

介護予防に携わって感じること

【困難・苦勞】

苦勞はしたくない。

会員が集まらない。活動項目の計画と立案

知らない方へのお声がけがちょっと難しい。

人見知りの強い自分がほかの人たちとうまく溶け込めるのか不安だった。

今年初めてなり、補助しかできなかったので困難や苦勞は感じなかった。

先日、車での会場の行き方がわからず困りました。

座談は苦。問題などの時、皆さん手を出してくださらないから一人ですることになる。

人前で話すことが苦手。 人集めが大変？

座談が苦手です。がんばりますけどね。

雨降りが続くと、散歩が出来ない。

カラオケ体操の画面が小さく、後方の人は見えない。

グループ活動では、新しく入会した人が、続かないのは、何故かということ。

このままのメンバーで年をとっていったら、先細りで消えてしまう。

社協、保健センター、市役所を利用した行動。

家族の話、病気の話をした時、その答えは出ないけど、ただ、そうだね、ウンウンと言って、少しでも気持ちがやわらぐ様に（心が）持って行く。

時間の調整（参加するにあたり、家事を行いながら、参加するのが大変。）

サロンに参加できる人は決まっている。本当に介護予防を必要とする人はどうしたらよいか。

意見 （新しく入会した人が続かない）

一人でやっているのだから、休みが……。休むのに心が痛い。

高齢者の老々介護が増えている（配偶者）

来週の予定をお知らせすると、ヘーと嫌なお顔をされる人がいる時がありましたが、今ではちゃんと参加される様になられています。

何だ、かんだと言っても、居場所づくりがあると、ご自分で分かっているようです。

災害時の用意が出来ていない（男性）

多過ぎても、少なくてもダメで、スタッフの方が困る。新人さんが続かない（女性）

4班 使用する物の置き場の心配 人集めが大変。季節に合わせてやる事が大事。

5班 半年間休みにして、どうしようかと思った。

6班 始まる迄が分からない。脳トレ→中央、地方の意味が分からなかった。

カラオケ体操では、会場準備が大変である。

敬老会やカラオケを水曜日以外、行っており、座机17コを移動させ、25余りのイスを用意する作業準備が高齢者で体力の低下している方、女性の方には、腰の負担、腰痛に悩む方もあり、対策は必要。

