

### 健康・生きがい就労関連 就労開発・支援事業

(担当：遠座)

#### 1月の動き

##### 就労開発・支援事業

(各地の健康・生きがい就労トライアルの動き)

##### ◎宝塚市

◆5日(金)宝塚市ファミリーサポートセンター(以下ファミサポと略)を訪問

来年度は、少子化対策にも寄与すべく、シニアが子育て応援をする仕組みづくりを進めていく予定です。その一環として子育て支援の有償ボランティアのコーディネートを行なっている宝塚市のファミサポを大阪ガスネットワーク社会貢献担当の金澤部長と訪問し、所長らにファミサポの現状を伺いました。

ファミサポ事業は、こども家庭庁の所管で、全国の市町に900以上あり、依頼会員(子育て中の親)の子どもを、提供会員(有償ボランティア)が自宅で一時預かりをしたり、保育所や習い事の送り迎えなど行なうもので、依頼会員が安心して子どもを預けられるよう提供会員には年約30時間の無料研修を行なっていることなどを伺いました。

##### ◎伊丹市

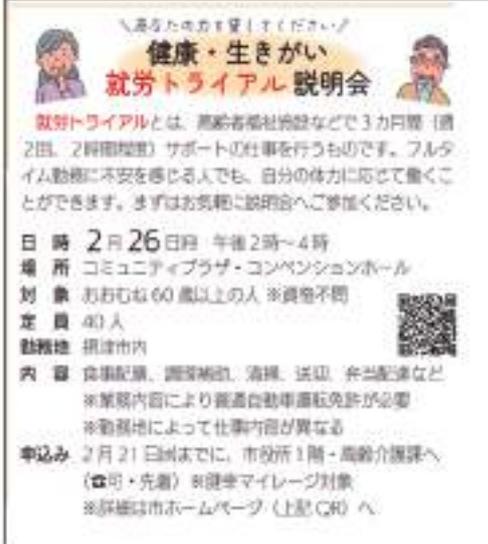
◆9日(火)伊丹市社会福祉協議会(以下社協と略)に対し、NPO活動について紹介

伊丹市社協の常務理事から中江副理事長を通して、NPOラボの話が聞きたいとお話があり、中江副理事長と伊丹市社協を訪問しました。健康・生きがい就労トライアル事業やスマホ講座等私たちの活動について説明したところ、先方常務理事、事務局長から伊丹市社協は、介護施設を経営しており人手不足は深刻。社協でモデル的にやることを考えたい。シルバー人材センターとの違いやそことの協力・連携も可能か?などのお話がありました。

##### ◎摂津市

◆23日(火)摂津市高齢介護課と意見交換

摂津市での来年度の健康・生きがい就労トライアル事業について意見交換するため、中江副理事長と市役所を訪問しました。今年2月26日の市民向け説明会には2つの有料老人ホームを含む5事業所から計17人の求人が出る予定ですが、来年度からは保育など他職種も検討していきたいとの話でした。



宝塚市健康・生きがい  
就労トライアル 説明会

就労トライアルとは、高齢者福祉施設などで3カ月(週2回、2時間程度)サポートの仕事を行うものです。フルタイム勤務に不安を感じる人でも、自分の体力に応じて働くことができます。まずはお気軽に説明会へご参加ください。

日時 2月26日(日) 午後2時~4時  
場所 コミュニティプラザ・コンベンションホール  
対象 おおむね60歳以上の人 ※資格不問  
定員 40人  
活動地 摂津市内  
内容 食事配膳、調理補助、清掃、送迎、弁当配達など  
※業務内容により普通自動車運転免許が必要  
※活動地によって仕事内容が異なる

申込み 2月21日(土)までに、市役所1階・高齢介護課へ  
(☎可・先着) ※健康マイレージ対象  
※詳細は市ホームページ(上記QR)へ

摂津市就労トライアル募集記事(広報せつつ2月号より)



元気なシニア大募集！  
健康・生きがい就労トライアル説明会

3カ月の就労トライアルで、介護や保育の現場で働く若者をサポートします。短期間・短時間のプチ就労にチャレンジしてみませんか。

☑ 3月1日(金)14時~16時  
☑ 中央公民館  
☑ 40人  
☑ おおむね60~80代  
☑ 2月8日(日)9時半~22日(木)17時に  
地域福祉課へ電話または二次元コード

トライアルの内容  
業務内容：シャツ交換、配膳、下皿、片付けなど  
時給：1001円から  
※就労先によって異なります。詳しくは説明会にて

☎ 同課 (☎77-0653 傳71-1355)

宝塚市就労トライアル募集記事(広報たからづか2月号より)

#### 2月の予定

- 2日(金) 宝塚市ボランティアプラザ zukavo 運営委員会
- 12日(月) シニアのたまご育て講演&トークセッション開催
- 18日(日) 第35回柏原市社会福祉協議会柏原ふれあい広場福祉講演会にて講演
- 22日(木) 宝塚市PT等研修会で講演
- 26日(月) 摂津市健康・生きがい就労トライアル市民向け説明会で講演
- 29日(木) グランフロント大阪ナレッジキャピタル木曜サロンで講演

