

事業実績書

事業名	くるら de 喰い亭
場所	沼津市戸田地域活性化センター「くるら戸田」1階
期間	平成29年 7月 3日 ~ 平成30年 2月28日
日程	実施項目・作業項目
事業内容	<p>(対象者)「居場所くるら戸田」を利用している高齢者及びボランティア (場所) 戸田地域活性化センター「くるら戸田」1階 (日時) 月1回(毎月第2水曜日) (内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 食堂運営: 高齢者とボランティアの混合チームを3グループ結成。毎月1つのグループが調理を担当し、3か月で一巡するシステム。ボランティアの個人の特性で役割を決め、各自が責任をもって準備にあたる。開店1週間前にメニュー作成し、開店前日に買い出し・下ごしらえをして準備する。 <p>当日 ↓ 9:00 調理、盛り付け 11:30 食堂開店、配膳、集金・集計 ↓ 14:00 終了</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 手芸品(紙バンドによるかご作り等)の作成及び販売 ・ 観光ボランティアによる観光案内 ・ ホームページによる情報発信 <p>・ 年間行事や研修会等への参加については別紙「平成29年度事業実績報告書」を参照</p>
事業効果	<ul style="list-style-type: none"> ・ ボランティアを3グループに分け、各グループに高齢者を3~4人ずつ配置しローテーションした。毎回高齢者が厨房に3~4人ずつ入り味付けや盛り付けを行った。ボランティアのペースではなく高齢者のペースで「せかせない、ゆっくり」をモットーに高齢者自身で考え楽しみながら実施できた。(高齢者) 今まで厨房に入った事がない高齢者も「あの人ができたのだから私もやってみよう」と名乗りで自分のできる範囲の事を自分で考えてやる(適材適所)雰囲気が出てきた。軽い認知症の方もいたが、厨房に入ること「頭の血が動いた」と笑顔で話す高齢者もいた。(ボランティア) 高齢者と一緒に厨房をやることで、待つ・聞く等高齢者を理解するいい機会となり、ボランティアの学び・意識改革にもなった。 ・ 毎月のメニューを決めるのが楽しく、また担当(会計、レイアウト、手芸品、料理、ぬかみそ等)をボランティア間で決めたため、年間を通じて役割・やりがいを感じ、ボランティアにとっても自分達の居場所作りとなった。 ・ 手芸品は夏はかご作り、冬は毛糸の帽子等、季節にあった手芸品を作り販売した。また高齢者が自分自身の物を作るきっかけになったり(非売品)、地元の人が作った作品を持ち寄ってきて販売したりして運営資金の足しにと応援して下さる方など理解者が地域にできた。
今後の活動予定	<ul style="list-style-type: none"> ・ 百歳体操を実施する傍ら、同日に食堂を開く大変さはあったが、食堂の準備・段取りも手早くできるようになった。そのため食堂経営日を月1回から2回に増やしたり、弁当作り(介護保険外にも適用できる)にも今後は挑戦していきたいと思う。 ・ お金を稼ぐ楽しみも加わり、地域で活動の理解・支援者が増え、戸田住民皆の居場所作りに波及できるよう継続した活動をしていきたい。
自己評価	<ul style="list-style-type: none"> ・ 多くの方々に支えられながら、高齢者が地域社会とつながる社会参加の場所として「居場所くるらの家」が地域の中で重要な位置づけとなり展開ができた。そこから1人1人が健康づくりを意識していくことで、戸田地域全体がいきいきと活性化していけると考える。

平成29年度事業実績報告書

所属団体 居場所くるらの家

(単位:人)

