

### 東成区キャラバン・メイト連絡会 活動中!!!

キャラバン・メイトは、認知症サポーターを養成するための講師の役割を担っており、地域住民、学校、企業など、地域に関わる全ての人を対象に、認知症サポーター養成講座を実施しています。

講座開催についてのお問い合わせは、事務局までご連絡ください。

**お問い合わせ**  
東成区キャラバン・メイト連絡会 事務局  
(東成区社会福祉協議会)  
TEL:06-6977-7031

### “理学療法士による”自分でできる健康づくり教室 修了生による自主企画

## 今里ライナーに乗っててんしば に行こう!

11月11日(月) 9時30分~16時00分

**集合場所** 東成区在宅サービスセンター 3階多目的室

**内容** 今里駅停留所から今里ライナーに乗っててんしばに行きます。てんしばで食事をとり、天王寺動物園などを観光します。高齢者のつながりづくり・健康づくりを目的に、自分でできる健康づくり教室の修了生がエスコートします!

**対象** バス移動で座位が保てる高齢者

**定員** 10人 (締切日11月1日(金))

**参加費** 無料(食事は、ご自身で用意してください)

**持ち物** 飲み物、昼食、レジャーシート、敬老パス、本人確認書類

**申込み** 電話もしくは来館・FAXにて申込み  
氏名・住所・年齢・電話番号及び、介助や介護が必要な方は、詳細をお聞かせください。  
詳しい身体状況につきましては、訪問し伺うことがあります。  
※ボランティア市民活動行事保険に加入します。  
当日の事故等の補償についてはこの保険の範囲内に限ります  
※雨天時は、別日に順延する予定です。

健康のために歩きましょう~

### 11月は児童虐待防止月間です

あなたの電話は、あなたのために、あの子のために  
子どもの虐待ホットライン 集中電話相談

11月1日(金)~5日(火) AM11時~PM8時

☎ 06-6762-0088

普段は、平日AM11時~PM5時にお電話を  
子どもの虐待防止のための  
オレンジリボンバッジも扱っています。  
メール <http://www.apca.jp>

### 仕事や生活、お金のことなどでお困りの方へ~ 一人で悩まず、まずはご相談ください!!

## 生活困窮者自立相談支援窓口

東成区役所 2階 21番窓口  
☎ 6977-9126

窓口・電話での対応は(月)から(金)  
午前9時~午後5時30分  
(土・日・祝・12/29~1/3を除く)

「高齢・障がい・児童・就労」など  
様々な悩みの解決に向け、関係機関と  
協力しながら、  
あなたに寄り添いサポートします。

### スケジュール

9:30 集合~! 徒歩  
東成区在宅サービスセンター  
オリエンテーション&準備体操

10:30 いまざとライナー乗車  
大阪メトロ今里 出発~!

11:00 あべの橋 到着~!  
てんしばで食事・天王寺動物園など  
天王寺動物園の入場料は、大阪市在住で65歳以上の方は無料です。確認書類の原本を忘れずにお持ちください。実費の場合は500円が必要です

15:00 あべの橋 出発~!  
15:30 大阪メトロ今里 到着~!

16:00 解散~!  
東成区在宅サービスセンター  
振り返り~お疲れ様でした!

問合せ 東成区社会福祉協議会(大今里南3-11-2)  
☎06-6977-7031 FAX06-6977-7038

### 東成区在宅デイサービスセンター

東成区在宅デイサービスセンターでは、季節の催しや毎月のお誕生日会、フロアでのミニゲームや体操などを行なっています。  
見学や体験も随時受付中です。担当者までご連絡ください。手作りおやつや昼食クッキングも大好評!

近隣の公園へお散歩  
デイのフロアは、アットホームで和やかな雰囲気。ご利用者さまご自身のペースでお過ごしいただけます。  
問合せ 電話6977-7031(担当:監物)

敬老の日お祭り!  
みんなで毎月作成する壁面かざり

フロアで一緒に働く、  
看護師・介護スタッフ募集中!!  
とってもあったか~い、  
職場です(^-^)/

### 東成区子ども・子育てプラザ

- 住所: 東中本2-3-16
- 電話/FAX: 6976-0300
- 利用時間: 午前9時30分~午後8時45分  
(日曜日は午後5時まで)
- 休館日: 月曜日・祝日(5/5を除く)・年末年始  
(月曜日が祝日の場合はその翌日も休館)
- 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
- 電話: 6972-0855 ●FAX: 6972-4706
- 利用時間: 午前10時~午後5時
- 休館日: 日曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)
- 利用料: 無料  
(ただし、材料費などは実費負担となります)
- 利用方法  
利用証を窓口へ提出していただきます。  
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 東成区在宅サービスセンター

