

春です!新しいことに取り組んでみませんか? いろんなサークルが元気に活動中!

「これ参加してみたいな!」「できるかな…!?」
興味のあるサークルがありましたら、まず見学してみませんか?
★いつでも見学できますので、窓口へお声をかけてください。

見学
無料

東淀川区 老人福祉センター

淡路4-1-6
●お問い合わせは●
TEL.6322-0173

ご利用案内

対象

大阪市内在住の60歳以上の方

※センターを利用するには、利用証が必要です。利用証を発行する際には、本人の住所、氏名、生年月日の確認できる物(保険証、免許証など)をお持ちください。その場で無料で発行いたします。

開館時間 ● 9:00~17:30

ただし、各種事業の利用時間は、10:00~17:00

休館日 ● 日曜・祝日・年末年始



東淀川区
老人福祉センター
★阪急「淡路駅」から
徒歩4分

※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

サークル一覧表

書道	A	第1・3(水)	10:30~12:00
	B		13:00~14:30
	C	第2・4(月)	10:30~12:00
	D		13:00~14:30
俳句		第3(木)	13:00~15:00
手芸	A	第2・4(火)	13:00~15:00
	B		10:00~12:00
生花	A	第2・4(水)	13:00~15:00
	B		10:00~12:00
絵画	第2・4(金)		13:00~15:00
	第1・3(水)		13:00~15:00
カラオケ	A	第1・3(金)	13:00~15:00
	B(月)		
	B(木)	第2・4(木)	
フォークダンス	A	第2・4(木)	10:00~11:30
	B		12:45~14:15
	C		14:30~16:00
民謡		第1・3(金)	10:00~12:00
詩吟		第2・4(金)	10:00~12:00
謡曲		第1・3(金)	13:00~15:00
民踊		第2・4(金)	10:00~12:00

うたごえ	第1・3(水)	10:00~12:00
3B体操	第2・4(水)	13:30~15:00
フラダンス	第2・3(月)	13:30~15:00
大正琴響	第2・4(水)	13:00~15:00
いきいき体操クラブ	第2・4(土)	10:00~12:00
おりがみ	第1・3(木)	13:00~15:00
卓球	第1・4・5(月)	13:00~16:00
社交ダンス	第2・4(月)	10:00~11:30
コーラス	第1・3(火)	10:00~11:45
茶道	第1・3・5(火)	10:00~12:00
英会話	第2・4(水)	10:00~11:30
大正琴	第1・3(木)	10:00~11:30

区老人クラブ連合会にも
次のサークルがあります

水墨画	第1・3(月)	10:00~11:30
コーラス部	第2・4(水)	

※参加するためには、「区老人クラブ連合会」に入会する必要があります。

東淀川ボラセン通信

私たちが、こんな活動しています!
区内のボランティアグループのご紹介

大阪市コミュニティ協会東淀川支部 モノづくり「和らじ」 - 2011年結成 メンバー15名 -

活動内容
●布ぞうりの講師として発足したボランティアグループです。
●布ぞうり講習のほか、手作りの小物づくり(ミニぞうり、ハンガーあみこみなど)を、みんなで和気あいあいと楽しみながら作っています。皆さんも一緒にいかがですか?



かわいいとりさんが
できました!

主な活動日時・場所
定例会は毎月第1・第3木曜日 / 区民会館、ほほえみ3階 ボランティア活動ルームで(イベント会場でも活動しています)。

ちょっと自慢話
メンバーには、いろいろなスペシャリストがいますので折り紙や小物づくりピースなど学べるのがいっぱいあります! 区民祭りには「ミニぞうりストラップ」を100人の方にプレゼントしています。

【お問い合わせ】グループ加入を希望される方は、東淀川ボラセンまでご連絡ください。

◎東淀川区ボランティア・市民活動センター ほほえみ3階
TEL.6370-1630 月~土曜 9:30~17:00

http://higashiyodogawa-vc.org/ 東淀川ボラセン 検索

代表のひとこと!

イベントは手弁当が多いですが、楽しく参加して喜んでいただいています。何でも話せるなかよしスタッフですから、定例会では、わいわいがやがやと年齢も忘れて日々前進! 技術を教え合い、学び合いながら、愛情いっぱいの手作り作品を作っています!