No.1

月	日	活動内容	参加人数	ボランティア	写真
4	5	AM 百歳体操、カミカミ体操 10:30 B&Gにてお花見(ボランティア男性陣は準備・片付け)	58	22	
	12	AM 百歳体操、カミカミ体操 13:00 戸田の手もみやさん 奥津康介さんによる指導「腹式呼吸をしながら体を整える方法」、	54	18	
	19	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM カラオケ	53	17	
	26	AM 百歳体操、カミカミ体操、「ご飯の日」竹の子ご飯 PM 戸田診療所 土屋医師の講話「糖尿病の食事について」・目治医大卒業医師の活動をビデオにて紹介 ※ 沼津ホーン 小林さん、百歳体操見学 沼津中央病院 日野さん(ケースワーカー) 見学	60	18	
5	3	AM 百歳体操、カミカミ体操	43	19	
	10	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM 奥津さんのお話「腹式呼吸について」	51	20	
	17	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM 手芸	46	18	
	24	AM 百歳体操、カミカミ体操、「ご飯の日」 PM 土屋医師の講話、地域包括支援センター 2名 視察(ひだまりの郷)	64	21	
	31	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM 民生委員(石原・塩崎)による緊急キッドの説明	61	19	
6	7	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM 長寿福祉課 渡辺さん・植松さん 見学	6	2	
	14	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM 奥津さんのお話、七夕の短冊作り、手芸、お巡りさんの出産前挨拶	53	22	
	21	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM カラオケ	30	15	
	28	AM 百歳体操、カミカミ体操、「カレーの日」ボランティアでコーラス 11名・三味線の会 5名 披露する PM 土屋医師の講話「ピロリ菌について 他」	68	18	

平成29年度事業実績報告書

所属団体 居場所くるらの家

(単位:人)

No.1

月	日	活動内容	参加人数	ボランティア	写真資料
7	3	中野ヤスコ先生による第1回料理勉強会		12	
	11	13:00 1回目ペーパークラフト教室(籠作り):くるら戸田2階		13	
	12	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM 「戸田の歴史について」(1階くるらフロアー)	49	20 3	
	18	13:00 2回目ペーパークラフト教室(籠作り):くるら戸田2階		12	写真
	19	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM カラオケ	40	16	
	21	中野ヤスコ先生と電話で打合せ			
	22	食材買出し(メニューの試作用)			
	24	食材買出し(メニューの試作用) 中野ヤスコ先生による第2回料理勉強会		4 10	写真
	25	13:00 3回目ペーパークラフト教室(籠作り):くるら戸田2階		10	
	26	AM 百歳体操、カミカミ体操、昼食は脂質異常症予防食、 (保健センター 高山さん、推進員 北川さんによる調理指導) 長寿福祉課 2名 見学 AM 保健センター 高山さん・石居さんによる脂質異常症予防食についての講話 食材買出し(メニューの試作用)、中野先生に試作用の深海魚を郵送する	51	20	
29	AM くるら戸田にて手芸品を初出店(1回目)		3	写真	
8	2	AM くるら戸田にて手芸品を出店(2回目) 百歳体操、カミカミ体操 夏休みの子供たちと工作(ペン立て 他)	47 子供36	17	写真
	9	AM くるら戸田にて手芸品を出店(3回目) 百歳体操、カミカミ体操、子供たちとカレーを食べる(120人分)、工作(折り紙)	51 子供35 父兄3	19	
	16	お盆休み			
	18	中野ヤスコ先生と電話で打合せ			
	19	食材買出し(メニューの試作用)			
	20	食材買出し(メニューの試作用)、中野先生に試作用の深海魚を郵送する			
	22	AM 中野ヤスコ先生による第3回料理勉強会 食材買出し(メニューの試作用)		10	写真
	23	AM くるら戸田にて手芸品を出店(4回目) 百歳体操、カミカミ体操 PM 浜松医大 山岡教授 くるらの家見学	44	16	
	26	トレイ・食器買出し			
	30	AM 百歳体操、カミカミ体操、「カレーの日」 PM カラオケ(土屋医師診察の為講話なし)、地域自治課・長寿福祉課 2名 見学	47	18	
9	4	「くるらde喰い亭」ポスター掲示			
	6	AM 百歳体操、カミカミ体操、カラオケ PM 「くるらde喰い亭」について話し合い(グループ編成 他) トレイ・食器買出し	48	17	資料1
	7	トレイ・食器買出し			
	13	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM 長寿福祉課(サロン相談員)渡辺さん 調査(月1回)	44	19	
	14	トレイ・食器買出し			
	18	トレイ・食器買出し			
	19	「くるらde喰い亭」オープンの前日準備		10	
	20	AM 百歳体操、カミカミ体操、「くるらde喰い亭」オープン:1G担当+高齢者4人 招待客 13名(市役所・デイサービス・地域包括支援センター)+(17名来店) 観光ボランティアガイド13名 くるら戸田にて手芸品を出店(5回目) ※ テレビ局 2社から取材あり	35	17	写真