- 住所: 大今里南3-11-2
- 電話: 6977-7031 ●FAX: 6977-7038
- HP <http://www.higashinarikushakyo.jp>
- 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・祝日・年末年始(12/29~1/3)

### 地域福祉活動サポーター事務所

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

地域が分からない方は  
大阪市東成区社会福祉協議会 電話 6977-7031

# 第25回 東成区福祉まつり

## ふれあい広場

令和になっても変わらない  
福祉のまち ひがしなり

### 開催日時

# 11月2日(土)

午前10時30分~午後3時まで

### 開催場所

東成区民センター(2階大ホール・6階小ホール)  
センター前広場・駐車場にて

令和元年で四半世紀を迎える  
東成区福祉まつり ふれあい広場  
ご来場者に記念のオリジナルグッズを進呈します

1 スケジュール帳 2 オリジナルエコバッグ

地域につながる! 参加する!  
東成区社会福祉協議会の情報満載

東成区内でボランティアや講師活動を  
活発にされています。  
今年のテーマを珠のある華文字ア  
ートにデザインして頂きました!  
大阪市生涯学習インストラクター  
NPO コスモ認定講師 サロンいろり座会長  
中河 昭三

### 食べる

- ★ フランクフルト
- ★ クッキーなど焼菓子
- ★ おでん
- ★ コリアンフード
- ★ みたらしだんご
- ★ 喫茶コーナー
- ★ お弁当販売 (センター前広場)

お弁当引換券は10:30から駐車場にて販売

### 見る

- 【2階大ホール舞台】  
歌あり・踊りありの  
ステージ発表
- 【6階小ホール舞台】  
親子スマイルコンサート  
午前の部: 11:15~11:45  
午後の部: 13:30~14:00 (わくわくステージ)
- 【6階フロア】  
バルーンコーナー  
お子さま手形スタンプ

### 遊ぶ・体験する

- ★ さをり織り体験
- ★ 手話ミニ講習
- ★ 車いす体験
- ★ しゃぼん玉遊び
- ★ 骨密度測定
- ★ 創作折り紙 (折り紙コーナー)

## 赤い羽根共同募金

令和元年度 テーマ あなたの羽根がみんなの心をつなぐんやで  
←中央共同募金会デザインポスター 桜井日奈子さん(タレント)

募金期間 10月1日~12月31日

東成区内では昨年、みなさまより7,709,261円のご厚意をお寄せいただきました。お一人おひとりの善意が私たちの街を良くし、被災地の支援にも役立っています。  
東成区では、ボランティアの方々が地域で、また、学校や企業でも募金に協力していただいています。今年も募金へのご理解ご協力をお願いします。

問合せ 東成地区募金会 電話 6977-7031 (東成区在宅サービスセンター内)

## 日本赤十字社 大阪府支部 東成地区奉仕団

災害時は医療支援、こころのケア、救援物資(毛布など)の配布を、平時は救急法等の講習、ボランティアや青少年奉仕団の育成などに役にたてられます。

協力会費 (前:社資募集)募集

8,901,253円(含、大阪府支部扱)

この広報誌は共同募金の配分金を活用して作成しています。

### 地域情報Topic 中道地域

#### 高齢者食事サービス活動(みんなで集うランチ会)

中道地域では、毎週第2、第4土曜日に実施しています!  
ボランティアさんの手作りの料理を、みんなで楽しくいただきます!

中道地域では平成9年から食事サービス活動を始めています。手作りのお弁当は、朝早くからボランティアが集まり、栄養バランスのとれた料理を作っています。



毎回たくさん料理を作るため大変な作業になりますが、参加された方からの「今日も美味しかったよ。」「ありがとう。」という声が励みになっています。

ランチ会も大好評!!

ランチ会は、みんなで食事をするだけでなく、食後にみんなで脳トレをします!少し眠くなる時間ですが、簡単な計算をしたり、間違い探しをしたりして、脳の活性化を目指します!



この日はバイキング形式!好きなものを好きなだけ食べました

食事のあとは、脳トレです!みんなしっかり切り替えて、真剣そのもの!



### 地域情報Topic 今里地域

#### 始まるよ=Launch 今里オケピ!

動く居場所「今里オケピ!」~今いる場所をみんなで共有~

## Launch 今里オケピ!

#### 今里オケピ!ってなに?

今里社会福祉協議会の「今里オケピ!」がNHK歳末たすけあい受配事業「居場所づくり支援事業」に採用されました!

