

新しい生活様式

未来へつなぐ SHARE book

SHARE かわらばん

『工夫を当たり前 助け合いを自然に』をコンセプトに、個人の生活や、地域での助け合い活動の工夫を紹介します

クラフトで

つながるおもい

あんちゃん

子どものころから手先が器用で図工が得意。細いところでも手が届くから「ピンセットの手」と言われていました。大人になってもその手は健在で、家にある紙袋や包装紙をリメイクして、えいーなーと思うクラフト作品を作っています。

施設にいる母にクラフト作品を持って行くと「かわいいね！よしよし」と大事にしてくれる姿を目にしました。とてもうれしい気持ちになり、それ以来私もクラフトに話しかけながら作る様になり楽しさが増えました。

昔、何でも聞いて頼りにしていた大切な方との別れがあり、食べることも忘れてしまうほど辛い時がありました。



なかよく製作中



絵馬かざりなど細かな作品の数々

そんな時、地域で行われているクラフト教室で、ぶんちゃんとお会いしました。男兄弟で育った私にとって、たのしいお姉ちゃんが出てきたようで嬉しかったです。あれから15年、ぶんちゃんやみんなとおしゃべりしながらアイデアを出し合いクラフト作品のアレンジも楽しんでいきます。

クラフトを作ることが楽しく、作品を見た方に喜んでもらえることが嬉しくて、今でも続けています。

ほかにも回覧板で知った地域福祉活動に、ぶんちゃんとお互いに誘い合いながら一緒に通っています。憩の家で待ち合わせて参加し、サポーターさんとお話するなんてことも、私の楽しみの一つになっています。

ためになる話 リハビリテーションの視点から

～手芸と交流の効果～

手芸には作品を作ること自体の楽しさや、達成感を感じられるのみでなく、様々な効果があります。たとえば、作品をイメージして工程を考え集中して作るとは、認知機能に良いと言われています。さらに、指先の細かい動作や目と手を協調して動かすこと、また作業中に手先がぶれないように姿勢を保つことは、筋力や体力の維持など身体面にも良い作用があります。

スポーツやボランティア、趣味関係のグループへの社会参加の割合が高いほど、転倒や認知症、うつなどのリスクが低い傾向があるとされています。ご友人と誘い合って一緒に通われていることは素敵なことです。



訪問看護ステーション
東成おみち
理学療法士 後藤有佳里

みなさんのエピソード募集しています。

お寄せいただいたエピソードは大阪市東成区社会福祉協議会ホームページまたは、本紙『SHARE かわらばん』次回号に掲載させていただきます



助け合い活動をSHARE!

東中本地域編

地域福祉活動サポーターのこぼれ話

東中本 野坂 万喜子さん

東成区では人口と町会が一番多く、住みよく、温かい地域です。もともと人と話すのが苦手でしたが、地域みなさんに助けをもらいながら、盛り上げてもらいながら続けてこられました。私ひとりでは続けてこれませんでした。

顔をあわせて、人が集まることで気軽に情報発信ができるのはいいなあと感じています。

「おれんじ大学」はテレビを観ていて認知症は予防できることを知り、みんなが喜んでくれると考え、実施しました。

これからも「楽しいな」「おもしろいな」と思える活動を行っていきたいです。



※コロナウイルスの感染状況によっては、実施を中止・延期している場合がございます

感染対策のうえ、実施しています!

東中本地域で 取り組まれている地域福祉活動



介護予防教室
いきいきのつどい
第1・2月曜



ふれあいサロン喫茶
第3・4月曜



いきいき百歳体操
毎週水曜(二部制)



おれんじ大学 毎週火曜



子育てサークル 第3火曜



第3火曜日はおれんじ大学と子育てサークルが同時開催され、世代間交流の場となっています。



食事サービス 毎週木曜

憩の家建替え工事のため、令和5年7月から令和6年3月まで食事サービスは休止します。



あたらしい憩の家
令和6年2月完成予定



駄菓子屋さん



心笑喫茶



おやじカフェ

年間行事

春の
ふれあいまつり



地域福祉活動サポーターって?

東成区では、小学校区ごとに『地域福祉活動サポーター』が配置されています。おももりネットの申込窓口の他、地域の身近な相談窓口です。地域の皆さんが気軽に集える場づくりに取り組んでいます。身の回りのお困りごとがあれば、サポーターまでご相談ください。

SHARE かわらばん の発行・お問い合わせ先

社会福祉法人大阪市東成区社会福祉協議会(生活支援体制整備事業)

所在地:〒537-0013 東成区大今里南3-11-2

東成区在宅サービスセンター内

TEL :06-6977-7031 FAX:06-6977-7038

生活支援体制整備事業とは、高齢者が元気に暮らし続けられるよう、また、ちょっとした困りごとが解決できるよう、多様な主体による取組みを推進する事業です。生活支援コーディネーターを配置し、様々な支援活動のコーディネート役を担っています。

元気づくり会議 準備中!

「生きがいづくりの活動がしたい!」
「今ある活動を広げたい!」
「空きスペースを活用したい!」等、
“なにから始めてみたい!”方は
ご連絡ください。