社会福祉法人 大阪市東淀川区社会福祉協議会

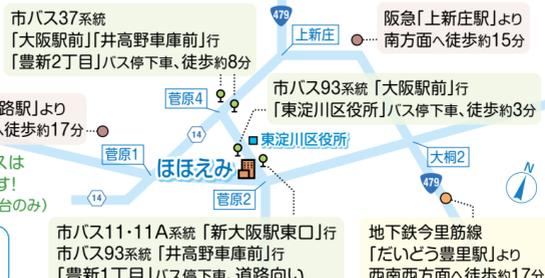
〒533-0022 大阪市東淀川区菅原4-4-37 東淀川区在宅サービスセンター「ほほえみ」内
●月~金曜/9:00~19:00 ●土曜/9:00~17:30 ●休館日/日曜、祝日、年末年始
「ほほえみ」は 菅原2 交差点の北西角にあります

賛助会員・ボランティア活動・地域活動・介護予防事業・生活福祉資金・共同募金等に関する事は…
TEL.6370-1630 FAX.6370-7330

地域包括支援センター(高齢者総合相談窓口) ケアプランに関する事は…
TEL.6370-7190 FAX.6370-7114

あんしんさぼーとに関する事は…
TEL.6370-7221 FAX.6160-0312

※「ほほえみ」へのアクセスはバスのご利用が便利です!(駐車場は障がい者専用枠1台のみ)



東淀川社協だより

平成31年
4月号
No.94

編集・発行 / 大阪市東淀川区社会福祉協議会 広報部 〒533-0022 大阪市東淀川区菅原4-4-37 TEL.6370-1630 FAX.6370-7330

『あれは何だったかな?』『思い出せないなあ』忘れっぽくなったけれども…

特集

それって…もの忘れ? 認知症?

認知症とは…?

認知症は、さまざまな原因で脳の働きが悪くなり記憶力や判断力が低下、日常生活に支障をきたす病気です。通常の老化による衰えとは違いがあり、お昼に何を食べたか思い出せないといった体験したことの一部を忘れるのは老化によるもの忘れですが、ご飯を食べたことなどの体験したこと自体を忘れてしまう場合は認知症が疑われます。

認知症は早期発見・治療が大切!

「認知症は治らない」から仕方がないと考えていませんか? 認知症も他の病気と同様、早期発見・早期治療が大切です。適切な治療やサポートを行うことで、進行を遅らせることができる場合があります。また、症状が軽いうちに、治療方針や利用できる制度・サービスを調べることで「認知症に向き合う」準備や話し合いができ、これからの生活を整えていくことができます。

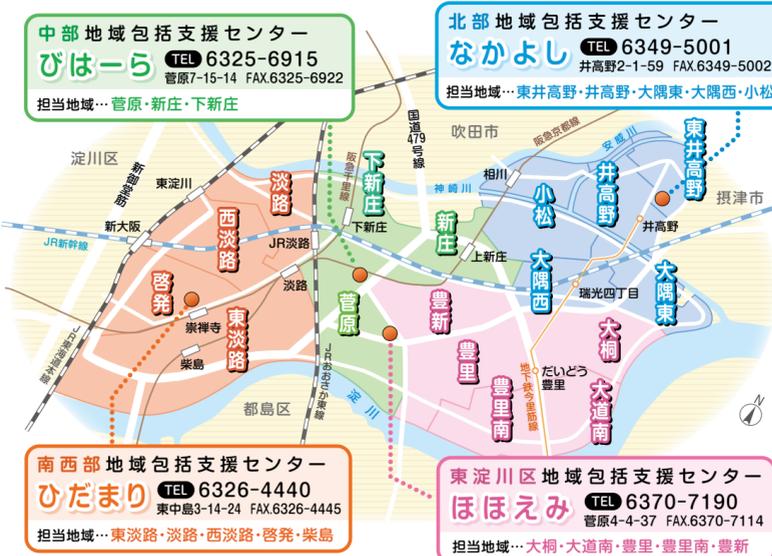
気になる場合は…

認知症かも知れない目安として「同じことを言ったり聞いたりする」「置き忘れやしまし忘れが目立ってきた」「ささいなことでも怒りっぽくなった」「だらしなくなってきた」などがあります。気になる事があれば、まずは『かかりつけ医』に相談してみてください。かかりつけ医がいない方は『かかりつけ医』認知症相談マップをご活用ください。介護や福祉の総合的な相談窓口「地域包括支援センター」や「ほほえみオレンジチーム」でもご相談に応じています。「もしかして!？」と思った時は相談してみたいかがでしょうか。

認知症になっても 安心して暮らせるまちづくりのために!