何らかの事情で地域へ出る機会が少ない人々が、住み慣れた地域で、健康でいきいきとした暮らしができるように、自由に集まり、交流・活躍できる場所を創ることを目的としています。地域住民の一人ひとりが、それぞれの人生の主役であり、地域共生社会の担い手です。

地域の中で人とつながり、居場所があって、役割があって、することがある。集う人々にとって「やらされ感や義務感」ではなく、「やりがいや満足感」が生まれる場所、「今里オケピ!」はそのような居場所づくりを目指します。

#### スターティングメンバー募集!

今里地域にお住いの方を対象に、「今里オケピ!」スターティングメンバーを募集しています。手作り楽器の作成・演奏という協働作業を通じて「居場所づくり」を一緒に行きませんか?

目標は、来年2月開催予定の東成区文化祭での演奏です。そして、文化祭の後は、今里地域から飛び出して、新たな「居場所」の輪を広げていきます。



世話人の廣田さん 宮居さん

音楽が苦手な方も、興味のない方も、忙しい方も、自分の出来る範囲で参加してください。よろしくお願いします。

紙でつくる手のひらサイズのアコーディオン(ピフホフ)



## 『いまいそ教室』

参加費 無料



#### 大阪市介護予防教室事業(なにわ元気塾)

地域の身近な場所で、体操、栄養、お口の健康、認知症予防のお話、歌・音楽等のレクリエーションを通じて、お住まいの地域の方々と活動することにより、心と身体が元気になる教室です。

対象 65歳以上の方 (大阪市介護保険第1号被保険者) 実施 月1回 (1回概ね90分)

問合せ 東成区在宅サービスセンター 電話 6977-7031

実施場所等は一覧のとおりです。

校下名	開催日	時間	開催場所名	住所	電話番号
東小橋	第3水曜日	13:30~	地域集会所	東成区東小橋2-1-30	06-6977-1901
大成	第3水曜日	13:30~	地域集会所	東成区大今里西2-15-1	06-6977-1902
今里	第1金曜日	13:30~	老人憩の家	東成区大今里3-2-16	06-6977-1903
中道	第4水曜日	13:30~	老人憩の家	東成区東小橋1-1-13	06-6977-1904
北中道	第1木曜日	13:30~	地域集会所	東成区中道4-4-26	06-6977-1905
中本	第1火曜日	13:30~	老人憩の家	東成区中本4-5-8	06-6977-1906
東中本	第1月曜日	13:30~	老人憩の家	東成区東中本2-16-16	06-6977-1907
神路	第2火曜日	13:30~	ふれあい会館	東成区大今里2-35-5	06-6977-1908
深江	第1水曜日	13:30~	老人憩の家	東成区深江南3-18-5	06-6975-2929
片江	第2水曜日	10:00~	地域集会所	東成区大今里南3-11-22	06-6977-7060
宝栄	第2水曜日	13:30~	老人憩の家	東成区深江北1-5-23	06-6977-1911



運動指導士による楽しいレッスン!

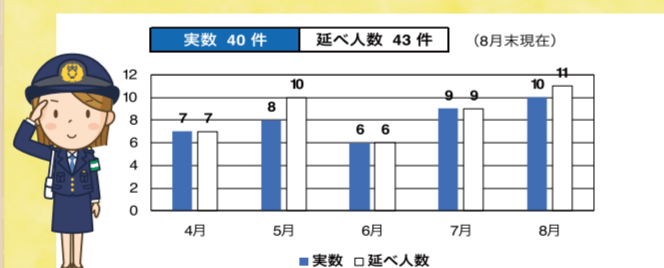
ヤクルトさん協力 栄養と健康のお話

## 見守り相談室です TEL 06-6977-7035

### あなたは、いざという時が“今”だとしたら大丈夫ですか?

各地域で防災訓練は毎年行われています。被災は、他人ごとではありません。もし、災害が起こっても地域で助け支えあうためには、日頃から顔の見える関係づくりが必要です。地域や区内で開催されている講習や行事に積極的に参加することで、防災意識が向上し地域の防災力も高まります。普段からの見守り活動は、地域の強みとなります。

### 「東成区内在住の高齢者」2019年4月~8月の間に警察に保護された件数



認知症で迷われる方が増えています。みんなで気にかけて暮らしやすいまちにしましょう。

見守り相談室では、災害時等の声掛けや、避難時に支援を必要とする方に、地域への個人情報提供の同意確認を実施しています。

対象となる方へは、8月に、郵送で「同意書」を送付しました。現在、お手元に同意書があるという方は必ず返信していただきますようお願いいたします。

災害が発生した直後は、互いの安否確認を行うことがとても困難な状況になります。だからこそ、何気ないふだんからのつながりが大切です。挨拶や、声を掛け合える関係が助け合える地域づくりへとつながります。

