



ウェルくん

令和4年度

## ボランティア講座 参加者募集!

ボランティアが抱える問題について解決のきっかけをつかみ、楽しく活動をしていくために役立つ知識が学べます。参加希望のテーマを選んで、事前にお申込みください。一人でも仲間同士でもお気軽にご参加ください。

- 参加費** 無料
- 対象者** 主に市内でボランティア活動をしている方
- 参加方法** 電話でお申し込みください。(先着順)電話076-231-3725
- 定員** 各20名
- 場所** 金沢市松ヶ枝福祉館(金沢市高岡町7-25)  
テーマAは4F集会室、テーマB・Cは1F生きがい活動室

## 今号のボランティアグループ紹介

### フレンドカフェ

- 活動の内容について教えてください。  
誰でも立ち寄れる地域の居場所として「フレンドカフェ」を開催しています。参加者は、お茶を飲んだり、お菓子を食べながら、リラックスした雰囲気の中、交流をしています。また、定期的にイベントも開催しており、外部からゲストを招いて、講話を聞いたり、マジックショーを見ながら皆で楽しんでいます。このような居場所があることで、地域内で住民間のつながりを深めることができ、高齢者の孤立防止や介護予防にもつながっていると感じています。
- ボランティア活動をしてやりがいを感じる時はどんな時ですか。  
カフェでは、月に1回、誕生日会を開催しており、誕生月の方々をお祝いしています。当日は、飾り付けをし、ハッピーバースディを皆さんで歌い、ケーキを食べ、記念撮影をしてプレゼントします。その際に、ある参加者の方から「こんなんで祝ってもらったの生まれてはじめてや」と言われた一言が印象に残っており、やっていて良かったなと思いました。カフェの運営は苦勞も多いですが、参加者の方に楽しんでもらうことで、やりがいや楽しさを感じ、自分たちの生きがいになっています。
- 最後にメッセージをお願いします。  
ご近所の方が差し入れをしてくださったり、運営ボランティアとして協力してくださったりして、とても嬉しく思います。これまで続けてこれたのは、まわりの方々の応援があったからこそです。毎回、皆の楽しそうな姿を見られて良かったと感じます。その度に、自分たちが元気なうちは、1回でも多く開催したい気持ちになります。これからも背伸びせずに自分たちらしく続けていきたいです。



**フレンドカフェ 開催情報**  
日時 毎週火曜日 13:00~16:00  
場所 廣岡酒店(金沢市天神町2-3-1)  
参加費 1回200円(飲物・軽食付)  
※詳細はお問合せください。

**【連絡先】担当者:廣岡 政枝(ひろおか まさえ)**  
電話:090-2370-4353  
メール:hirooka.2932@gmail.com

### みどり健康教室

- 活動の内容について教えてください。  
「高齢になっても健康で、寝たきりを防ぎ、心身共に健康で生きがいのある生活を送るための健康づくり教室」をモットーに開催しています。体操、ダンス、ヨガ等の教室や、「走ってはいけないミニミニ運動会」など参加者の方に楽しんでもらえるような企画も行っています。また、公民館で行う文化祭を始めとする地域行事へも積極的に参加協力しており、地域の活性化や、住民間のつながりを意識した活動を心がけています。
- ボランティア活動をしてやりがいを感じる時はどんな時ですか。  
参加者の多くは運動習慣が身につく、姿勢が若々しく変わっていくのを見ると嬉しく思います。「来ていて楽しい」、「身近に参加できる教室があって嬉しい絶対やめないでね」、「これからもずっと続けてね」と言われるときやりがいを感じます。ここ3年、コロナ禍では特にスタッフ、参加者共に「この教室があって良かった。なかったらどうなっていたか」との声を聞きます。この教室を続けてきたことが介護予防にもなっていたと思います。
- 最後にメッセージをお願いします。  
現在、健康づくり教室への参加者を募集中です。お住まいの地域に関係なく、健康に関心のある方であればどなたでも参加できますので、ご興味のある方は下記までご連絡ください。歴代代表は看護師やホームヘルパーの有資格者で、スタッフも「金沢・健康を守る市民の会運動普及推進員」を受講するなど安全面も配慮しています。介護予防に、貯筋運動に、何時までも自分の足でしっかり歩けるように私達と一緒に頑張りましょう。



