

社協  
通信

# みやこじま



みやこりん  
都島区社会福祉協議会マスコットキャラクター

誰もが安心して暮らせる福祉のまち「みやこじま」を目指して

令和6年

No. 77

2024年10月11日発行

## いろいろ 木 彩りの秋。学ぼう。確かめよう。



みやこりと仲間たちも  
遊びにくるよ！

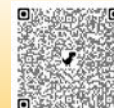
### みやこじま★防災大作戦2024

11月9日 土

10:30~14:30

場所・お問合せ：都島区社会福祉協議会

申込  
不要



ブースによって開催時間が  
異なります。  
詳細はこちらをご覧ください。

「学ぶ」「体験する」「楽しむ」「参加する」をテーマに本年も「みやこじま★防災大作戦 2024」を開催します。日頃の備えが災害時に守る、わたしの、大切な人の、地域の方の、生活といのち。皆さまのご来場をお待ちしています。



VR体験



煙テント  
体験



JRの  
体験コーナー



ミニ消防車と  
記念撮影

非常食食堂、防災ゲーム、防災対策グッズの展示、おはなし会など、盛りだくさん！来場者にはお楽しみ🎁もありますよ！

#### 幸せ応援 ボタン！

フードドライブの  
受付もしています。



#### フードドライブとは？

家庭で余った食品を寄付する活動で、フードロス削減や貧困対策に効果的な取り組みです。

##### お預かり可能なもの

- 賞味期限が1か月以上あるもの
- 常温で保存が可能なもの
- 未使用、未開封のもの

##### お預かりができないもの

- 生鮮食品や冷凍食品など  
常温での保管ができないもの
- 賞味期限が切れているもの
- 開封済みのもの

#### 防災講演会

### 都市防災を考える

— 水害に備える —



講師

関西大学 特別任命教授  
人と防災未来センター長  
かわた よしあき  
河田 恵昭 氏

いつ起きてもおかしくないと言われる南海トラフ地震。大阪市で発生する津波の高さは5m！淀川・大川・寝屋川に囲まれた都島区では、どう備えるべきか！

この機会に、長年、都市防災に取り組んでこられた河田教授による「防災・減災・縮災」をともに考えましょう！

参加費  
無料

12月3日 火

14:00~16:00

定員  
200名

申込  
不要

場 所：まるよし精肉店 都島区民センターホール(中野町2-16-25)  
主 催：大阪市都島区社会福祉協議会・都島区 親の会 カラフル  
後 援：大阪市都島区役所

#### 都島区 折り鶴プロジェクト 折り鶴の展示

5月15日から始まった「折り鶴プロジェクト」の集大成として地域の皆さんで作った折り鶴を以下の日程で展示します。

展示日程

【都島区役所 区民ギャラリー】  
11月5日(火)~11月15日(金)  
【まるよし精肉店 都島区民センター】  
11月18日(月)~12月16日(月)



色とりどりの鶴が羽を広げて、  
形を作っている様子をぜひ、  
ご覧ください。

お問合せ

## 都島区社会福祉協議会

住 所 大阪市都島区都島本通 3-12-31  
電 話 06-6929-9500  
FAX 06-6929-9504

学びの秋

# 認知症SOS声かけ訓練

まちなかで困っておられる様子の認知症と思われる高齢者の方に対して、どのように声をかければ良いかわかりやすく学ぶため、見守り相談室では、声かけ訓練を実施して認知症への理解を深めています。

11月28日 木  
13:30~16:00

場所：淀川福祉会館 都島区毛馬町2-11-44  
申込期間：11月20日(水)まで  
※応募多数の場合は抽選となります。  
※雨天決行(中止の場合あり)

定員 20名

お問合せ・申込み 見守り相談室 TEL 06-6929-8870

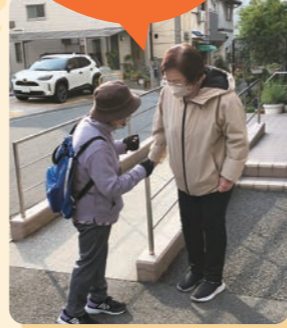


認知症について学びます！



こんにちは。どこからお出かけですか？

訓練開始！ドキドキ！



健康・仲間づくりの秋！

## 百歳体操 ローゼム S100

毎週水曜日  
① 9:30~10:15  
② 10:30~11:15



## 老人福祉センター 出張講座

対象 市内在住 60歳以上の方

# 「ダンスでフレイル予防!!」

ダンス(ZUMBA GOLD®)は、様々な国の音楽に合わせてマネして動くだけ！簡単なので初めてでも、ダンスが苦手でも楽しく参加できるプログラム！  
体幹強化(バランス)、ダイエット、意欲の向上、心肺・認知機能の低下予防等の効果が期待できます！！

