

健康・生きがい就労関連 就労開発・支援事業

(担当：遠座)

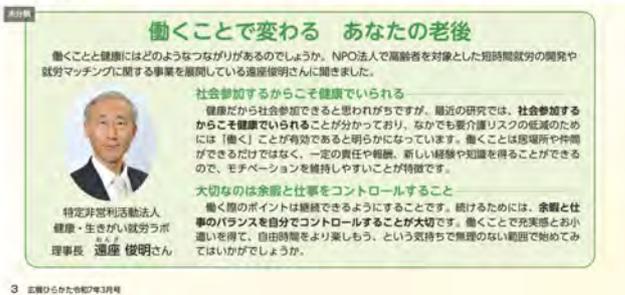
健康・生きがい就労（以後 KIS 事業と略）及び 自治体関連の進捗

■自治体 KIS 事業

◎2月5日第1回枚方市 KIS 事業への参加事業所募集説明会において KIS 事業の説明をしました。

参加者は、9団体から13名でしたが、初の取組の場合は一般に介護分野だけであるのに対し、医療、保育分野の事業者も参加され、また開催の挨拶に市の健康福祉部長が登場されるなど、枚方市の熱の入れようが感じられました。なお、来年度の KIS 事業導入を検討されている吹田市や守口市からも8名の見学がありました。説明会後には、市の広報プロモーション課から取材を受け、広報ひらかた3月号の巻頭特集にコメントが掲載されました。

枚方市広報誌「広報ひらかた」令和7年3月号に健康・生きがい就労トライアルについての記事が掲載されました。



◎2月19日宝塚市令和6年度第2回 KIS 市民向け募集説明会で講演を行いました。

今年度1回目昨年7月はコープこうべ店舗でのトライアル参加者募集でしたが、今回は介護系3事業者4施設、保育・子どものケア系5事業者6施設からの計16人の求人に対しての募集です。

宝塚市中央公民館ホールには、80歳以上の4人を含め高齢市民35人が来場され、そのうち23人がトライアル就労を希望されました。

なお、参加市民に対するアンケートでの「この説明会に参加しようと思った理由」のトップ3は、「社会とのつながりを持ちたかった」「空いている時間を活用したかった」「働くことで社会の役に立ちたかった」でした。

■大阪・関西万博ガスパビリオンでの高齢者有償ボランティア活動関係など

◎2月25日付けで高齢者の就労的活動と血圧変動の関係に関して、大阪大学大学院医学系研究科、大阪ガスネットワーク(株)エネルギー・文化研究所、計測デバイスを開発した(株)arbletと共同研究契約書を締結しました。この共同研究については大阪大学のホームページでも紹介されています。

<https://www.med.osaka-u.ac.jp/pub/geriat/www/jmeder.html>

高齢者の就労的活動が血圧変動性に及ぼす影響の検討	
対象	大阪・関西万博の「日本ガス協会ガスパビリオン」で期間中の会場内での就労的活動（有償ボランティア）を行う高齢者
旅行場所	大阪・関西万博「日本ガス協会ガスパビリオン」
目的	高齢者の就労や有償ボランティア活動など社会参加の促進が求められますが、高齢者は労働災害のハイリスクであり、労災に関連する内因性リスク因子の探索が重要です。血圧変動は転倒のリスク因子ですが、本研究では高齢者の就労的活動中の血圧変動に影響を及ぼす因子を解明することを目的とします。
期間	～2026年3月
内容	対象高齢者は3グループに分かれガスパビリオンでの午前・午後4時間ずつ1～4日おきにウェアラブルデバイス装着下で就労的活動（有償ボランティア）を行い、データ解析により活動中の拍動毎血圧を算出します。計70日間の活動は前半、後半に分け、午前・午後の活動を後半にクロスオーバーします。血圧変動と関連する因子として参加者のアンケートから取得した臨床情報、活動時間（午前、午後）、活動開始からの期間を想定し解析します。本研究はウェアラブルデバイスを用いた血圧測定システムを開発する(株)arblet、高齢者の就労的活動を支援するNPO法人「健康・生きがい就労ラボ」、大阪ガスネットワーク(株)「エネルギー・文化研究所（CEL）」の共同研究として行います。
匿名化の有無	匿名化を行う（院内の個人情報取扱規程に準ずる）
研究責任機関	大阪大学大学院医学系研究科 老年・総合内科学