**みどり健康教室 開催情報**  
日時 月1回月曜日 9:50~11:30  
場所 安原体育館(金沢市福増町22-1)  
参加費 1回300円  
※詳細はお問合せください。

**【連絡先】担当者:三保 優子(さんぼ ゆうこ)**  
電話:090-8268-9338  
メール:sankenzyuutaku@polka.ocn.ne.jp

このコーナーでは、金沢市内で活動しているボランティアグループを紹介し、今回のボランティアグループに興味のある方は、連絡先までお問い合わせください。また、金沢ボランティアセンターでは、「ボランティア活動がしたい」、「ボランティア情報が欲しい」などの相談に応じています。お気軽にご相談ください。

### A マスク着用でも伝わる! ボランティアのための傾聴

**【日時】** 令和5年1月11日(水)  
14時00分から15時30分  
**【講師】** 公益社団法人金沢こころの電話  
事務局長 得永 篤子氏

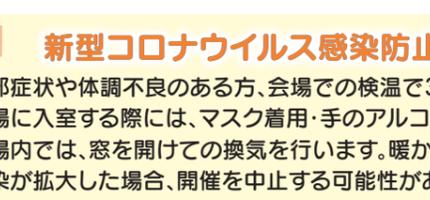
**内容** 傾聴とは、相手の話しに真摯に耳と心を傾けて、相手の想いをくみ取るコミュニケーション方法です。この講座では、傾聴の基礎知識や練習方法、マスク着用でも伝わりやすいコミュニケーションのコツを学べます。傾聴を初めて学ぶ方も、傾聴の知識を復習したい方も、ぜひご参加ください。



### B やさしく学べる! ボランティアグループの会則の作り方

**【日時】** 令和5年2月2日(木)  
14時00分から15時30分  
**【講師】** 石川県行政書士会  
勝尾 太一氏

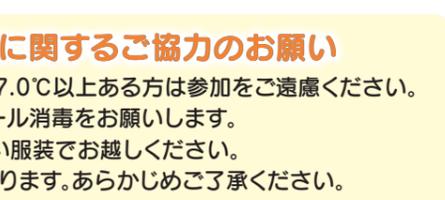
**内容** 会則とは、ボランティアグループの活動目的や組織構成を文書にしたものです。会則を作ることで、役員の交代がスムーズになったり、新規会員への説明にも活用できます。会則の作り方をやさしく学び、持続可能なボランティアグループ作りに役立ちます。



### C ボランティア活動の資金調達を学ぼう

**【日時】** 令和5年2月15日(水)  
14時00分から15時30分  
**【講師】** 金沢市民活動サポートセンター  
所長 谷内 博史氏

**内容** ボランティアグループとして活動を継続していくには、交通費・材料費・会場費などの経費が必要となります。活動資金(会費・事業収益・寄付金など)の基礎知識から、活動資金の集め方や管理方法、助成金制度の探し方や申請する場合のポイントをわかりやすく学べます。



### 新型コロナウイルス感染防止に関するご協力をお願い

- ・風邪症状や体調不良のある方、会場での検温で37.0℃以上ある方は参加をご遠慮ください。
- ・会場に入室する際には、マスク着用・手のアルコール消毒をお願いします。
- ・会場内では、窓を開けての換気を行います。暖かい服装でお越しください。
- ・感染が拡大した場合、開催を中止する可能性があります。あらかじめご了承ください。

