

素敵な介護予防サポーター（町田第1高齢者支援センター）

今回は町田第1高齢者支援センター区域で活躍されている介護予防サポーターさんにお話を聞きました。（黒澤さんは、第29号（2024年1月）にも聞きました。）

♥ 何故、介護予防サポーターに？

▢ 楽しかったこと、困っていることは？

🍎 今、どんな活動を？

🌻 今、望むことは？



♥ 名越 啓子（なごし ひろこ）さん

（講座修了：2022年5月）

♥ 介護予防サポーターの尊敬する先輩から勉強になりますよと紹介されて受講しました。

▢ 楽しいのは、たくさんの友達と仲良くなれたことです。20年前に町田に来るまでは、ボランティアをする友人に会えませんでした。今、困っているのは、消息がつかめない方の状況を確認していますが、施設に入所されていたりして関係機関から情報をいただけないことです。

🍎 町トレ、測定会、オレンジカフェに参加しています。オレンジカフェではお菓子作りをしています。

🌻 町トレのメンバーにも声をかけたところ、2名が新たにサポーターとして参加してくれました。今後も地域の皆様に社会参加を積極的に促していきたいです。

♥ 黒澤 和子（くろさわ かずこ）さん

（講座修了：2022年6月）

♥ 40年以上続けていた仕事を辞めたので、社会的な繋がりのあるボランティア活動をしたいと思って介護予防サポーターになりました。

▢ 町トレ「梅花」を本町田集会所で週1回できるようになったこと。他にもいろいろなグループの方々や活動を知ることができたこと。

🍎 町トレ「梅花」では、口トレ、手話などもやっています。測定会やスマホサポーターにも参加しています。

🌻 町トレでは、年齢、男女を問わず地域の方々との交流を続けていきたいです。DVDの改訂版も作ってほしいです。



町トレでの一コマです