参加費 無料

定員 20名 (各回)

11月1日 金  
① 14:00~14:50  
② 15:00~15:50

場所：友淵福祉会館(都島区友淵町1-3-110)

講師 L&P 宮下 寿三 江先生

初めてズンパを体験してみたい方、大歓迎！

申込日時：10月22日(火)・23日(水) 10:00~15:00  
申込方法：来館または電話にて。申込み多数の場合は抽選。10月23日(水)以降、当選者にご連絡します。

お問合せ・申込み 都島区老人福祉センター TEL 06-6354-0354



# シニア×eスポーツ

ゲーム機を使用して、ボウリング、テニスなどのスポーツを楽しみます。脳トレにつながる新しい活動として大注目！都島区社会福祉協議会ではシニア男性が集まり、白熱した対戦が繰り広げられています！

はじめてみよう eスポーツ体験会  
10月29日 火 13:30~15:00



参加費 無料 シニア男性参加者

場所：都島区社会福祉協議会  
申込み：10月22日(火)まで 窓口または電話にて  
申込み多数の場合は抽選し、当選者のみ連絡します。

対象 区内在住の60歳以上の男性、初めて体験される方

お問合せ TEL 06-6929-9500

スポーツの秋

## 「福祉」の授業をお手伝いします。

スポーツを通じた福祉学習の実施など、さまざまなプログラムの福祉学習に取り組んでいます。福祉学習で使用する物品(ポッチャ・車いすなど)の貸出しも行っていきます。お気軽にご相談ください。



車いす介助の体験中！



赤と青のボールを転がして、白のボールに近づけることで得点を競い合います。

## ポッチャ パラリンピック正式種目

## ご存知ですか？

# 秋といえば夕焼け、夕焼けといえばオレンジ？ 都島区認知症キャラバン・メイト連絡会を！

都島区認知症キャラバン・メイト連絡会は『都島区内で認知症になっても安心して暮らせるまちづくり』を目的として、平成23年4月に結成されたボランティア団体です。『つながろう たすけあいの地域の輪』をスローガンに、関係機関や団体と協働し、全区民が安心して暮らすことができる地域づくりをめざして活動しています。

## 認知症サポーター養成講座に参加しませんか？

「認知症サポーター」とは、認知症を正しく理解し、認知症の方やそのご家族を自分のできる範囲で温かく見守り支えていく人のことで、「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らすことができるように応援する人のことです。

年3回程度、区民向けの講座を開催しています。企業・団体・学校等々からの「講座開催」依頼の受け付けも行っていきますので、まずはお気軽にご相談ください。お待ちしております。

認知症サポーター養成講座

定員 30名 先着順

11月14日 木 14:00~15:30  
みゆきコミュニティホール(御幸町2-6-20)

お問合せ 都島区認知症キャラバン・メイト連絡会事務局 TEL 06-6929-9500

映画会「認知症 愛の奇跡」

定員 40名 先着順

12月13日 金 13:30~16:00  
友淵福祉会館(友淵町1-3-110)



## 社協職員のスガオ

今回は「秋」をテーマに社協職員の仕事や「どんなひと？」をご紹介します！

### case 1 都島区地域包括支援センター 岡地 七奈美です。

今年の4月から就任し、高齢者の方々が住み慣れた地域で暮らせるように相談を受けております。地域の方々に向けて様々な情報発信もおこなっています。今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。

食欲の秋・芸術の秋・過ごしやす時期ですね。秋刀魚や栗、さつまいもに梨、たくさん美味しいものが浮かんできます。食べ過ぎに注意したいところです。先日、「男のための座学」の遠足で東洋陶磁美術館に行ってきました。自分でも美術館に行ってみたり、演奏会や舞台を見に行ったり、新しいことに挑戦してみたいです。また、秋は散歩にもよい時期になりますので都島地域を散歩してみたいと考えています。おすすめ情報があれば皆さん教えてください。



### case 2 あんしんさぼーと(日常生活自立支援事業) 速水 咲です。

4月1日付で都島区に就任しました。あんしんさぼーと(日常生活自立支援事業)では認知症・知的/精神障害などで、判断能力に不安がある方の金銭管理のご支援を主として行っています。お金の管理でお困りのときは、まずはお気軽にご相談ください！