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりをめざして、認知症サポーターの輪を広げる活動をしています。キャラバンメイトのみなさんといっしょにサポーター養成講座や認知症の方が気軽に集えるカフェなどを開催し、サポートの輪が少しずつ広がっています。ご興味のある方はお気軽に事務局までご連絡ください。

問合せ…事務局:東淀川区社会福祉協議会 TEL.6370-1630



大阪市認知症アプリ・認知症ナビ

大阪市では、公式アプリ「大阪市認知症アプリ」と公式ウェブサイト「大阪市認知症ナビ」を公開中! 認知症の方ご自身だけでなく、ご家族、支援者にもご利用いただきやすい内容となっています。認知症チェック、講座やイベントなど豊富な情報が掲載されていますので、ぜひご利用ください。



大阪市 認知症ナビ 検索
https://www.osaka-ninchisho.jp
「認知症アプリ」のダウンロードもできます
「認知症チェック」のページは…

区内の地域包括支援センター

受付時間…(月~金) 9:00~19:00 (日・祝・年末年始) 9:00~17:00

大阪市から委託を受けた公平中立的な相談窓口として、高齢者またはそのご家族等からの介護や福祉にかかる総合的なご相談に応じています。

※お住いの住所地(小学校区)により担当圏域が決まっています

ほほえみオレンジチーム

受付時間…(月~土) 9:00~17:00

認知症になっても住み慣れた地域で安心して生活を続けるために必要な医療、適切な介護サービスにつながるようサポートします。オレンジチームは、認知症サポート医と医療および介護・福祉の専門職のチームです。

連絡先…菅原4-4-37 TEL.7730-0002 (東淀川区地域包括支援センター内)

東淀川区生活支援コーディネーター通信 VOL.3

みなさんの「こんなことやってみたい」「こんなことできるよ」を応援します!

デイサービス「エクランおおぎり」で中庭ガーデニングを行いました!

地域住民の居場所づくりと、デイサービス「エクランおおぎり」の地域貢献を兼ねた中庭ガーデニングを昨年12月に行いました。

集まった参加者は、まず「どんな花を、どのような配置で植えれば素敵な中庭になるかな?」と相談するところから始めました。植え付け当日は寒い日でしたが皆さん、わくわく楽しみながら体を動かしていました。見学していたデイサービス利用者の方から「私もしたい!」と植え付け作業に参加された方もいました。

参加者からは「台風や地震でベランダの植木鉢を処分したから、また花を育てられるのが嬉しいわ!」との感想が聞かれました。植え付け後は参加者がご自分のペースで水やりに通ったり、花の成長を見に来たりしています。春には夏に向けた花の植え付けを相談する予定です。住民の力で、少しずつ形を変えていく中庭の今後をお楽しみに!



植え付け作業中!

こんな華やかな中庭に生まれ変わりました!



参加者を随時募集中!

中庭ガーデニングでは参加者を随時募集しています。対象は、区内にお住まいで「エクランおおぎり(大桐1-1-12)」までご自身で通える方です。詳しい内容、または参加ご希望の方は、「ほほえみ」までご連絡ください。

問合せ…TEL.6370-1630(担当:生活支援コーディネーター 佐村河内(さむらこうち)) (日曜・祝日を除く9:00~17:30)

「ほほえみサロン」からお知らせ

ベゴマ仲間を募集しています!

対象
ベゴマ経験がある方で、ほほえみサロン(火・金の午後1時~5時)に参加できる方



昔夢中でした! やりました!

「ちらしができました!」

生活支援コーディネーターのちらしを作成しました!ほほえみほかで配布中。当会のホームページでもご覧いただけます!



東淀川区介護者家族の会 「ほほえみの会」に参加しませんか?

「ほほえみ」では、ご家族を介護されている方、介護経験者、介護問題に関心のある方たちが集まって、思いを語り合い、情報交換できる交流会を開催しています。同じ立場の同士なら分かり合えることがいっぱいあります。

定例会 日時…毎月第3木曜 13:00~15:30
場所…東淀川区在宅サービスセンター ほほえみ内
問合せ…TEL.6370-7190(地域包括支援センター)

参加は自由です
お気軽にお越しください!
はじめて参加される方は
受付でお声がけください

ご存知ですか? 「なにわ元気塾」!

