



高齢者食事サービス活動



この活動は、ボランティアが地域の見守りやつながりづくりを目的として、ひとり暮らしの高齢者や高齢者世帯の方を対象に配食活動や会食会を行っています。

日頃から研修会や講習会、食品衛生検査などを実施し、利用者が安全に楽しく食事をできるように心がけています。

東中本高齢者食事サービス委員会は、ひとり暮らし高齢者の見守りのために東成区全域に先駆けて昭和55年に発足しました。5つのグループに分かれた32名のボランティアが、当番制で毎週木曜日に手作りの夕食弁当を配食しています。各グループで手際よく調理を行っており、献立は前週の献立等も配慮して各グループの班長を中心に考えています。予算の中で各グループの人たちは知恵を出し合い、利用者の笑顔のために多品目かつ季節感のあるお弁当を作っています。



東中本



訪問時に利用者と会話し、お弁当を手渡しすることで利用者の小さな変化に気づいたり、自宅で倒れているのをいち早く発見するなど、地域の見守りとしても大きな役割を持っています。食事サービスの利用者は、基本的にひとり暮らし高齢者ですが、障がいのある方やひとり暮らしではなくても一人での時間が長い方などについても柔軟に対応しています。



現在活動しているボランティアは60代から80代と高齢で、利用者と同年代層が同じくらいになっているとのこと。活動を長く続けていくためにも、副委員長の島津さんはなるべくボランティアの負担を減らしながら、活動の利用者に喜んでもらえるように工夫しており、「お弁当を楽しみにしている利用者さんの元気な姿を見ると心が和む」と話されていました。



令和6年度 高齢者食事サービス活動の実施状況

校下名	活動内容			活動場所
東小橋				
大成	第1・2・3(水)	昼	配食	地域集会所
今里	第2・4(水)	昼	持ち帰り	新道パトリ、第11町会集会所
中道	第2・4(土)	昼	配食・持ち帰り	憩いの家
北中道	第1・3(木)	昼	配食	地域集会所
中本	第2・4(水)	昼	配食・持ち帰り	南中本公園会館
東中本	毎週(木)	夕	配食	憩の家
神路	第2・4(金)	昼	持ち帰り	ふれあい会館
深江	第3(木)	夕	配食	憩の家
片江	毎週(水・土)	昼	配・会食	地域集会所、憩の家
宝栄				

※日程・場所が変更される場合や、祝日や年末年始等で休止される場合があります。

ボランティア
大募集!!



詳しい内容の問い合わせ・申し込みは
各地域の地域福祉活動サポーターまで
ご連絡ください。

片江地域では、30年以上前からひとり暮らし高齢者を支えるための食事サービス活動が続けられています。地域住民が集まりにぎやかに話をしたり、楽しく過ごせることを大切にして、ひとり暮らし高齢者の見守りも兼ねて2週に1回は会館に来て、笑顔で帰ってもらえるよう努めています。



活動の継続にあたっては、新たな担い手の不足や足腰の痛み等で会館に来れなくなる利用者が増えているといった課題もあります。それでも、コロナ禍では多くの地域が活動を休止したり会食を中止したりする中、容器を使い捨てにしたりアクリル板を設置するなどの工夫を行い、会食を継続してきました。

参加者からは「ひとりで自宅にいと寂しいので、みんなと話ができる場所はありがたい」「ボランティアの方々にはとても良くしてもらっている」「母親の代からお世話になっていて感謝している」といった感謝の声が多くあります。

また、活動に携わるボランティアからも「みんなが喜んでいるのを見ているだけで嬉しい気持ちになる」「活動のやりがいにつながる」との声を聞くことができました。



片江

ボランティア・市民活動センター

令和7年度地域福祉活動推進支援助成事業

身近なところで体を動かしてみませんか？

介護予防ポイント事業 登録時研修

介護保険施設や保育所で活動する『施設活動コース』、暮らしの中でのちょっとした困りごとを解決する『在宅活動コース』があります。活動実績に応じてポイントが貯まり、貯めたポイントを換金(年間上限 10,000円)することができる事業です。

- 開催日** 令和7年3月13日(木) 14:00~16:00
- 会場** 東成区老人福祉センター(大今里西3-6-6)
- 対象** 65歳以上のお住まいの方
- 内容** 「介護予防ポイント事業」の説明や活動事例の紹介
- 申込** 東成区ボランティア・市民活動センター 06-6977-6336
3月8日(土)までに申し込みください

参加者募集中

申請ボランティア団体募集中!!