スタッフとして、会場への行き帰り、自家用車が乗れなくなったら→自転車

今まで色々体験して来ましたが、廻りの連中にいい友がいたので、乗り越えたり、協力もお互いやって来ましたので、苦労も吹き飛びました。

覚えることが無理な時があり、ちょっと苦だと思う（覚えたつもりがいつの間にか忘れていく）。

相手に嫌な思いをさせないように話したつもりでも、相手が話の受け方に互意がある。

外に出ることが困難となる。‘ジレンマ’がある。

サポーターさんになる入口までは困難。言葉と内容が目で見えることが良い。

参加者にどれだけ携われるか。人集めが大変だった。人前で話すことが苦手。

アプローチなかなか続かない。

相手の気持ちを受け入れる事など、会話を上手に持っていく事。

相手の方が相談してきたらどこまで関わっていいかわからない（活動）→目で見てわかるもの。

参加者さんにどれだけ伝えられるか。

親切の押し付けにならないよう、気持ちを押し量ることが難しい。

プライシーの問題があり、携わるにはもっと勉強が必要。‘活動の仕方’研修

声かけしても参加が難しい。本音を言ってくれない。

困っている事、人集めが大切。認知症と認めない事が多い。道具の置き場所が少ない。

ご近所、お友達等 教室に参加していただくお誘いをしてなかなか参加してもらえない事残念です。

自分の足で教室まで行けない方が多くなり、何かいい方法がないか？

特に地域で活動しているわけではないので、わかりません。

ただmこのような活動に参加して、高齢者について学んではいいが、家族（同居の高齢者）に対しては、このような対応は難しいです。

継続すること。

一人ひとりの考え方が違うので、その点が苦勞します。

参加者が限定される気がする。出てこれない人に問題が潜んでいる気がする。

おしゃべりがしたい人、手芸がしたい人、希望がバラバラなのでみんなが喜ぶ企画はなかなか難しいです。

特に手芸はこれはできる、できないが人によって違う。

家から出てきて集会場にきてもらうこと！ほんの50mほどしか離れていないのになあって心から残念に思います。歩くのが嫌、人と会うのが嫌、という人は結構多いです。

教室で使う備品の置き場所がない。（会場に置けない。無理に置かせてもらってる。）

開催の可否（天候、台風、暑さ寒さ）の判断が会の代表に一任されるので難しく、ドタキャンになることもある。病状が進行して参加が難しくなっている人への対応が難しい。

映像やネット画像の利用の技術が欲しい。

出来る範囲での活動で無理はしてない。

サポーターとして参加できる教室の時間と自分の時間が合わなくて残念です。

風雨の激しい時や暑い時に参加して下さる事。

指導者が不参加の時の会の運営。体調不良がまだ出てこないか、これから先は不安。

サポーターが高齢になった。

どこまで人を見れるか？自分がいないときは「頼む」と言っている。

60代～90代の要求・希望にどう応えられるか？

おもてなし、ではなくどれだけ主体的に関わっていただけるかいつも考える。

公園にて体操等ストレッチをもっと大勢の人々で集まって開催できないか？

中国ではストレッチの機械もあるところがあり、自然に体を動かす仕組みができるようになったそう。

いいですね！

人の名前を覚える事が苦手。物事の計画立案が苦手。しゃべりが下手。

体調崩している会員さんの安否確認の仕方。

今までの説明・指導していたことに対し、脳梗塞になった事で元通りになりたいと今まで以上にガンバロー
と思う意識が強くなった。活動が中断したこと。

自分がいないと地域活動ができないこと。

移動手段がなく、参加したいが遠いからいけないという声を聞きます。

サポーターとして3週間に1回、リーダーが回ってくるので何をやろうかと考えるのが、
また自分の楽しみでもある。

サポーターとして初めての参加の場合、活動内容がうまく映像化できない。

代表を受けて下さる人がなく、交代が出来ません。

できる人だと思いますが？

目上の方への接し方。

どこまでつっこんで話していいか。会や講座等勧めたとき、行きたいけど足がないからと
言われてしまうと勧められない。

食べ物の制限があるようになって、食物を選んで献立を立てて作る難しさ

年数が浅く経験不足

なかなか人と会わない人の勧誘

海外の人の対応。相談されてもかなえられない事。

サポーターとして皆様とお話をさせていただく時、相手の方がどんな地位、役職経験をお持ちなのか
分からないので、話の進み具合が難しかったです。

年末は忙しいですからアンケートは早めに請求してください。

私たちが忘れないように早めに。

集まりに声掛けして参加して下さる方は良いのですが、性格上人との関わりを好まない方にどう対処したら良いのか？

私自身の生活が忙しくなってサポーターとして協力するのが大変で、民生委員としての活動がおろそかになってしまっている。一度お休みしたい。

今年度は脳ちから塾の座談担当をしなくていいのですが、もし次年度以降担当となると引き出しが少なくて困ると思います。

教室の使用量が年間約6万円必要です。

令和6年 関哉さんのおかげで市の補助金が96,000円いただけることとなり、講師の方をお呼びする事が出来ました。が、もう少し楽に運営できるように考えたいと思っています。

困難、苦労なんてありません。毎回楽しく過ごしています。

あるとすれば自分の老化です。

病気をされ通う足がなくなり参加しても出来ない人とか今まで元気でやる気満々だった人が入院され歩くこともおぼつかなくなり、リハビリ頑張っているけど同時に気力まで失くされた方を見ると何とかしてあげたくてもどうしようもなく、力不足を感じます。

現代ならではの難しさ、著作権、知的所有権、個人情報など。

自分自身が人見知り（慣れると普通に付き合えますが）で、硬いこと。

仕事などがあり、現在はあまり参加することができない。

よかれと思ってやった事が相手にとって逆の考えでとらえられると困惑する。

急に怒りだされることにならないように相手の気持ちに寄り添う。

老老介護の苦労（核家族） 支え合う大切さは実感していますが、二人ともが支えてもらう側になった時の事が…。

言葉遣いに気を付けています。（一人ひとり違うので）

丁寧すぎず、友達感覚ではなく、笑顔で接し優しい気持ちになれるように温かい言葉を書けるように努力しているつもりです。（難しいですね）

たまたまコロナ禍と重なり、仕切り用のパネルを置いたりするのが面倒であった。

口下手で少し引っ込み思案な私なので少しストレス。

今年度の中央の教室は参加者さんが少なく残念でした。夏がとても暑く長かったのも大変で、日によって学習の部屋が変わっていたのも困りました。

高齢者で一人暮らしの方が多いのか、ついお話が長引いてしまい、2グループある場合なかなかストップできない事。家からご自分の道具を持ち込みそれを使っている方にどう注意したらいいものか？

今年のような異常気象時の対応

高齢者の事故防止の対応

集まる人がいつも同じようになる。

場所（公民館など）が同じなので、来られない人がいる。場所を変えても同じと思います。

皆さん協力的で特にありませんが、男性の方の参加がとても少ないです。

なるべく公平にお話をさせていただけるようにしているつもりですが、なかなかお声を聞こえない方がいるようで公平とは難しいと思います。

体を動かすということがあまりできていないように思います。

実際には何が苦労か実感していない。

集まりに参加される方の求めるものが違ったり、身体的に不自由（視力が弱い、耳が遠い、足腰が悪い等）だったりで全員に楽しんでもらえない時がある。聞こえなかった、見えなかったなどが後でわかるとガックリくる。（ポーカーフエースの高齢者が多い）

年とともに来訪者の方々の氏名が覚えにくくなり非常に困りました。

参加者が年々高齢化して少なくなり、新規の参加者の募集に苦労します。

“家にこもらずコーヒーでも飲んでおしゃべりしましょう”を目的に週に1回集まっておしゃべりしていますが、こちらから声かけしないと全く発声しない人もおられます。本人さんは黙って人の話を聞いておられるのか、誰も声をかけてくれないと思っておられるのか……無理におしゃべりに誘わない方がよいのか迷います。

元気なうちはいいですが遠い所へは車では出かけられない。

アドバイスを伝えても「ま！！年のせいだから」とあきらめている方への対応

サポーターが抜けた後、自分たちで無理なく続けていける体制が作れると良いですね。

一人暮らしの人に月に一度お弁当を作り届けています。今度、市民館を建て直すことになり、調理室も新しくなり広くなると期待していましたが、今よりも調理台も減り全体に狭くなるとのこと。

何か私達の気持ちも折れ、行政の考える事がややわかりません。御津のカラオケ体操も

大勢の方が楽しみに来てくださっているのに、何とかもう少し見易くできないものかなーと思います。

あまりにも雨が強い場合は中止になるが、それ以外はバイク、自転車、車、歩くと、来た時はホツとし、ちゃんと帰ったかなーと心配になる。
