

### 3. 1日託老（ひだまりサロン）事業で本人の社会参加や 家族の負担の軽減を図る

グループ名 滝川地区認知症の人と共に歩む家族の会「あけぼの会」

代表者名 須田 敏枝

#### ① 活動の目的

- ・認知症の人を支える家族などと交流を通して、認知症の理解を深めその家族への援助と福祉の向上を図る。
- ・少子高齢化と核家族化が進む中で、増え続ける認知症の方と介護者に対して、認知症の理解を深め家族を援助し、温かくサポートする。
- ・高齢者を社会全体で支える必要性があり、1日託老（ひだまりサロン）に参加することによりご本人の社会参加や意欲の向上と家族への負担の軽減と休養が図れる。

#### ② 活動概要

- ・1日託老（ひだまりサロン）の1日の流れ

8時30分から9時の間に利用者さんのお宅にお迎えに行きます。会場到着後、水分補給と血圧測定をする。家族の方から会に連絡がある時には会で作成した連絡帳を預かる。午前中のレクでお天気の良い日には、近くの公園などへ散歩に出掛けます。その後、懇談と水分補給をする。

12時にみんなで昼食（食後お昼寝）を食べます。午後のレクは手遊び・体操・水分補給などをして15時に利用者を自宅まで送ります。

- ・1日託老のモットーは！

自由で家庭的な雰囲気の中で参加して本人が楽しい事で、ボランティアの心で集う仲間たちである事、個々のニーズに合わせて個別対応に心がける事、ひだまりサロン活動は共に学び、考える場であると共に地域福祉のまちづくりへ決して無理をしないよう地道に活動する事です。

#### ③ 年間を通しての主な活動

- ・お花見の集い（焼き肉）は市内高齢者施設の方や一般の方々も参加して行っています。
- ・フマネット運動は自分の足でいつまでも歩けるような運動で、歩行の不安定な人にはささえながら行っています。
- ・年2回の認知症学習会では、認知症サポーター養成講座や市役所介護福祉課と合同で介護者の集いを行い、講師の方を呼んで講演会なども行っている。
- ・リフレッシュの集いでは、利用者や家族の方々が一緒にパークゴルフ・そば打ち体験日帰り温泉旅行などでリフレッシュしてもらう。
- ・毎年9月21日は世界アルツハイマーデーで北海道家族の会より配布されたリーフレットとあけぼの会のパンフレットを、市役所前と市立病院前などで配布し、会員全員

でアルツハイマーデー街頭活動を行っています。

- ・滝川市内の國學院大學の福祉課の学生さんとの交流会を行っています。その中で、会員の介護体験発表なども行い交流を深めています。
- ・その他、年3回の誕生会や敬老の日のお祝いやクリスマス会・季節に合わせた壁飾り・100円ショップにお買い物・紙袋ランタン作り・料理教室・9月より第3金曜日は認知症カフェを開き、地域住民の方との交流を深めています。

| 平成26年10月～平成27年9月までの活動内容  |                               | 参加人数 |
|--|-------------------------------|------|
| 10月  | 3日 交流会（高齢者施設のみなさんと）           | 139名 |
|  | 17日 フマネット運動・レクゲーム・体操          | 17名  |
| 11月  | 7日 松ぼっくりリース作り・マージャン・ゲームの練習    | 16名  |
|  | 14日 料理教室（高血圧を予防するお手軽料理）       | 18名  |
|  | 21日 ゲーム大会・DVD鑑賞・松ぼっくりツリー作り    | 19名  |
| 12月  | 5日 百人一首・お正月用飾り作り・レクゲーム        | 17名  |
|  | 19日 紙袋ランタン作り・忘年会・歌・体操         | 21名  |
| 平成27年  |                               |      |
| 1月   | 16日 國學院大學学生さんと大学で交流会          | 34名  |
| 2月   | 6日 誕生会・百人一首・マージャン・折り紙         | 18名  |
|  | 20日 市役所福祉課と介護者の集い・講演・交流       | 40名  |
| 3月   | 6日 脳トレゲーム・歌・クイズ・紙袋ランタンのDVD鑑賞  | 19名  |
|  | 20日 反省会・次年度の計画作り・折り紙          | 17名  |
| 4月   | 3日 5月節句の壁飾り作り・フマネット運動         | 18名  |
|  | 17日 定期総会・体操・歌・レクゲーム           | 21名  |
| 5月   | 1日 前年度活動のDVD鑑賞・脳トレゲーム・歌       | 19名  |
|  | 15日 菜の花見学・誕生会・交流会の看板作り        | 19名  |
| 6月   | 5日 菜の花見学のDVDを見る・夏用飾り作り        | 22名  |
|  | 12日 國學院大學の学生さんと交流会            | 22名  |
|  | 19日 交流会（高齢者施設の方とジギスカン）        | 121名 |
| 7月   | 3日 フマネット運動・七夕飾り作り・認知症カフェ打ち合わせ | 23名  |
|  | 17日 大正琴演奏と体験                  | 19名  |
| 8月   | 7日 100円ショップにお買い物・レクゲーム        | 23名  |
|  | 21日 認知症学習会                    | 20名  |
| 9月   | 4日 リフレッシュの集い（日帰り温泉旅行）         | 20名  |
|  | 18日 アルツハイマーデー街頭活動・誕生会・敬老会     | 31名  |
| その他「北海道認知症の人を支える家族の会」支部としての活動への参加や、学習会への参加、市の健康フォーラムやボランティアスクールへの参加、市内の高齢者施設のお祭りへも参加をしております。 |                               |      |



交流会の様子が新聞に掲載されました。



市内施設に置かせてもらっています。



決算報告

|     |                         |        |       |
|-----|-------------------------|--------|-------|
| 収 入 | 大同生命厚生事業団助成金            | 70,000 |       |
| 支 出 | 会場費・三世代交流センター           | 10,110 |       |
|     | 滝の川公園スパーク               | 10,220 |       |
|     | 役員会・勉強会                 | 7,740  |       |
|     | 事務費・会報とひだまりサロン(年3回発行)   | 23,483 |       |
|     | 会報200部・ひだまりサロン150部      |        |       |
|     | インク代・郵便 他               |        |       |
|     | 旅 費・全道総会参加費             | 3,000円 | 5,000 |
|     | 空知ブロック研修会               | 2,000円 |       |
|     | 送迎費・利用者の送迎会員の車3台分のガソリン代 | 18,847 |       |
|     | 合 計                     | 75,400 |       |

5,400円不足分は会より補充



交流会



秋の壁飾り作り



料理教室



ゲーム大会



紙袋ランタン作り



國學院大學で交流会



滝川市役所介護福祉課と合同の講演会



すばらしい笑顔です！



夏用壁飾り作り（俳句は93歳の方の手書き）



高齢者施設の方と交流会



例会日の記念撮影



アルツハイマーデー街頭活動



フマネット運動

他にもたくさんの活動をしてありますが、1日託老ひだまりサロンで少しでも楽しんでいただきたく地道な活動を続けております。