など

### 啓発・研修事業分野

(担当：山口)

### 1月の動き

#### スマホ講座関連

##### \*フレミラ宝塚

①「初心者向け暮らしに役立つスマホコース」(午前：iPhone, 午後：Android)

・18日「健康管理アプリ」について講習

シニアにとって関心の高い健康。スマホで簡単に健康管理ができるアプリ「歩数計」「お薬手帳」「血圧ノート」の3点を紹介。これらは、測定した結果や数値をビジュアル化して見ることができ、また、お薬手帳は、今までの手帳タイプと違い、複数投薬の飲み合わせなどがわかりやすいアプリで、シニアにこそ使っていたきたいアプリです。さらに、「目のトレーニングになるゲーム(ロート製薬㈱)サイト」をQRコードから読み込み、グループや個人でタイムトライアルを実施。中には、若い世代でもなかなか出せないハイスコアを叩き出した方もいらっしゃいました。

・25日「復習して課題をクリアしよう(クイズ形式で)」今まで学んだ項目を楽しくクイズ形式で復習していただきました。音声入力での検索、Googleレンズで画像検索、QRコードの読み取り、スマホに関する基本などを普段の講座とは違うカタチで楽しんでいただきました。このような楽しく学び、成果の高い『エデュテイメント(教育+娯楽)』は、今後の学習にも取り入れていきたい要素です。

②「シニアのためのらくらく・あんしん・シンプルスマホ講座」(5種類のシニアスマホ対象の8回コース)

・31日 第1日目「シニア向けスマホとは」

BASIO 8名、docomoらくらくスマホ 2名の合計10名の受講生が参加。受講生2名に1名のチューターがつくという手厚い体制でした。スマホの操作ボタン、パネル上での指の動かし方などの基本操作、困ったときの対処方法、フォントサイズなどの調整方法などをご紹介し、ご自身のスマホをより使いやすくする方法があることを知っていただきました。苦手意識を払拭

して、次回からの講座の弾みとなる授業内容でした。受講生からも、『スマホって便利やね。便利に使いたい』というお声をいただきました。

\*令和5年度ひょうごボランティア基金助成事業「スマホ・サポーター養成講座」

ひょうごボランティア基金の助成を受けて、「スマホ・サポーター養成講座(3回の講座)」を川西市(キセラ川西プラザ福祉棟)と伊丹市(伊丹市立中央公民館(スワンホール))で実施。

川西市(1月15日、22日、29日)受講生14名

伊丹市(1月20日、27日)受講生17名

・初日の「基本操作・基本設定・検索」では、困った時の対処法、スクリーンショットの撮り方、フォントサイズやスリープ時間の変更や検索テクニックなどを紹介しました。

・2日目の「カメラ・Googleレンズ・MAP」では、カメラの基本機能、操作方法、Googleレンズで大学院程氏が作成した『スキルレベルチェック』で、各自のレベルチェックをしていただきました。今回の受講生は、おおむねレベルが高く、学んだ後の活躍の場作りがラボ、後援自治体、各種団体との共通の課題です。

### 2月の予定

\*フレミラ スマホ講座の予定

講座名	場所	開催日	時間	
2024年度4月からのスマホ講座 事前説明会	フレミラ宝塚	2月1日	10:00-11:30	
			13:30-15:00	
初心者向け暮らしに役立つスマホコース	フレミラ宝塚	2月8日	10:00-11:30	
			13:30-15:00	
			2月15日	10:00-11:30
	フレミラ宝塚	2月22日	10:00-11:30	
			13:30-15:00	
			2月7日	13:30-15:00
シニアのためのらくらく・あんしん・シンプルスマホの講座(8回短期講座)	フレミラ宝塚		2月14日	13:30-15:00
			2月21日	13:30-15:00
			2月28日	13:30-15:00
			2月28日	13:30-15:00
ボランティア基金助成事業 スマホサポーター養成講座	伊丹市中央公民館	2月10日	10:00-12:00	

\*ボランティア基金関係の予定

2月5日 助成事業報告 発表会参加

2月10日 スマホサポーター養成講座(伊丹市中央公民館)

ここおる通信



ここおる通信 Vol.19

### 2024年2月 ここおるイベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					*はな*MAPI ポーセラーツ 体験会 10:30-14:00	
4	5	6	7	8	9	10
	ボラコ 移動カフェ 10:00-12:00	スマホサロン 10:30-11:30			*はな*MAPI ハンドメイド 作品展 10:30-14:00	
11	12	13	14	15	16	17
		ネットサロン 13:00-15:00	洋服お直し リメイク 相談会 10:30-14:00		*はな*MAPI インド製 リボンワーク ショッ 10:30-14:00	
18	19	20	21	22	23	24
		おしゃべり スマホカフェ 笑 (にこ) 10:30-12:00	ちびっこ ここおる 13:00-15:00			最終日 2024 10:00-17:00
25	26	27	28	29		
		不用品の 無料 おゆずり会 10:30-14:00	福祉ネイル 10:30-12:00			

