

健康・生きがい就労関連 就労開発・支援事業

(担当：遠座)

健康・生きがい就労（以下 KIS と略）及び 自治体関連の進捗

◎大阪・関西万博高齢者有償ボランティア活動と 大阪大学との共同研究について

万博ガスパビリオンで 70 歳以上の方々 18 人に有償ボランティアとして参加していただき、パビリオンでの入館者に楽しんでいただく VR 体験用ゴーグル消毒等でスタッフのお手伝いをしていただくプロジェクトを進めています。

また、この 18 人には「活動中の血圧変動のメカズム等を連続計測する研究」にも参画していただきます。この研究は、高齢者の転倒事故が血圧変動により多く引き起こされているため、その予防のため大阪大学大学院医学系（老年・総合内科）、大阪ガスネットワーク(株)エネルギー・文化研究所、日本初の病院で使用する医療機器レベルの計測デバイスを開発した Arbret 社、NPO ラボが共同で行うものです。

実施期間は万博繁忙期の GW 及びお盆以降の計 70 日間。各班 6 人の 3 班編成で、ほぼ 3 日に 1 回のペースで午前と午後 3 人ずつ 1 日 4 時間程度、計測デバイスを腕に着けてお手伝い活動をしていただきます。

18 人のメンバーは大阪府高齢者大学・区民カレッジから 6 人、大阪市西区民から 9 人募集し、あとの 3 人は NPO ラボの関係者が各班のまとめ役として参加する予定です。

現在、大阪大学老年・総合内科の研究室や場を提供してくださる大阪ガス広報部万博ガスパビリオン準備室長ほか関係者・関係機関と様々な打合せ、調整を進めています。

◇大阪府関係機関での参加者募集説明会を実施

10 月 31 日大阪市教育会館 6F 会議室にて大阪府区民カレッジの方々向けにボランティア募集説明会を実施しました。

参加者 12 名のうち年齢が対象外だった 1 名を除き 11 名がエントリーシートを提出されました。

なお、大阪市西区民向け募集説明会は、11 月 25 日に西区役所で実施予定です。」

次 第

1. プロジェクト支援者 大阪府ご挨拶
：福祉部介護支援課地域支援グループ 吉田智子 課長補佐
2. プロジェクト主催者 ご挨拶
：大阪ガスネットワーク(株)エネルギー・文化研究所 山納洋 所長代理
3. プロジェクト運営団体の紹介
活動コンセプト…高齢期の活動と健康の関係について
お願いする活動の概要（作業内容、期間、報酬等）について
：NPO法人健康・生きがい就労ラボ 遠座俊明 理事長
4. 活動シフト、エントリー（応募用紙の書き方）と今後のスケジュールについて
：NPO法人健康・生きがい就労ラボ 井川京子 副理事長
5. 質疑

◎川西市

川西市福祉部地域福祉課と打ち合わせを行い、市民向け募集説明会を市役所会議室にて 1 月 21 日 10 時～に開催することになりました。

川西市中部と南部 2 か所の特別養護老人ホームを核とした介護サービスを展開されている事業所が雇用事業者として参加されることも決まりました。

1 月の市報「広報かわにし」に説明会参加高齢者募集記事が載ります。（定員 20 名）

◎フレミラ宝塚いきいき学舎（シニアカレッジ）未来塾での講演

10 月 28 日 宝塚市立老人福祉センター 3F カレッジ 2 にていきいき学舎の新企画「未来塾」（9 月開講 8 回コース）の 5 回目「元気・健康維持の処方箋とは？」を担当し、講演しました。

参加者は 60 歳代～ 80 歳代の 19 人。半数以上が 80 歳代でしたが、すでにほとんどの方が何らかの活動中で、講演後に積極的に質問もされ、改めて「活動することで元気になる」ことを実感しました。

シニアの地域活動応援プログラムとして NPO ラボの橋之爪理事からスマホサポーター養成講座（参加費無料）12 月 21 日～ 1 月 18 日 3 日間の案内も行ないました。

◎団体正会員の加入について

10 月 1 日大阪ガス(株)エナジーソリューション事業部環境・地域共創部が NPO ラボの団体正会員として入会されました。さっそく、来年 2 月 10 日に大阪ガス御堂筋東ビル 3F ホールにて「仮）高齢者と共に拓く、持続可能な地域共生社会」をテーマに、遠座も登壇する講演セミナーを計画されています。

11 月の予定

- 8 日 シニア子育て応援情報誌「もちつもたれつ第 2 号」発行
- 9 日 応用老年学会 於：慶応大学日吉キャンパス
- 25 日 大阪・関西万博高齢者有償ボランティア活動者募集説明会（大阪市西区役所）
- 30 日 宝塚市こもたの（子育てをもっと楽しく）カーニバルにて、シニアの子育て応援紙芝居を実施

啓発・研修事業分野

(担当：山口・山本・大林)

【フレミラ宝塚】

初めてのスマホ Android&シニア向け機種コース
(AM/PM 同じ内容)

《10/3》基本操作 講師：山本

後期講座の第一回目です。後期は午前午後共に10名前後の受講生なので、一人のチューターが担当する受講生は1~2名。手厚いサポートができそうです。

講座の初回は、まず「スマホとは」の説明でスマホの賢さ便利さをアピールしました。

その後基本用語や基本操作の説明、中でもAndroid特有の3ボタンの役割と操作はしっかり説明、音声検索についても簡単にやってみました。

《10/10》基本設定 講師：山本

「自分のスマホを使い易くしよう」と設定アプリから文字の大きさ・スリープ時間・音量等を自分好みに設定しました。電話の操作、電話番号登録など基本の復習もしました。クイック設定パネルは隠れている便利機能。指でスワイプして色々な操作ボタンが出てくると、驚き感心する受講生もおられました。