◎2月7日宝塚市ファミリーサポートセンター（以降、ファミサポと略）等で活動する方々の座談会に参画しました。NPO ラボが深くかかわっているたからづか縁卓まちづくりネットが主催するイベントで、子育て・介護支援活動をされているシニア7名がまちのつどい場“ここおる”に集まり、それぞれの経験談や地域での子育てすることの意義について語り合いました。

子育てにおける世代間交流や他者による関与の重要性、個別支援と集団活動のバランス、家族の理解と協力の必要性などが取り上げられ、また、現代の子育て環境の変化や、支援する側の心構えについても意見が交わされました。（次項コラムにて詳細紹介）

◎2月10日大阪ガスが主催する高齢社会をテーマにした講演セミナーに登壇しました。

大阪ガス御堂筋東ビル3Fホールで行われた環境・地域共創部主催の「高齢者と共に拓く、持続可能な地域共生社会」で、東京都健康長寿医療センター研究所藤原佳典副所長と2人で各1時間の講演を行いました。

参加者は、大阪・兵庫・滋賀・奈良県内の自治体職員や福祉事業者が7割、大阪ガス関係者、UR都市機構、商社等が3割という構成で、会場とオンラインを含め115名が参加されました。

大阪市の理事から KIS 事業の取組を検討したい。商社の関西支社副支社長から佐賀県でも KIS 事業はやれるか？などの反響がありました。



発言ピックアップ(活動を始めた動機、今の子育てに対する考え方など)

宝塚市ファミリーサポートセンター等で活動する
シニアの子育て・介護支援者座談会(2月7日)

・Iさん: 遠方に住んでいる自分の親を見てあげることは距離的にできないが、今の時代は実家の親はそちらの地域のケアマネさんたちにお願ひできるので、自分は自分の生活基盤のところでは支援活動をさせてもらおうという思いでやっています。

・Kさん: 生まれたばかりの子供がいた40年前、親は広島、主人は出張でいない状況で40度近い熱で動けず困っていた時に、たまたま訪ねて来てくれた近所の人チームを作ってくれて、3日ぐらい子どもの預かり・病院への付き添い・家の掃除・洗濯を分担してやってくれました。その中のリーダー格の人が「お金とか物を持ってお礼に来るなよ、これは順番の“恩送り”なのだから、できるようにならたらまた近所の人を助けなさい」と言われ、それが心にすごく響いて続けています。

・Yさん: 4人の子どもを育てて一番下が小学校3年生になったので、これはいい機会だと思って参加しました。小さい子を預かると子ども達が大喜びして、一番下の娘が今度いつ来るの? みたいにお姉ちゃんぶっちゃって…。活動する環境も良かったのでたくさんお仕事させてもらって、これはいいと思いました。子育てって重労働なんですよ。わからないことだらけだから、大先輩がいてどれだけ助かったことか。今はこんな歳になって余裕だから、どんな悪い子を見ても“ええ子やな”って言える。これって歳を取った特典だと思ってます。よくお母さん達はうちの子はこんなんでって欠点言うけど、いい子やないのって言えるなんてもう貴禄? それも経験を積んできた恩恵だと思います。今この歳になってすごくいいことをさせてもらってます。

・Mさん: 私自身は子供が1人で転勤族だったので、すぐくつまずいて、つらい子育てを経験しました。でも山口県に居た時に、いろんな人いろいろな形で地域での子育てに関わりました。みんなだよその子を育てれば、自分の子どもどっかで誰かが育ててくれるみたいに、みんなだよその子を育てようっていう雰囲気がありました。よその子はすごくかわいいのに自分の子は許せないと思ってしまったりします。その時にこの子かわいいじゃない! って言える人の関わりづくり…。いろんな人たちが1人の子に関わるのは本当に大事だなと思い、ファミサポに参加しました。

・Bさん: うちの子は外面はいいようだけど内弁慶だというママはたくさんいるけど、外でいいんだったらいいじゃないって思う。私たちは、ママの前では出ない子どもの姿を知ってるわけで、外でちゃんと挨拶するよってママに細部を伝えるのが役目だなと思います。