東成区社会福祉協議会では、東成区の地域福祉を推進する事業、福祉ボランティア活動に取り組むグループを支援するため、「地域福祉活動推進支援助成事業」を実施しています。令和7年度の事業実施にあたり、助成先を募集します。



区社協 ホームページ

申込期間 令和7年4月1日(火)~ 4月19日(土)



	地域福祉活動推進事業実施経費助成	福祉ボランティアグループ活動助成
助成対象	法人格を有さない(NPO法人を除く)福祉関連団体が実施する、東成区の地域福祉の推進を目的に、区民の参加・参画により実施する事業の実施経費	地域や社会福祉施設で行われる主に高齢者・障がい者・児童を対象に活動する、5人以上により構成される福祉ボランティアグループの活動経費
助成金額	一件 50,000円以内	一件 30,000円以内
申込方法	所定の申請書に必要書類を添付し、東成区社会福祉協議会へ提出(持参)	
選考審査	善意銀行運営委員会並びに地域福祉推進基金運営委員会において内容を審査し、助成先と助成金額を決定	
結果通知	選考結果については、文書にて通知(5月下旬予定)	

東成区老人福祉センター

【問合せ 06-6972-0855 (4面に詳細掲載)】

高齢者の元気づくりと福祉のまちづくりを応援!

「老人福祉センター」は、市内にお住まいで60歳以上の方なら、どなたでもご利用いただけます。

1年を通じて、たくさんのイベントや行事を行っています。



いきいきシニア文化祭



食と栄養のお話とクッキング教室



歩こう会(春・秋) 秋~秋の大川沿いに庭園と商店街~



スマートフォン体験講座「GoogleレンズとGoogleマップ」

- 3/6(木) チーズセミナー
 - 3/9(日) ニュースポーツ体験2025
 - 3/12(水) いきいき百歳体操「おさらい会」
 - 3/13(木) オレンジ・カフェ
 - 3/14(金) シニア向けスマートフォン体験講座「スマホセキュリティ講座 ~防犯力のチェックと防犯対策紹介~」
 - 3月 いきいきシニア活動マップ2025発行(ほか)
- ※行事を予定どおりに開催できない場合がありますので、ご承知おください。

ニュースポーツ体験2025

ボッチャやモルックといった5種類のニュースポーツが大集合! 大人も子どもも、みんなで遊びつくそう!

- 日時** 3月9日(日)10:30~14:30
- 場所** コミ協ひがしなり区民センター 2階大ホール
- 主催** 東成区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進会議
【東成区身体障害者福祉会、東成区子育て育成連合協議会、東成区子ども・子育てプラザ、東成区老人クラブ連合会、東成区グラウンドゴルフ連盟、東成区役所】
- 主管** 東成区スポーツ推進委員協議会

参加費無料
申込不要
記念品の進呈もあります!

玄関ギャラリーのご案内

センターで活動する自主グループ・サークルの作品を老人福祉センターの1階入り口横で展示しています。



11月 折り紙教室



12月 ひがしなり絵画サークル

詳しい内容の問い合わせ・申し込みは東成区老人福祉センターまでご連絡ください。 P4へ



動いて笑って健康に!

立つ、座る、歩く、階段の昇降などの日常動作に必要な筋力をつけて、転倒予防や健康の維持・増進をめざす2つの教室を実施します

65歳から始める 介護予防教室

第2クール

参加者
募集!

- 対象** 東成区在住の65歳以上で要支援・要介護の認定を受けていない方
- 場所** 東成区在宅サービスセンター3階(大今里南3-11-2)※エレベーターあり
- 時間** 10:00~11:30 **開催日・内容** 下表のとおり
- 申込・問合せ** 電話にて受付 平日9:00~17:00
TEL 06-6977-7092(西村・佐保・岡田)

マシン(運動器具)を使った運動教室

一人ひとりの体力筋力に合わせて筋力向上運動ストレッチや脳トレを交えながら、専門トレーナー指導のもとマシントレーニングを行います



参加者の声

身体を動かすのは
楽しいです

色々な人と交流が
増えて社会的に
なった

少しずつ
筋力アップ
しています

家でも
ストレッチを
やっています

火曜コース		水曜コース		金曜コース	
10:00~11:30		10:00~11:30		10:00~11:30	
9月	2・9・16・30	9月	3・10・17・24	9月	5・12・19・26
10月	7・14・21・28	10月	1・8・15・22・29	10月	3・10・17・24・31
11月	4・11・18・25	11月	5・12・19	11月	7・14・21

- 定員** 各コース 10名
- 申込締切** 6/6(金)16:00まで
(定員以上の申し込みがあった場合は抽選)
- 受講料** 7,200円(12回分)※初回に一括納付

