
- ・アドバイスは危険

3つの福祉の心

- ・相手を認める思いやりの心（相手の考え

や立場に寄り添う思いやりの心)

- ・地域社会をさせる共生の心
- ・豊かな福祉社会を築く自発の心。

最後に、日常の小さな気づきを大切に、自分の個性やひらめき、アイデアを大いに発揮して、自分ができるボランティア活動に取り組んでみてください！

10 感想

今日も、心温かいボランティア精神のある講師陣、そして受講者のもと、社会福祉協議会のスムーズな運営で研修を受けることができた。学校を退職してもこのような「学ぶ」という場に参加できることは、とても刺激的である。それも退職したら、あまり仕事を詰め込まずに、自分の時間を大切にしながら、人様の役に立つような時間を過ごし

たいと思っていたので、私にとっては心地よい時間であった。

今回は、函館市介護支援ボランティアポイン事業の研修会ということで、目的が、もちろん相手に役立つ存在であることだが、加えて、自分自身も高めるということが大切なことだということが分かった。

私も、特別支援教育に長く携わってきており、障害を持つ方、また、現在の仕事を通して介護が必要な方の気持ちは少しであったとしても、理解できるように成長したと思っている。今後、いろいろな空気を吸いながら、ボランティア活動を通して、自分が生きているという意味を考える機会にしていきたい。

2023年12月14日 佐々木 朗