毎月1回、お近くの地域の会館等で開催しています。

- ★音楽にあわせてストレッチ!筋肉をほぐし転倒予防に役立ちます。
- ★お口の中や嚥下(飲み込み)に関する話・栄養に関する話は、食事の大切さを知り、健康な体作りをめざします。
- ★アロマ(香り)の効果&石鹸作りで手先の運動!
- ★運動だけでも多種多様な体操があります。

一度、見学に
いらっしやいませんか?

みんなでワイワイと、
楽しく・ためになる時間を
過ごしましょう!

豊新	第1月	14:00~	東井高野	第2火	14:00~	新庄	第3木	14:00~
菅原	第1火	14:00~	小松	第2木	14:00~	啓発	第3金	14:00~
下新庄	第1木	10:00~	大桐	第2金	14:00~	大隅西	第4月	14:00~
豊里	第1木	14:00~	大道南	第3月	14:00~	豊里南	第4月	10:00~
淡路	第1金	14:00~	西淡路	第3火	14:00~	大隅東	第4火	14:00~
						井高野	第4木	14:00~

詳しくは、TEL.6370-1630(介護予防担当)まで

車いす対応自動車・車いすを無料で貸出します!

車いす対応自動車
申込み…利用予定日の1週間前までに!
利用期間…1日単位(9:00~17:00)

車いす ※各地域の会館等でも貸出あります。
申込み…利用予定日の前日午後5時までに!
利用期間…最大1か月 ※ご家庭への運搬不可

貸出条件など詳しくは、区社協のホームページで
問合せ…TEL.6370-1630(地域支援担当)

あなたのお気持ちを善意銀行へ…

善意銀行は、あなたの善意の金銭や物品を、必要とされる区内の福祉団体等にお届けしています!

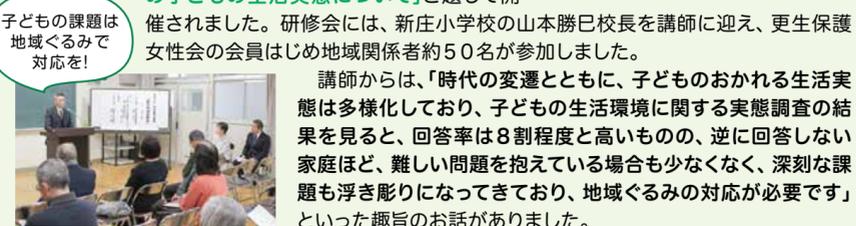
詳しくは、区社協のホームページで
問合せ…TEL.6370-1630(地域支援担当)

平成31年度 賛助会員募集中!...

区社協の自主活動は、賛助会費で支えられ、地域福祉に役立てられています!年間を通じて募集中!

地域の取り組みのご紹介 「新庄地域研修会」 ~子どもの思いを大切にする地域の取り組み~

立春を過ぎたとはいえ、まだまだ寒さが続く2月16日(土)、新庄小学校多目的室において、新庄地域更生保護女性会主催の研修会が開催されました。本年度、当区が日本更生保護女性会の「地域の連携」をテーマとする協働活動推進地区に指定されたこともあり、区内各地域で順次開催されており、新庄地域では「**今どきの子どもの生活実態について**」と題して開催されました。研修会には、新庄小学校の山本勝巳校長を講師に迎え、更生保護女性会の会員はじめ地域関係者約50名が参加しました。



講師からは、「時代の変遷とともに、子どものおかれる生活実態は多様化しており、子どもの生活環境に関する実態調査の結果を見ると、回答率は8割程度と高いものの、逆に回答しない家庭ほど、難しい問題を抱えている場合も少なくなく、深刻な課題も浮き彫りになってきており、地域ぐるみの対応が必要です」といった趣旨のお話がありました。

参加者からは「大変勉強になりました。子どもたちを守り、支えるために、地域でできることを一緒にやっていきたいです」といった声が聞かれるなど、大変熱心に受講されていました。今後の地域ぐるみの取り組みが期待されます。

ひとりで悩まないで! 子育ての? をお手伝いします! 子育てサービス利用者支援(こさりん)

「こさりん」では、子育ての相談を受けたり、いろいろな子育てサービスや支援施設を紹介したり、あなたの子育てをお手伝いしています。また「0歳児親子あつまれ!こさりんのふれあいルーム」も開催しています。「ルーム」では、子育てに役立つミニ講座のほか、お互いに子育て情報の交換や悩みを相談するなど、なごやかな雰囲気でお気持ちをリフレッシュしています。一度遊びに来てみませんか?

