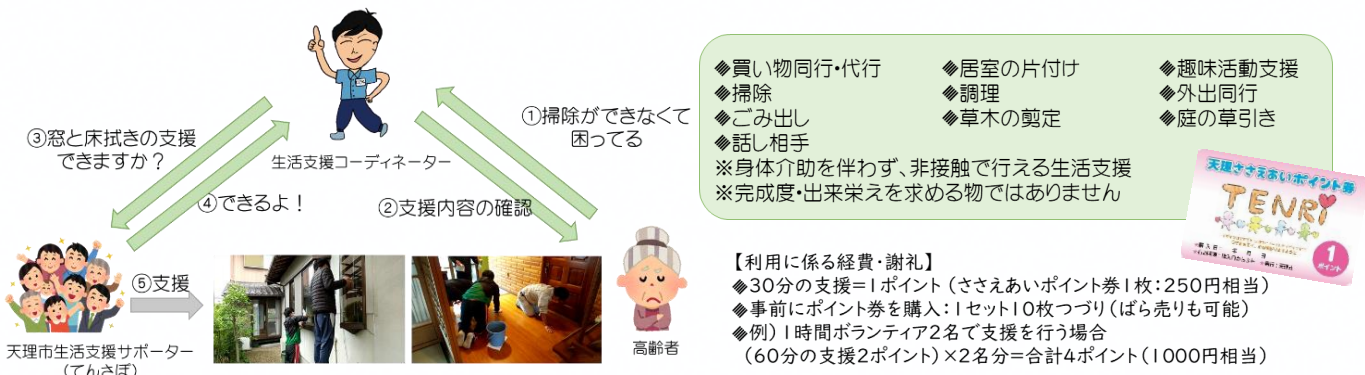


～支え合いの輪プロジェクト てんさぼ活動紹介～

てんさぼによる生活支援とは？

高齢者のちょっとした生活の困りごとを解決するために、天理市生活支援サポーター（愛称てんさぼ）を養成し、令和2年11月より派遣を開始しています。そんな地域の困りごとと、てんさぼをつなぐ役割を天理市生活支援コーディネーター（SC）が担当しています。



～てんさぼのご紹介♪～

天理教青年会本部



奉仕の精神
てんさぼ登録者20名

主な支援：軽微な家事、草引きや庭木の剪定



調理補助



草引き

活動者より一言

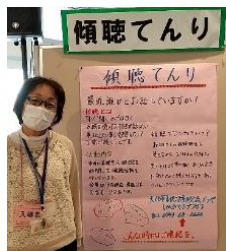
ボランティア活動をしていく中で、社会にはいろんな悩みや困りごとを抱えながら過ごされている高齢者の方がたくさんいるんだと感じました。

利用者の方々がどうすれば喜んで下さるかを考えながら活動することが、私たちにとっても良い経験となっています。ボランティアを終え、帰る時に利用者さんより頂く感謝の言葉が何よりの励みです♪

傾聴てんり

かがやきプラザ登録のボランティア団体
てんさぼ登録者25名

主な支援：お話し相手や掃除支援など



お話し相手



掃除

活動者より一言

お話を聞くことで、少しでも楽しい時間を過ごせたと感じてもらえたり、お話し相手以外にも、掃除など私たちにできる支援で喜んでもらえる嬉しき気持ちになります。私たちもお会いする日を心待ちにするほど、多くのことを教わり、元気を頂いています。

生活支援コーディネーターの活動を随時更新しています♪
是非ご覧ください！



Facebook



Instagram

てんさぽ利用者にインタビュー♪

天理市在住のAさん、息子さんと二人暮らし。病気で左手足が不自由ですが、自分の身の回りのことや、家事は自身で行われています。元々訪問介護（ヘルパーさん）を利用して、買い物代行と調理補助を受けていましたが、てんさぽの支援を導入し、現在は訪問介護は利用していません。元々調理師でもあり、ご飯を作ることが本人の役割・楽しみにもなっています。今回はてんさぽの利用についてインタビューをさせて頂きましたので、一部ではありますがご紹介いたします♪



※SC:生活支援コーディネーターの略語

○実際に行われているてんさぽの支援について

SC西浦:買い物代行の支援について今はどうですか？

Aさん:買い物代行のやりとりはスマホでやり取りして、写真なども添付して「これでいいですか?」と確認もしてくれてありがたいです。

SC西浦:スマホのやり取りがあれば助かりますね。調理の支援は今も続いていますか？

Aさん:やってくれています。お肉は一回分使うように小分けに冷凍して、野菜も(片手で難しい)皮むきや大まかなカットはしてくれています。

SC西浦:Aさん(元々調理師の経験を生かしても、切り方を教えたり、これはこうだよと言ってくれますか？)



食材カット支援の様子

楽しそうに買い物をされるAさん
インタビュー中も笑顔でした♪

Aさん:一緒にやっています。この子はやるな!みたいに見えることもあります(笑)。

SC西浦:いいですね♪買い物も一緒に行かれましたが、実際に行くとは違いますか？

Aさん:違いますね。これ(こんな食材)が出てくるんだ!ってなります。旬のものが今までおかずになかったけども、自分の目でみてこれやたらええな!と感じられることは料理をするうえで大きい。

SC西浦:何も見ずにと実際に目にしたり手に取ってメニューを考えるのは違いますもんね。

Aさん:全然違いますね。また行きたいです♪



買い物同行の様子

※インタビューの音声をみまもりあいアプリにて配信しています。是非ご覧ください。



みまもりあい

①アプリのダウンロード

iPhone

Android



②アプリ内から再度QRコードを読み取り



ご連絡先

天理市役所 健康福祉部 福祉政策課
代表:0743-63-1001

天理市生活支援コーディネーター
(天理市北部地域包括支援センター内)
0743-65-5520