<参考:令和6年度第2クール参加者(30人)内訳>
平均年齢76歳(最年長92歳男性・最年少66歳女性) 男性/7人 女性/23人

サポートプログラム

個人のレベルに沿ったアドバイスを受けながら運動を楽しく行います(椅子に座るボール体操・歩き方講座など)



月曜コース		木曜コース	
10:00~11:30		10:00~11:30	
9月	8・22	9月	4・18
10月	6・27	10月	2・16・30
11月	10・17	11月	6・20
12月	1	12月	

- 定員** 各コース 20名
- 申込締切** 6/13(金)16:00まで
(定員以上の申し込みがあった場合は抽選)
- 受講料** 2,800円(7回分 ※初回に一括納付)

<参考:令和6年度Bクール参加者(40人)内訳>
平均年齢77歳(最年長94歳男性・最年少66歳女性) 男性/8人 女性/32人

東成区子ども・子育てプラザ

【問合せ 06-6976-0300 (4面に詳細掲載)】



プラザ
ホームページは
こちら

プラザは、子どもたちの健やかな成長を願い地域における子育て力の向上をめざす。気軽に参加できる子育て支援拠点です。みなさんで一緒にお越しく下さい。

プラザの遊べるお部屋

ひよこルーム(乳児対象)

0歳のお子さまとその保護者が、和室でゆっくりと過ごせます。

- 実施日時** 火曜日・木曜日
10:00~11:30/13:00~14:30
- 対象** 0歳のお子さまと保護者



つどいの広場(乳幼児対象)

未就学のお子さまとその保護者が、広いお部屋でのびのびと遊べます。

- 実施日時** 火曜日~土曜日
9:30~15:00
- 対象** 0歳~就学前のお子さまと保護者



子どもの家(児童対象)

小学生・中高生がボードゲーム等で自由に遊べるお部屋や、宿題ができるお部屋を開放しています。

- 実施日時** 火曜日~金曜日 放課後~17:00
土曜日・日曜日 9:30~12:00/13:30~17:00
- 対象** 小学生・中学生・高校生



頼れる人が近くにおらず、困った...を解決!

ファミリー・サポート・センター東成

子育ての「援助を依頼したい人」と「援助の提供ができる人」を結びます。

こんなときに利用できます

- 保育所や幼稚園、学童等への送り迎えを頼みたい
- 仕事が終わるまでの間、家で預かってほしい
- リフレッシュのために子育てを離れて自分自身の時間を持ちたい など

活動の流れ

- ①入会
- ②ペアリング(事前打ち合せ)
- ③援助活動依頼
- ④活動

報酬の基準

通常(7:00~20:00)	1時間800円
早朝・夜間(通常以外)	1時間900円
土・日・祝日・年末年始	1時間900円

あんしんさぽーと

生活の中で不安に思うことはありませんか？

- ・福祉サービスは利用したいけど、手続きは苦手
- ・計画的にお金の支払いができるか不安
- ・通帳やはんこなど、どこに置いたか忘れてしまう
- ・大事な書類をなくさないか心配



あんしんさぽーとが
お手伝いします。

- ◇福祉サービス等利用援助(福祉サービスの利用手続きをお手伝いします)
- ◇金銭管理サービス(生活費等を出金する通帳・銀行印を預かり、日常の金銭管理をお手伝いします)
- ◇預かりサービス(通帳・キャッシュカード・証書類の紛失や盗難を防止します)

※1,000万円を超える通帳・証書類、宝石、貴金属、書画、骨董品などは預かれません。

認知症・知的障がい・精神障がいなどにより判断能力に不安のある方で次のすべてに当てはまる方

- ・東成区に在住の方
- ・契約内容が理解できる方
- ・事業内容を利用する意思がある方

利用
できる方

判断能力に問題のない身体障がい者の方
判断能力が低下していて、あんしんさぽーと事業の契約内容が理解できない場合、成年後見制度の対象となります。

利用
できない方

令和6年度大阪市社会福祉大会における表彰 地域福祉推進功労者表彰

■感謝
安東 克之 酒井 克一

大阪市社会福祉協議会会長表彰

■永年勤続表彰
今里 校下 岡本 幸子

おめでとう
ございます

(順不同・敬称略)

福祉教育を実施しました



東小橋小学校の3年生を対象に障がいや障がいのある人についての理解を深め、相手の立場にたって考える心を育むことを目的に、12月、1月、2月の計3回福祉教育を実施しました。