平成29年度事業実績報告書

所属団体 居場所くるらの家

(単位:人)

No.2

月	日	活動内容	参加人数	ボランティア	写真資料
9	22	トレイ・食器買出し			
	23	トレイ・食器買出し			
	25	「くるらde喰い亭」ポスター掲示			
	27	AM 百歳体操、カミカミ体操、「カレーの日」、土屋医師による講話 PM マックスバリュ原田さん・石居保健師のお話「防災食について」	54	21	
10	3	10:00 テレビ静岡によるインタビュー(くるらの家の活動について) トレイ・食器買出し			1
	4	AM 百歳体操、カミカミ体操 ※ テレビ静岡による撮影あり	37	12	
	11	AM 「くるらde喰い亭」開店(21名来店) 「くるらde喰い亭」開店:2G担当+高齢者2人 観光ボランティアガイド13名 百歳体操、カミカミ体操	46	22	写真
	18	AM くるら戸田にて手芸品を出店(6回目) 百歳体操、カミカミ体操 ※ 地域包括支援センター 2名・戸田駐在所 2名・三島信用金庫 1名 来訪	48	20	
	25	AM 百歳体操、カミカミ体操、昼食は「沼津二八会」提供の蕎麦 PM 土屋医師の講話「災害時のトリアージについて」	43	20	
11	1	AM 百歳体操、カミカミ体操 PM 地域包括支援センター 鈴木さん・袴田さんの講話「認知症予防とセンターの役割について」	49	21	
	7	「くるらde喰い亭」前日準備			
	8	AM 「くるらde喰い亭」開店(17名来店) 「くるらde喰い亭」開店:3G担当+高齢者3人 観光ボランティアガイド16名 百歳体操、カミカミ体操	43	16	写真
	15	AM 百歳体操、カミカミ体操 来月のクリスマス・忘年会の話し合い	40	16	
	22	AM くるら戸田にて手芸品を出店(7回目) 百歳体操、カミカミ体操 PM カラオケ教室 ※ サロン相談員 渡辺さん 調査のため来訪	42	18	
	23	13:30 シンポジウム「医療・介護の上手な利用 : プラザ・ヴェルデ (パネルディスカッション パネリスト : 居場所くるらの家 山田いさみ)			17
12	29	AM 百歳体操、カミカミ体操、「カレーの日」 PM 土屋医師の講話「インフルエンザ予防について」 ※ 沼津社協 2名 見学	50	18	
	6	AM くるら戸田にて手芸品を出店(8回目) 百歳体操、カミカミ体操 PM 地域包括支援センター 2名・(株)フロンティア 2名 による福祉用具の紹介&説明	47	21	
	13	AM 「くるらde喰い亭」開店(24名来店) 「くるらde喰い亭」開店:1G担当+高齢者3人 観光ボランティアガイド17名 百歳体操、カミカミ体操、沼津市より居場所相談員 見学	43	16	写真
	20	AM 百歳体操、カミカミ体操 クリスマス・忘年会、カラオケ、ファッションショー お客様:三味線の会、戸田音頭かつぼれの会、三浦・戸田地域包括支援センター 2名、 土肥ホーム 2名、保健センター戸田分館 2名、まちづくり政策課 2名、沼津社協 1名、 戸田社協 1名、戸田民生委員 4名、土屋医師	67	25	
1	6	H30年を迎えての話し合い			4
	9	PM 「くるらde喰い亭」前日準備			8
	10	AM 「くるらde喰い亭」開店(21名来店) 「くるらde喰い亭」開店:2G担当+高齢者1人 観光ボランティアガイド19名 百歳体操、カミカミ体操 三浦・戸田地域包括支援センター 2名「新年のあいさつ」、お正月の柳団子飾り	38	21	写真