・Fさん: 地域のことを知るので大変ですよ。引っ越ししてすぐに、安心して預ける場所がここにあるんだっていうことを知らずに子育てしてる時はしんどい。皆さんは転勤が多く地域との繋がりがやっぱり重要だなと感じられて、助けてもらった経験から活動されているのですね。今は将来に対する経済的不安が大きい時代で、産めよ育てよに+“働けよ”がどうしてもあるかなと思います。それに、わが子だけど“子どもを看るのが嫌い。だから仕事に行く、仕事の方がいい”というママも少なからずいる…。外注でもうまく育つんだったらそれでいいかなと思います。よその人に任せられた方がよいこともあると思ってます。

3月の予定

6日 万博ガスパビリオン金澤館長との打合せ

18日 池田市政策企画課、地域支援課等へ KIS 事業説明(池田市役所)

24日 岸和田市地域支援課等へ KIS 事業説明(岸和田市役所)

30日 NPO 健康・生きがい就労ラボ年度末理事会

など

啓発・研修事業分野

(担当：山口・山本・大林)

【フレミラ宝塚】

《次年度講座向け説明会 2/6 AM・PM》

4月から開講の Android 初心者コース（はじめてのスマホコース）の受講希望者への説明会を行いました。講座の日程と内容、これまでの受講者の感想、チューター制度、注意事項などをスライドで説明し、納得した上で申し込んでいただくことになっています。

参加者全員が受講を希望されたので、最後に、班分けのために全員の機種と Android バージョンをチェックして終わりました。（定員 20 名にジャストの人数で、全員のご希望にそえました）

1年間の長丁場ですが、楽しく学べて喜んでいただける講座になるよう、担当者が協力して知恵を絞って行きたいと思えます。

《相談コース 2/27(1回目)》

全5回のフレミラ相談コースの第1回を2月27日に開催しました。

今回の相談コースは、講義よりも相談をメインとする初めての試みのコースです。

受講者数10人に対して、チューター6人なので、2対1もしくは1対1の贅沢な体制で進めることになりました。まず、相談コースの進め方と注意事項について説明したのち、20分程度のミニ講義を行い、その後、2人もしくは1人のグループに分かれて、各グループごとに受講者からの質問にチューターが答えていきます。1時間以上の質問を受ける時間があるため、質問が途切れるとチューターは受講者から質問を引き出す必要があり、チューターにとっては、いつもより難しい対応を迫られます。

経験豊富なチューター各位の頑張りで、概ね受講生の満足度は高く、初回としてはまずまずの講座となりました。とは言え、受講生の中にはポツンとしている場面も見られており、どうすれば、さらに満足度の高いものとなるかを、模索していきます。

【川西緑台地区・初心者向けスマホ講座】

《2/5 2/12 2/19 講師：山口・山本》

昨年10月に実施した初心者向け講座が好評だったそうで、2回目の講座依頼を受けました。

前回の抽選にもれた26名が参加の3回コースです。基

本設定・操作・カメラ写真関連・LINEの講座を、前回とほぼ同じ内容で行いました。

前回より人数が多く年齢層も高かった（90代2名、80代多数）ので、チューターの人数を増やして対応しましたが、講座内容をどこまで理解していただけたか、やや不安が残ります。

3回の講座に必要な最小限な内容を詰め込み、チューターも1人が3～4名対応では、どうしても駆け足になり、じっくりと丁寧な対応ができません。

（個人的には、LINEだけでも2～3回の講座が必要かと思えます）

「来て良かった」と喜んで帰られる受講者の方々にも、配布テキストを見て自宅で何度も復習していただくことをお願いしました。また高齢者が多い地区での、困った時の駆け込み場の必要性も強く感じます。

【摂津市・サポーター養成講座】

《2/13 2/20 2/27 講師：大林》

今期最後の全3回のサポーター養成講座を摂津市で開催しました。

定員20名のところ、1回目の受講者数は15名とまずまずの人数でしたが、2回目は13人、3回目は9人と、回を重ねるごとに受講者数が減っていきました。

サポーター養成講座なのに、当初の受講者のうち半数近くが初心者であったので、講座の進度についていけないと判断された初心者が、受講を諦めて減っていったものと思われます。受講生のうち、4人が昨年のサポーター養成講座の受講しており、その4人は、ラボのチューターレベルかそれ以上のスキルを有しています。

そのため、受講生のスキルレベルの差が大きく、講座の進め方に苦慮しました。ですが、今回のチューターは百戦錬磨の方ばかりなので、なんとか切り抜けることができました。

初回の内容として基本設定・基本操作・音声検索を、2回目の内容としてカメラ・Googleレンズ・MAPを、3回目の内容として、LINEを取り上げ、初心者シニアに対応する際の注意点到触れながら、講座を進めました。