秋といえば 色々な秋がありますが、「読書の秋」で頭の栄養補給をしたいです！紅葉を吹き抜ける風が気持ちよく、過ごしやす季節になってきました。何か始めるのにぴったりの季節ですね。昔から本を読むことが大好きなのですが、大人になるにつれて読書量は減っていくばかり…。今年の秋は、栗やさつまいものお菓子を食べて糖分補給をしつつ、たくさん本を読みたいと思います！



地域のために何かできることを

# 大阪 拘置所 × 都島区 社協

## 受刑者による「車いすの清掃活動」の取り組み

大阪拘置所の職員から「受刑者にとって、何か社会貢献できる機会を検討いただきたい」「自分が行った作業で誰かが喜んでくれている」という思いをもつことで、再犯防止にもつながれば」と相談を受けたことがきっかけです。拘置所と社協間で協定を結び、社協が保管する車いすの清掃作業から取り組みを進めています。拘置所内で点検・清掃された車いすは、福祉教育や一時的な貸出事業を通して、地域の皆さんにご利用いただいています。



丁寧に作業いただき、車いすはピカピカ！みなさんに気持ちよくご利用いただいています。



# 令和6年度 善意銀行 ～寄付で支える地域の仕組み～

善意銀行運営委員会（6月1日）にて審査を行い、令和6年度 地域福祉活動推進事業、福祉ボランティア活動応援資金、居場所・つどいの場立ち上げ助成について、次のとおり払出を行いましたので報告します。

地域福祉活動推進事業	27団体へ払出【713,400円】
福祉ボランティア活動応援資金	7団体へ払出【168,000円】
居場所・つどいの場立ち上げ助成	1団体へ払出【28,000円】
計909,400円	

## こんな風に活用されています

居場所・つどいの場立ち上げ助成を活用

### こども夜カフェ

気軽にに行ける不登校生の居場所  
夜カフェの店長は、不登校を経験した高校生。一緒にたこ焼きやお好み焼きを食べながら、店長とお話してみませんか？



日時：毎月第4火曜日 18:00～20:00  
対象：不登校の小・中学生、保護者、支援に関わる方誰でも  
場所：こみらいフリースクール（都島本通3-19-9）  
参加費：こども無料（おとなはカンパ制）

# やすらぎ虹の会

都島区介護家族の会

日頃から家族の介護で困ったり、悩んだりすることはありませんか？

「やすらぎ虹の会」では、現在介護している方、介護を経験された方が集まって、介護についての情報交換や日頃の悩みを語り合い、同じ悩みを持った仲間と気持ちを共有する会として活動しています。お時間があれば参加してみませんか？



日時：毎月第3火曜日/13:00～15:00  
場所：都島区社会福祉協議会（都島本通3-12-31）

対象 都島区内にお住まいの方

参加された方の声

話を聞いてもらって、気持ちが楽になった

様々な情報を聞くことができた

お気軽にお問合せください！  
都島区地域包括支援センター TEL 06-6929-9500



# 赤い羽根共同募金

にご協力をお願いします。

10月1日 火 ～ 12月31日 火

「国民たすけあい運動」として始まった共同募金は78年を迎えました。「じぶんの町を良くするしくみ。」として毎年10月1日から12月31日まで赤い羽根共同募金運動が実施されています。集まった募金は、区内で様々な社会福祉活動を行う団体に配分を行っています。皆さまからの心温まるご支援、ご協力をよろしくお願いします。



「はねっと」で検索できます。



# 都島区社協の最新情報を見逃さない！！

社協通信以外でも様々なSNSツールを活用し、イベントや講座のお知らせ、参加できる地域の活動や相談窓口の紹介など、わかりやすい情報発信を行っています。皆さんの使いやすいものを選んで情報を入手しましょう！

## ちょこっとスマホ教室 QRの読み取り方

QRを読み取るだけで、ウェブサイトの閲覧、クーポンの取得、SNSアプリの友達登録が簡単にできます！

### やり方は3ステップ！

- ①スマホのカメラを起動
- ②QRをカメラにかざすと、URLや情報が表示されます。  
※スマホによって読み取り画面の表示は異なります。
- ③表示された情報をタップすると画面が切り替わります。



## 公式LINE



お友達登録してね！お知らせ情報が届きます！

## ホームページ



社協ってなに？の疑問を解決！

## Facebook



日々の活動を発信！