《10/17》カメラ機能・Google レンズ 講師：大林

スマホカメラの授業で、効果的な写し方・自撮り・光やピントの簡単な調節など、スマホならではの簡単テクニックを学びました。綺麗な写真を目指し、みなさん真剣な眼差しでした。Google レンズはいつでも人気のアプリ、今回もあちこちで感嘆の声が上がりました。資料の写真で植物や建物などの名前を調べ、翻訳機能にも感心しきりでした。

《10/24》検索・QRコード 講師：山本

検索機能はスマホの最たる便利機能。音声検索のやり方の復習と、検索のテクニック(絞り込みの仕方)、Google レンズで自分が写した写真の検索方法を学びました。

QRコードもスマホライフに必須、面白サイトや宝塚市の広報誌を使って読み取り練習をしました。最後にチューターの手助けのもと、11/14の課外講座の申し込みをQRコードから行いました。

【川西緑台地区スマホ講座】10/2 10/9 10/16

講師：山口・山本

初心者向け3回講座を実施しました。定員20名に対して40数名の応募があったそうで、当日は抽選に当たった20名の皆さんが、熱心に受講されました。

1回目は基本操作・設定、2回目はカメラ・Google レンズ・QRコード、3回目はLINE と3回コースの定番授業を行いました。初心者向けなのであまり詰め込み過ぎないように、必要最小限の内容でゆっくりと進めました。チューターさんに頼る場面も多く、1人で3~4人の受講生担当で大変だったと思いますが、お陰様で受講生の皆さんには喜んでいただけたようです。

【すみれが丘地区スマホ講座】10/12 (5回目)

講師：大林

全5回講座の最終回の今回はLINEを取り上げました。ほとんどの方がLINEを使われているとのことでしたが、セキュリティ強化の設定や、無料のスタンプゲット、音声入力、裏技などには興味を持って取り組んで頂けました。今回の全5回の講座をきっかけにスマホをさらに活用いただけたらと思っています。

【伊丹市きららホール・サポーター養成講座】10/10(1回目)、10/24(2回目) 講師：大林

全3回のサポーター養成講座の1回目と2回目を開催しました。定員20名のところ、受講生は7名と少ないですが、受講生のレベルはおおむね高く、初心者向け講座のおよそ2倍のスピードで講座を進めることができている。1回目の内容として基本設定・基本操作・検索を、2回目の内容としてカメラ・Google レンズ・MAPを取り上げました。初心者シニアのスマホはAndroidが多いこと、初心者シニアがつまづきやすいこと、シニア向けスマホでは特殊な操作が必要なことなどを説明すると驚かれていました。少しでも多くの方が、受講後にサポーターとして活躍して頂けることを願っています。



2024年11月のスマホ講座予定

講座名	場所	開催日	時間	内容
初心者向けAndroid・ 簡単スマホ後期講座	フレミラ宝塚	11月7日	10:30-12:00 13:30-15:00	相談会
		11月14日	10:30-13:30	遠足(万博公園:国立民族学博物館)
		11月21日	10:30-12:00 13:30-15:00	写真の編集と整理
		11月28日	10:30-12:00 13:30-15:00	LINE(1)
サポーター養成講座	きららホール伊丹市立 北都学習センター	11月7日	14:00-16:00	LINE

ここおる通信

10月はハロウィンウィークを開催しました。プチ仮装してたくさん子どもたちが遊びに来てくれました。お菓子を持ち帰るための小さな「箱」に小さい子でもできるプチ工作をプラスして、いつもはお休みの土曜日と木曜日もオープンしたところ、木曜日がオープンしていると嬉しい！と普段は見かけない親子も立ち寄ってくれました。お茶をしにきた地域の方も、仮装をした子どもたちが集まっているのを見て、こんなに子どもがいたんだね〜と珍しがりながらも、子どもたちとのふれあいの時間を楽しんでいました。(担当：橋之爪)

2024年11月 ここおるイベントカレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					*はな*MARI ハンドメイド カフェ 10:30-14:00	
3	4	5	6	7	8	9
		スマホサロン 10:30-11:30 暮らしの保健室 10:30-12:00			*はな*MARI ハンドメイド カフェ 10:30-14:00	
10	11	12	13	14	15	16
		ニットサロン 13:00-15:00	洋服お直し リメイク 相談会 10:30-14:00		パレスキュー 10:30-12:00 論語カフェ 14:00-15:00	
17	18	19	20	21	22	23
					ポーセラーツ クリスマス ワークショップ 10:30-14:00	論語カフェ 15:00-16:00
24	25	26	27	28	29	30
		ハンド セラピー 10:30-12:00	ちびっこ ここおる 13:30-15:00		クリスマス リース作り ワークショップ 10:30-14:00	

グレー表示の日()は休館日です。



シニアの働くきっかけづくり プロジェクト (担当：井川)

【シニアの就労図鑑取材】

ずっとシニアの就労の成功事例を追いかけていましたが、シニアの就労事情が好転したこともあり、色々な媒体で紹介されています。そこで、「うまくいかなかった就労事例」のヒアリングをかさねています。

- 健康
- DX
- 学び直し
- サポート体制
- 価値観の相違
- シニア就労への無理解
- 前例がないことへの不安
- 仕事のステイタス

など、さまざまなミスマッチ事例を知りました。80歳ぐらいまで働き続けられる職場環境はまだまだ夢物語で、シニア就労の糸口となる面接にたどりつけていない就労希望者の話は、身につまされます。

シニア就労に特化した予備校、ジョブコーチ制度、就職した後もフォローする学び直し講座などのサポート体制の重要性をまとめ、提言していきたいと考えています。