スキルチェックのアンケートでは、最終日に受講された9人中、5人が50点満点、4人が46点以下と、受講生のレベルは想定どおり2極化してしまいました。

レベルの高い受講生の方々は、すでにサポーターとして活躍されているとのことでしたが、そこに続く方が今回の受講生の中から出てくることを期待しています。

2025年3月のスマホ講座予定

講座名	場所	開催日	時間	内容
短期講座(スマホ相談コース5回)	フレミラ宝塚	3月6日	10:00-11:30	LINEに関する相談
		3月13日	10:00-11:30	カメラ機能、QRコードに関する相談
		3月20日	10:00-11:30	便利アプリに関する相談
		3月27日	10:00-11:30	スマホ全般に関する相談

ここおる通信

つながりカフェ in ここおる

宝塚市市民協働課による「つながりカフェ」がここおるで行われました。

おかたい雰囲気での会議ではなく、テーマもなし、何か決めるわけでもなし、ただ集まって話すだけの会です。この日ははじめての開催で、宝塚市から、つながりカフェの初回会場としてここおるを選んでいただきました。

自己紹介でいろんな方がつながり、関学生や現役世代など、いつもはなかなか繋がらないプレイヤーが集い、楽しい対話の時間になりました。関学生がこれをきっかけにここおるを使いたいと言ってくれたり、とてもいいつながりができました。つながりカフェは3月まで試験的に月1回、さまざまな箇所で開催されます。



どこにおる？ここにおる！

ここおる通信

Vol.32

2025年3月 ここおるイベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
		スマホサロン 10:30-11:30			*はな*MARI ハンドメイド カフェ 10:30-14:00	
9	10	11	12	13	14	15
		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			論語カフェ 15:00-16:00
16	17	18	19	20	21	22
					爪レスキュー 10:30-12:00 論語カフェ 14:00-15:00	
23	24	25	26	27	28	29
		街角 美容サロン 10:30-13:00	ちびっこ ここおる 12:30-15:00		*はな*MARI ハンドメイド カフェ 10:30-14:00	
30	31					

～3月のここおるイベント～

- 3/4(火) 10:30-11:30 スマホサロン** 予約可

ここおるスタッフがスマホのお悩み相談に乗ります！
●定員：4名
●参加費：500円(お飲み物・お茶菓子付)
●予約可：ここおるインスタDMにて

3/7・28(金) 10:30-14:00 *はな*MARI ハンドメイドカフェ

ハンドメイド好きさん！おしゃべりしながら各々の作業しませんか？
ポーセラーツ体験（マグカップ¥1,500）も可能です。
●参加費：300円（お飲み物・お菓子付き）
●好きな時間にお越しください。

3/11(火) 13:00-15:00 ニットサロン

編み物好き集まれ～！
編み棒や毛糸などをご持参ください。
●参加費：500円(お飲み物・お菓子付)
●定員：4名
●当日参加も可能。ふらっとお越しください

3/12(水) 10:30-14:00 洋服お直し・リメイク相談会

大手アパレルでの長年の経験者が相談に応じます。
対象となる古いお洋服、お着物等をお持ちください。
●参加費：無料（お直し等は有料になります）

3/15(土) 15:00-16:00 論語カフェ 予約可
3/21(金) 14:00-15:00

人生のバイブルともなる「論語」の素読会です。
文法などの難しい話はありません。
●参加費：300円（飲み物 お菓子付き）
●予約優先
●終了後は自由参加の懇親会があります。

3/21(金) 10:30-12:00 足爪健康チェック 爪レスキュー 予約可

巻き爪、肥厚爪などにお困りの方！ 爪があたって痛いなど…ご家族の足の悩みも是非ご相談下さい！
健康な足の爪を目指しましょう！
●お飲み物・お菓子付き
●参加費：相談のみは無料（施術については内容に応じ500円～）
●予約可：ここおるインスタDMにて

3/25(火) 10:30-13:00 街角美容サロン 予約可

笑顔を生み出すハンド・フットセラピーと癒しのフェイシャルケア。美容を通して介護予防！
気持ちを軽くしませんか？
介護予防ですが、どなた様も受けて頂けます。
●相談のみは無料（施術についてはメニューにより500円～）
●予約可：こちらのQRコードから→