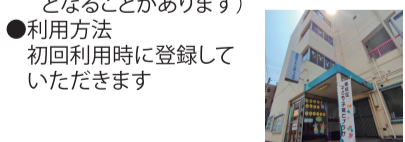
12月11日(水)に実施した初回のプログラムでは、福祉マークについてのクイズを行った後、年齢や障がいの有無にかかわらず、誰でも楽しむことができるパラスポーツ「ボッチャ」の体験を行いました。福祉マークのクイズでは身の回りで見かけたことがあるといった声や、自分事に捉えて懸命に考える姿が印象的でした。後半には疑似的に高齢者や車いす利用者の気持ちや体験できるような道具を使用しました。

授業の後には児童から「疑似体験は腰が痛かった」「パラリンピックを見て興味があったので体験できて良かった」など様々な感想がありました。

東成区社会福祉協議会では、障がい者や高齢者への理解を深めるために、区内の学校などと連携して福祉教育を実施しています。実施について検討される場合はご相談ください。

東成区子ども・子育てプラザ

- 住所:東中本2-3-16
- TEL/FAX:06-6976-0300
- 開館時間:午前9時~午後5時30分
- 休館日:月曜日、国民の祝日、休日、年末年始(ただし、5/5は開所。7/21~8/31の間は毎日開所。)
- 利用料:無料(ただし、材料費等が必要となる場合があります)
- 利用方法
初回利用時に登録していただきます



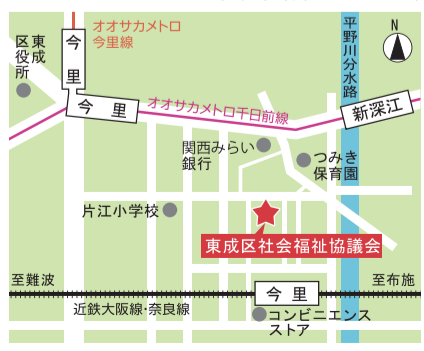
東成区老人福祉センター

- 住所:大今里西3-6-6
- TEL:06-6972-0855 ●FAX:06-6972-4706
- 利用時間:午前10時~午後5時
- 休館日:日曜日、国民の祝日、年末年始(12/29~1/3)
- 利用料:無料(ただし、材料費等は実費負担となります)
- 利用方法
利用証を窓口に提示していただきます。初めての方は利用証を発行します



社会福祉法人 大阪市東成区社会福祉協議会

- 住所:大今里南3-11-2
東成区在宅サービスセンター
- TEL(代表):06-6977-7031
- FAX:06-6977-7038
- 開館時間
月~金曜日
午前9時~午後7時
土曜日:午前9時~午後5時30分
- 休館日:日曜日、国民の祝日、年末年始(12/29~1/3)



地域福祉活動サポーター事務所

地域	事務所	TEL・FAX
東小橋	東小橋地域集会所 東小橋2-1-30	06-6977-1901
大成	大成地域集会所 大今里西2-15-1	06-6977-1902
今里	今里公民館 大今里3-2-16	06-6977-1903
中道	中道憩いの家 東小橋1-1-13	06-6977-1904
北中道	北中道会館 中道4-4-26	06-6977-1905
中本	中本憩いの家 中本4-5-8	06-6977-1906
東中本	東中本憩いの家 東中本2-16-16	06-6977-1907
神路	神路ふれあい会館 大今里2-35-5	06-6977-1908
深江	南深江公園地域集会所 深江南2-9-34	06-6977-1909
片江	片江憩いの家 大今里南5-1-8	06-6977-1910
宝栄	宝栄会館 深江北1-5-23	06-6977-1911

お住まいの地域が分からない方は
大阪市東成区社会福祉協議会 (地域支援担当) TEL 06-6977-7091



じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金

赤い羽根共同募金(10月~)への御協力に厚くお礼申し上げます。
みなさまからいただいたご寄付は、大阪府共同募金会を通じて福祉施設や団体などに配分され、さまざまな福祉活動や災害時の支援に役立てられます。

令和6年度
共同募金額

6,275,601円

令和6年12月25日現在 東成地区募金会 扱分

■高齢者福祉月間行事



地域敬老会の開催



金婚夫婦お祝い品贈呈

■児童養護施設への友愛訪問(民生委員児童委員協議会が実施)

■生活支援サービス

- 緊急用食料品等給付事業
- 就職面接時整容準備事業

■福祉施設整備助成金

- 建物設備の改修費等
- 社会福祉講演会の開催

■区社協広報事業

ホームページやSNSでの情報発信
社協だより「ひがしなり」の発行



赤い羽根おおさか

<http://akaihane-osaka.or.jp>