**申し込み・問い合わせ先**  
社会福祉法人金沢市社会福祉協議会 / 金沢ボランティアセンター (平日 午前9時~午後5時45分 ※土日祝除く)  
電話 076-231-3725 FAX 076-231-3721

### 今号の内容

- 令和4年度ボランティア講座参加者募集 …… 1 ページ
- ボランティアグループ紹介 …… 4 ページ
- 金沢福祉用具情報プラザのご紹介 …… 2,3 ページ

# “介護ロボット”ってどんなもの!?

## 介護ロボットってなんだろう?

「ロボット」と聞くと、SF映画に登場する人型ロボットを想像するかもしれませんが、厚生労働省では、「**情報を感知」「判断し」「動作する**」という3つの要素を備える知能をもった機械システムを「ロボット」と呼んでいます。  
そして、介護分野で使用されるロボット技術を利用した福祉用具を「**介護ロボット**」としています

## 介護ロボットを使用する目的は?

- ①介護が必要な方の自立をサポート
- ②介護者の身体的、精神的負担の軽減
- ③今後の介護人材不足解消 などです!

## どんな介護ロボットがあるの?

厚生労働省と経済産業省ではロボット技術を介護分野で利用する「**重点分野**」を6分野13項目と決めて、その開発導入を支援しています。下記を参照ください。

 <p><b>移乗支援</b> ロボット技術を用いて、介助者による抱え上げ動作のパワーアシストを行う非装着型の機器</p>	 <p><b>移動支援</b> 高齢者等の外出をサポートし、荷物等を安全に運搬できるロボット技術を用いた歩行支援機器</p>
 <p><b>排泄支援</b> 排泄物の処理にロボット技術を用いた設置位置調整可能な排泄支援機器</p>	 <p><b>見守り・コミュニケーション支援</b> 在宅介護において使用する、転倒検知センサーや外部通信機器を備えたロボット技術を用いた機器のプラットフォーム</p>
 <p><b>入浴支援</b> ロボット技術を用いて浴槽に出入りする際の一連の動作を支援する機器</p>	 <p><b>介護業務支援</b> ロボット技術を用いて、見守り、移動支援、排泄支援をはじめとする介護業務に伴う情報を収集・蓄積し、それを基に、高齢者等の必要な支援に活用することを可能とする機器</p>

出典：厚生労働省、介護ロボットの開発・普及の促進、「2. ロボット技術の介護利用における重点分野」より一部抜粋

詳しくは...  
**厚生労働省 介護ロボット**

## 見て・ふれて・体験できます

金沢福祉用具情報プラザでは、下記の介護ロボットを展示しています。(販売・レンタルは行っておりません。購入できる事業所をご紹介します。)

また、購入やレンタルをご検討中の方を対象に、展示品の試用貸出(1週間以内)を無料で行っています。専門スタッフ(作業療法士等)が相談に応じていますので、ぜひご来館ください。



**移乗支援**



**移動支援**



**見守り・コミュニケーション**



**排泄支援**

プラザに展示のある介護ロボットの動画リスト→ 

\*一部貸し出しができないものもあります

## ～介護ロボットに関する相談窓口はこちら～

- ・金沢福祉用具情報プラザ TEL:076-234-9900
- ・石川県リハビリテーションセンター TEL:076-266-2860  
バリアフリー推進工房
- ・富山県介護・実習普及センター TEL:076-432-6305  
(介護ロボットの開発・実証・普及のプラットフォーム 相談窓口)



## 予告 新規に展示される福祉用具を一挙大公開!



### 福祉用具コレクション2023

**入場無料**



**2023年 1月4日(水) ▶ 30日(月) 10:00~19:00 火曜休み**

会場：金沢福祉用具情報プラザ(金沢市本町1-10-1 ルキーナ金沢1.2F)

詳しくはプラザホームページからどうぞ!(12月下旬公開予定)





※新型コロナ感染症の影響により、開催中止あるいは延期となる場合があります。日程の変更がある際は、当プラザホームページにてお知らせします。

※写真は昨年の様子