

類型

F

石川県

きよなが しづこ
清長 志津子さん 70歳

ボランティア活動、「脳の健康教室」の サポーターとして活躍。

「脳の健康教室」サポーター研修を受講

平成20年に石川県で高齢者の認知症予防、閉じこもり予防に取り組む「脳の健康教室サポーター」の公募がありました。もともと、ボランティア活動をしたいと考えていた清長志津子さんは、脳の健康教室サポーター研修を受講して、試験に合格。その後、サポーターとして活動を開始しました。

サポーターのリーダー的役割となり、 精力的に活動

現在は、珠洲市内3か所で開催している脳の健康教室にサポーターとして参加し、7人いるサポーターの中でも主導的立場で活動されています。

平成24年度の脳の健康教室においては、珠洲市以外でも10名以上集まれば、地域の公民館で教室を開催出来ることになり、珠洲市まで通うことが出来ない高齢者のために、自らが居住する地域において、高齢者に声かけし、教室を開催することができました。5か月間、週1回の高頻度の開催にもかかわらず、各会場の設営、高齢者への声かけなどに尽力し、サポーターのリーダー的役割も果たしています。ただ教室を開催するだけでなく、生け花やパッチワークの趣味を生か



健康教室

して、会場に季節の花やタペストリーを欠かさず飾るなど、細やかな心遣いが参加者から喜ばれています。

平成27年度からは、周囲からの要望もあり、宝立地区の公民館でも脳の健康教室を開催しています。

健康で身体が続く限りは、 継続していきたい

長年培ったボランティア精神のもと、明るく前向きに、地域の中で活動を継続する姿は周りの人々を笑顔にします。「たくさんの方々から助けてもらってきたから現在がある。昔から年配の方には感謝と尊敬の気持ちで接するよう教えられてきました。今後も奉仕と尊敬の気持ちをもって、健康で身体が続く限りは活動を継続していきたい」と清長さんは語ってくれました。



いきいき脳健康教室