

私のボランティア活動

SA 南港ハッピー竹内周次
(大阪市 S A 役員)

私は 2020 年度コーダイ「家族と社会のいきいきライフ科」を修了し、2022 年 1 月に大阪府シルバーアドバイザー認定を受け、大阪市シルバーアドバイザー連絡協議会に入会しました。入会時に当時の会長さんから活動するための社会的な信用面や資金面からボランティア団体を作ることをごアドバイスされ、地域ボランティア団体「SA 南港ハッピー」として活動しています。

主な活動をご紹介しますと

1. 南港ウォーキングライン

毎週金曜日 10 時から 1 時間程度高齢者や認知症の方

とおしゃべりしながら地域を歩きます。グループライ

ンも作り日々LINE でおしゃべりしています。2 人のオレンジサポーターや社協さん、地域包括支援センターの支援を得ています。大阪市の 2023 年 12 月発行のチームオレンジ活動紹介フライヤーNo2 になっています。2025 年 2 月には参加者累計が 1000 人を超えミニイベントを実施しました。



2. シニアのためのスマホ初心者相談室

2024 年 1 月からスマホは持っているけど使われへん高齢者を対象に月 3 回程度スマホ教室をさわやか福祉財団から助成金を得て実施してきました。当初は 1 年のつもりでしたが継続の希望が強く今年も続けています。



3. ボッチャ体験会

近くの高齢者施設で 2 ヶ月に 1 度、ボッチャ体験会を実施

しています。参加者の体力や機能、また場所の状態に合わせて超ローカルルールにして実施しています。介護予防ポイントの対象です。



4. オレンジサポーター

地域包括支援センターのオレンジチーム（認知症初期集中支援チーム）の支援の下、大阪市のチームオレンジサポーターに 3 件登録しています。南港ウォーキングライン（上述 1）、認知症家族会、認知症の方の活動サポートを実施しています。



自分や家族が幸福に暮らすために、◎健康であり、◎住んでいる地域が住みやすい所であることが大切と思い、「食事、運動、社会参加」を意識し、ボランティア活動で「社会参加」しているのだと思います。自分の知識や経験が生き、自分のペースで気楽に活動し、日々幸福感が得られていると感じています。