<p>窓口での相談は... 相談日…月・火・木曜日(祝休日・年末年始を除く) 13:30~16:30 場所…区役所出張所3階(東淡路4-15-1、淡路駅より徒歩3分)</p>	<p>その他の場所での相談は... 地域の子育てサロン、子ども・子育てプラザ、区役所乳幼児健診会場等で相談できます。日時と場所は「こさりんだより」のほか、区社協HPの最新情報に毎月1日にアップしています。電話でもお問合せください!</p>	<p>「ふれあいルーム」は... 日時…毎月第3日曜日 14:00~15:00 場所…「こさりん」内 対象…0歳児と保護者の方(申込み不要)</p>	<p>「こさりんだより」は... 6月・9月・12月・3月の1日に発行、区社協HPにもアップ。特別号は4月1日に発行、区社協・区役所・子育て支援機関などで配布。</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------

◎問合せと電話での相談はお気軽に! TEL.6195-3732(担当:岩崎・渡辺)

赤い羽根共同募金 皆様の心温まるご支援・ご協力 ありがとうございます!

昨年の赤い羽根共同募金は、合計10,048,012円(平成30年12月31日現在)でした。皆様からの募金は、地域の社会福祉活動を支える貴重な財源です。府共同募金会を通じて、社会福祉協議会をはじめ、区内のさまざまな福祉施設や団体に配分され、地域福祉の推進に活用させていただく予定です。皆様の心温まるご支援・ご協力に心から感謝を申し上げます!

共同募金は、「自分の町を良くするしくみ」です! 区内の募金の約70%は区内の福祉のまちづくり活動に、約30%は府下の広域的な福祉課題の解決のために使われています。詳しい使い道は、「赤い羽根データベースはねっと」で公開しています。

報告

- 戸別募金 …… 7,274,185円
- バッジ募金 …… 2,145,500円
- 街頭募金 …… 194,797円
- 学校募金 …… 207,547円
- 法人募金 …… 193,476円
- その他 …… 32,507円

赤い羽根データベースはねっと <http://hanett.akaihan.or.jp/> はねっと 東淀川 検索

東淀川区社協の相談窓口のご案内

高齢者の総合相談(大桐・大道南・豊里・豊里南・豊新地域)
東淀川区地域包括支援センター
月~金/9:00~19:00 土/9:00~17:30
ほほえみ(菅原4-4-37) ☎6370-7190

地域の見守り活動の相談
見守り相談室
月~金/9:00~19:00 土/9:00~17:30
ほほえみ(菅原4-4-37) ☎6160-0311

認知症相談(対象者の条件あり)
ほほえみオレンジチーム
月~土/9:00~17:00 ★土曜も相談受付中!
ほほえみ(菅原4-4-37) ☎7730-0002(要予約)

低所得者・障がい者・高齢者の方等
生活福祉資金の相談・受付
月~金/9:00~17:00
ほほえみ(菅原4-4-37) ☎6370-1630(要予約)

生活にお困りの方の相談
くらしのみのり相談窓口
月~金/9:00~17:30
区役所1階(豊新2-1-4) ☎6320-0231(予約優先)

判断能力に不安がある方の金銭管理等の相談
あんしんさぼーと事業
月~金/9:00~17:00
ほほえみ(菅原4-4-37) ☎6370-7221(まず電話)

子育て相談など
子育てサービス利用者支援(こさりん)
月~金/9:00~17:00
出張所3階(東淡路4-15-1) ☎6195-3732
月・火・木/13:30~16:30は予約優先の窓口相談

ボランティアをしたい人・してほしい人
ボランティア活動の相談
月~金/9:00~19:00
ほほえみ(菅原4-4-37) ☎6370-1630

相談日は、祝・休日、年末年始等を除きます。また予告なく変更する場合があります。(2019年3月現在)

平成31年度 百歳お祝い訪問のお知らせ

東淀川区社会福祉協議会では、区内にお住まいで平成31年度中に百歳のお誕生日を迎えられる方に、お祝いの品を贈呈させていただきます。

実施日 平成31年4月1日から

対象者 区内に住所を有し(住民票があること)、大正8年4月2日から大正9年4月1日生まれの方で、百歳お祝い訪問を希望される方

実施方法 ご本人と生年月日を確認できるものをご提示ください。ご連絡をいただきましたら日程調整のうえ、ご本人がお住まいのご自宅等を訪問し、お祝いの記念品を贈呈させていただきます。

問合せ…TEL.6370-1630(地域支援担当)