3/26(水) 12:30-15:00 ちびっこここおる

ママたちのリクエストにお応えし、みんなでお昼ごはんを作って食べようと思います。
メニューは、サンドウィッチ&スープ。
●申込不要、時間内のいつでも参加OK！
●対象：未就学児
●材料費：100円（こども） 200円（大人）

グレー表示の日（ ）は休館日です。

はたらくきっかけづくり プロジェクト（担当：井川）

◎2月20日、27日の両日、茶話会を開催

大阪市南部地区で、この1年間お話を伺ってきた方々に集まっていただき、茶話会を開きました。

20日は7名（平均72歳）、27日は5名（平均68.5歳）が参加してくださいました。茶話会の前に、就職斡旋をしている方から履歴書や職務経歴書の書き方などのヒントを少しお話しいただきました。

参加者の方からは、ビデオ面談など昨今の面談やエントリーの仕方などが知りたいと言うご意見もあり、zoomを使った面接や、フェイスライン面接の際のポイントなどをお話しさせていただきました。

参加者からは、『今時の慣れないビデオ面接や、エージェントによって違う複雑なエントリーシート入力が大変な壁となっている』という声をたくさんいただきました。それには、先方から送られてきたURLをクリックするだけで、こちらからホストとなるような難しい操作はないので安心するようお伝えしました。

また、うまく面接を通り、就労できたとしても、就労先ではデジタルスキルが低いことで、辛い目にあったという経験を話す方もいらっしゃいました。

この方は、コールセンターでオペレーターとして長年の経験を積み、話術が優れていることで高い評価を得ていたそうです。しかし、パソコンスキルの苦手意識が強いため、研修について行くことができず、『できない人』のレッテルをはられて、辞めざるを得ない状況に陥ってしまったとのことでした。以来自信を喪失して、その後、大好きなコールセンターのオペレーターを辞し、就労する気力も意思もなくなったということでした。

この方のように、シニア女性にとっては、ITの壁を乗り越えることが、はたらくきっかけであることを痛感。また、その壁を寄り添いながら並走してくれるサポート施設や組織がなく、そういう相談をするところも見当たらない。自分で習得するためには、どうすればいいのかわからないというご意見も多数。さらに、そういう職場体験がトラウマとなり、一歩前に進めない理由のひとつであるようです。それで、情報提供として、就労支援はひと昔のようにシルバー人材センターさん、ハローワークさんだけでなく、当ラボが推進しているトライアル就労制度、シニアに心強いサポートしてくれるOSAKAしごとフィールドさんなどを紹介。OSAKAしごとフィールドさんには、無償でスキルアップできる制度や仕組みがある。しかし、一人で行くには敷居が高いという方もいらっしゃったりして、少し頑なになっておられると言う印象でした。

その後、希望者だけ残って、スマホでindeedさんのエントリーシートに実際に入力してみました。5分ほどで終了したため、『これなら自分でできる』と自信を持っていただきました。



『実際に、エントリーシートに入力してみて、思ったほど難しくなかった。めちゃくちゃ実践的なコーチングで助かりました。こんなこと誰も教えてくれないよね。すぐに求人サイトから希望に近い仕事情報が届くことに感動した』（68歳。元保育士）

受講後の感想をお伺いしたところ、

『今まで、こんな情報交換の機会がなく、自分だけ取り残されていると思い、就労に関して積極的になれなかった』『スマホやパソコンが苦手だったけど、就労するには必要なんですね。スマホが就労でこんなに使われるようになるのなら、勉強しないとイケないですね』

『80歳ぐらいまでゆるやかに働けるトライアル就労に興味を持ちました』

『70歳を過ぎたから、就労先はないと思っていました。万博でシニアの人が有償ボランティアするのに参加したかった。そのためなら、苦手なスマホも一生懸命がんばったかも。80過ぎても働きたい』

『働くことが健康になるなんて素晴らしい、お金払ってそのへんのジムに行くよりいいね。そういえば働いている人は、みんな若いよね』

『OSAKAしごとフィールドさんに連れて行って欲しいです。みんなでツアーして欲しい』

『就職先の情報をみんなどうやって探しているのか、よくわかった』

『手頃なお値段で、スマホやパソコンの基礎からやさしく教えてくれるところがあればいいのだけど』

『定年の延長や、シニアの就労が増えていることを、追い風にしよう一度頑張ってみようと思う』

『これからも、このようなシニアの就労の実際の話が聞きたい』

などの感想をいただきました。