ご不明な点は、東成区見守り相談室まで、お問い合わせください。

### コミュニケーションボード

東成区役所では昨年度、東成区地域生活支援システム専門分野別実務者会議(障がい者支援)の協力を得て、災害用「コミュニケーションボード」(別紙参照)を作成しました。コミュニケーションボードとは、コミュニケーションが苦手な知的障がいのある方などと、周囲の人たちとの間をつなぐ話し言葉に代わるもののひとつで、ボードの絵を指さして意思伝達をしやすいものです。避難所での受付時や困りごとの聞き取りなどの場面でご活用いただけるものと考えております。

各地域の災害時避難所の備蓄倉庫や老人憩の家などに備えていますので、災害時や災害に備える訓練などのご活用をお願いいたします。

※東成区役所のホームページをご覧ください。 URL <https://www.city.osaka.lg.jp/higashinari/page/0000479001.html>



### 見守り相談室

認知症高齢者等の行方不明時の早期発見のための見守りメールをご存知ですか?道に迷われたことがある、もしかしたら迷うかも...と不安なご家族を介護されておられましたら、一度ご相談ください。事前に登録していただき、もしもの時は、協力者にメール配信し、早期発見につなげます。介護保険事業所の協力を得て、地域の協力者(民生委員や町会長等)の方には声かけ訓練を実施し、認知症の方への対応について学んでいただいたり、認知症に関する研修会のご案内をしています。協力者連絡会の開催等で、認知症の方への取り組みについて考えるなど、「誰もが安心して東成区で暮らし続けることができる」ことをめざしていきたいと思っております。認知症は、他人ごとではありません。家族や関わる人だけが抱えるものでもありません。社会全体で考えていく必要があるものです。

## 東成区家族介護者交流会! かいごでガッテン

「なるほど納得! 病院あれこれ講座」 ~突然入院となった時に備えて~

東成区家族介護者交流会「かいごでガッテン」は在宅介護をサポートする会で、2回目のテーマは「病院」についてです。今回は東成区在宅医療介護連携相談室の黒田さんをお招きし、身近な病院の機能や役割について、解説頂きます。「すぐに退院させられる」「入院して、落ち着いたら別の病院に行くことになった」等にまつわる、よく聞く話も仕組みが分れば、安心に繋がります。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

日時 令和元年10月11日(金) 13:30~15:30

会場 東成区老人福祉センター 住所:東成区大今里西3-3-6 電話:06-6972-0855

講師 黒田 和子 氏(看護師) (東成区在宅医療介護連携相談室支援室コーディネーター)

参加対象 現在介護をしている方、介護経験者、介護に関心のある方

募集人数 30名(先着順)※費用は無料です

申込方法 お電話にて「氏名・住所・電話番号等」をお伝えください TEL 06-6977-7031 東成区南部地域包括支援センター 担当 菊地(きくち)

### 生きがい・助け合いサミット in 大阪に参加

主催:公益財団法人さわやか福祉財団 場所:大阪府立国際会議場

人生100年時代に、誰もが最後までいきがいを持って幸せに暮らせるようになるためには、どうすれば良いのでしょうか。

9月9・10日に、「人生を充実したものにしたい」、「助け合いを広げたい」方々が、全国からおよそ3,300名が参加。東成区からは、支え合いづくり推進協議体(※) 参画団体のメンバーから17名、社協職員3名が参加しました。



「地域共生社会の実現」をキーワードに、全体会や各分科会で全国各地の課題や先行事例などが発表され、生きがい・助け合いの取組みを学びました。



参加者からは「助け合いや、交流できることの大切さを再確認できた」、「人生100年時代の老い方、暮らし方を改めて考える機会になった」、「共生社会に向けて基本を勉強でき、これからは「ヒト・モノ・カネ」のことを考えたい」と、前向きな感想がありました。

地域共生社会は、【制度・分野ごとの「縦割り」や「支え手」「受け手」という関係を超えて、地域住民や地域の多様な主体が「我が事」として参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて「丸ごと」つながることで、住民一人一人の暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会】とされています。



生きがいと助け合いで「まちごと元気な東成」を創って行きましょう。普段から「行く場所」や「会う人」がいることで、「困った!」も伝えやすくなります。生きがいと助け合いで地域共生社会を創りましょう。

※支え合いづくり推進協議体は、区内の介護予防・生活支援にかかわる困りごとの解決をめざすチームです。「支え合い活動に参加されている方」、「介護予防に取り組む高齢者」、「保健・医療・福祉関係者」で構成されています。「支え合い活動をやってみよう」、「ちょっとした手助けが必要」という方は、生活支援コーディネーター(6977-7031)までご連絡ください。



地震・火災・豪雨...準備は?さあ何から始めますか? 自身の命を、そして家族を守れますか? 自助・共助・公助・そして近所あつての助け合いです。