グレー表示の日( )は休館日です。

#### 【ここおるオープン時間】

10:00-14:00 (水曜日のみ10:00-16:00)

館内日中・イベント予定は予告なく変更となる場合がございます。最新情報は事務局・インスタグラムでご確認ください。

まちのつどいは「ここおる」は、皆さんから大人気で、  
どなたでも気軽に立ち寄れるコミュニティスペースです。  
ここおるの運営やイベント開催に関するお気持は、事務局までお問い合わせください。

### ～2月のここおるイベント～

\*はな\*MAPI

#### ポーセラーツ体験会

2/2(金) 10:30-14:00

足型お印でお好みの絵柄を貼ってのり貼りプレートを作ります。  
●定員：5名  
●参加費：1500円  
●予約可：ここおるインスタグラムにて

#### ボラコ移動カフェ

2/5(月) 10:00-12:00

「ボランティア活動したい」「ボランティアさんに会ってほしい」「ちょっとおしゃべりしたい」などのご要望をお聞かせください。  
●参加費：無料  
●予約可：こちらにお知らせください。

#### スマホサロン

2/6(火) 10:30-11:30

ここおるスタッフがスマホの悩みを相談にのります！  
●定員：8名  
●参加費：500円(お飲み物・お菓子付き)  
●予約可：ここおるインスタグラムにて

\*はな\*MAPI

#### ハンドメイド作品展

2/9(金) 10:30-14:00

何をやるぞ等に決まりはありません。やりたい事を持ち込み、お話ししながらそれぞれの作品を展示してください。  
●参加費：300円(お飲み物・お菓子付き)  
●お好きな時間にお越しください

#### ネットサロン

2/13(火) 13:00-15:00

悩みや悩みを相談～  
悩みや悩みを相談～  
●参加費：500円(お飲み物・お菓子付き)  
●定員：4名  
●当日参加可。ふらっとお越しください

#### 洋服お直し・リメイク相談会

2/14(水) 10:30-14:00

大手アパレルでの長年の経験を活かして、お直しやリメイク、お直しやリメイクを相談ください。  
●参加費：無料(お直しは有料になります)

\*はな\*MAPI

#### インド製リボンワークショッ

2/16(金) 10:30-14:00 随時受付

インド製リボンを使ってスマホアクセサリーを作ってみませんか？  
●参加費：1500円～  
●定員：各4名  
●予約可：ここおるインスタグラムにて

#### おしゃべりスマホカフェ 笑

2/28(火) 10:30-12:00

デジタル機器の困りごとやスマホの困りごとの方にお悩み解決をお手伝いします。  
●参加費：300円(飲み物・お菓子付き)  
●定員：4名  
●予約：不要

#### ちびっこここおる

2/21(水) 13:00-15:00

ここおるでおやこで遊ぼう！子育て支援センターが、お話しから楽しめる工作を開催しています！お菓子のプレゼントもあつきます！  
●お話しは持ち込みOK！  
●申し込み、随時的にいつでも参加OK！  
●対象：2歳～小学低学年  
●参加費：無料

#### 不用品の無料おゆずり会

2/27(火) 10:30-14:00

無料の不用品おゆずり会です。お困りな品を譲ってあげてください。  
●エコバッグをご持参ください。

#### 福祉ネイルと足爪チェック

2/28(水) 10:30-12:00

ネイルリストによる女性ネイル講座、足爪のチェックなど、健康・健康のためのイベントです。足元にお困りの方、そのご家族の方もお気軽にご参加ください。お申し込み、お申し込み。  
●参加費：ネイルの相談：無料、ネイル：500円～600円～  
●予約可：ここおるインスタグラムにて

イベントの予約はここおる事務局・インスタグラムDMでお問い合わせください



まちのつどいは ここおる

定休日：毎月10・15

〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1

03-5561-1111 (受付時間：10:00～17:00)

03-5561-1111 (受付時間：10:00～17:00)

お問い合わせ

03-5561-1111

受付時間：10:00～17:00

03-5561-1111

受付時間：10:00～17:00



1月にスタートしたスマホサロングループ”笑 (にこ)”の「おしゃべりスマホカフェ」は初回から盛況でした。男性シニアの方も参加され、iPhone や AppleWatch など多種多様な質問がありました。また、別のスマホ講座に参加されていたものの、もっと気軽に、もっと楽しく学びたい！とフレミラに問い合わせたら、ここおるを紹介してもらった！という80代の女性が新たにここおるを訪問され、足のリハビリにもちょうどいい距離だから、スマホの日は楽しみに通うわね！と嬉しい声を頂きました。基本的なことから発展的な事まで、生活と切り離さないで、楽しみながらスマホを学ぶシニアの皆さんにはいつも元気づけられています。(橋之爪)

