



# ひがしなり No.81



ホームページ



Facebook



twitter

令和5年1月発行

発行/社会福祉法人  
大阪市東成区社会福祉協議会

〒537-0013 大阪市東成区大今里南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 URL <http://www.higashinarikushakyo.jp>



## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



2018年に動員20万人を超える大ヒット  
日本中を深い感動で包んだあの物語には続きがあった!

アルツハイマー病を患った母を  
98歳になった父が懸命に介護する日々  
そんな中、新型コロナウイルスの波が押し寄せ、  
事態は急変する。

監督・撮影・語り  
& ひとり娘  
信友直子

### ぼけますから、 よろしくお願ひします。 ～おかえりお母さん～

母が認知症になっても、父は変わらぬ愛を注ぐ  
結婚生活60年を過ぎた90代夫婦の生きる道



2022年/日本/ドキュメンタリー/101分/ビデオ/D2.0ch 監督・撮影・語り:信友直子 プロデューサー:滝沢 大島新 編劇:信友直子 制作プロデューサー:稲葉友紀子  
編集:日見原健 撮影:津中真、片岡智久 音楽:池田純一 監修:宮本浩一 制作:アログラフ・スタジオ  
制作:フジテレビ ネットワーク 関西テレビ 信友家 配給:宣伝:アンプラグド ©2022「ぼけますから、よろしくお願ひします。～おかえりお母さん～」制作委員会 刊 www.bokemosu.com



申込締切

令和5年  
1月13日(金) 当日必着

申込

令和  
4年度

## 社会福祉 講演会

新型コロナウイルス感染症の影響により、家族と容易に  
会うことができなくなった今という時代に、区民の一人  
ひとりが「自分の物語」として受け入れ、考えるきっかけ  
となるよう、また認知症への理解を深めることを目的と  
して社会福祉講演会(映画上映)を開催します。

令和5年1月28日(土)

コミ協ひがしなり区民センター 大ホール

内容 13時30分 開会  
社会福祉講演会(映画上映)  
「ぼけますから、よろしくお願ひします。  
～おかえりお母さん～」

16時00分 閉会  
定員 300名(定員を超えた場合は抽選)

申込方法  
住所・名前・電話番号を明記し、「映画上映」とお書き添え  
のうえ、「はがき」にてお申し込みください。  
※来所・電話・FAX・メールでのお申し込みはできません。  
※お申し込みは「はがき」1枚につき、1名様までです。  
※応募は1人1回のみ、複数応募はできません。  
※結果は「はがき」でお知らせします。【1月18日(水)発送予定】

〒537-0013 大阪市東成区大今里南3-11-2  
東成区在宅サービスセンター内  
大阪市東成区社会福祉協議会 社会福祉講演会 あて

### 3年ぶりに区民センターで開催しました!

## 東成区 福祉まつり ふれあい広場

再発見! あつい つながり ひがしなり

11月5日(土)、誰もが認め合い、支え合い、つながり合うことができる福祉のまちづ  
くりを目的としたイベント「ふれあい広場」を開催し、825名の参加がありました。  
区内の25団体が参加する実行委員会では、6月からコロナ禍であっても安心安全  
に開催するにはどうしたらいいかを話し合い、例年実施していた飲食コーナーやお弁  
当販売の見合わせや開催時間の短縮、来場者のマスク着用と手指消毒の協力などの  
対策を講じることで、当日を迎えることができました。  
センター前や大ホールでは、各団体が自主製品の販売や体験などのブースを出展  
し、来場者との交流を深められました。また、舞台では演奏や踊りの披露があり、子ども  
から大人まで楽しく観覧されました。

\*このイベントは、共同募金配分金を活用して実施しました。



実行委員会では  
班に分かれて意見出し



オープニングに出展団体の  
ひと言PRタイム



センター前のブースも  
大賑わい

# 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。みなさんでいっしょにお越しください。

## ホームページをリニューアルしました！



東成区子ども・子育てプラザ **検索**

POINT

**総合案内** スマホからも見やすくなりました！

POINT

**プラザイベント** いつでもどこでも最新の情報をチェックできます！

POINT

**区内の子育て情報** 区内・地域の子育てイベント・サークル情報を掲載します！

POINT

**各種お申込み** ホームページからプラザイベントへ申込みができるようになりました！

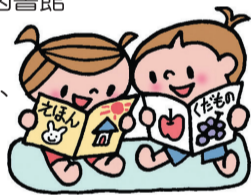
### イベント情報

## おいでよ！絵本のひろばへ

～絵本でつながれ！子育てを楽しく～

たくさんの絵本がみんなをお出迎え(^\_^) ボランティアによる読み聞かせやお楽しみ会もあるよ～♪

- 日時** 令和5年1月28日(土)  
午前の部10:00～12:00  
午後の部12:30～14:30
- 場所** 東成区在宅サービスセンター 3階 多目的室
- 対象** 東成区在住の乳幼児とその保護者 (0歳から小学校就学前)40名
- 共催** 東成区子ども・子育てプラザ、東成図書館
- 協力** 東成区社会福祉協議会、東成区子育て支援室、絵本の会東成、パンジーおはなし会、どんぐり文庫



### イベント情報

## プラザフェスタ

プラザの全フロアを使ったイベントだよ(^\_^) 君はブースをいくつ回れるかな? (^\_^) 子育てを応援する支援者一同が皆さんの参加をお待ちしています♪

- 日時** 令和5年2月26日(日)  
一部 9:30～11:00  
二部 11:45～13:15  
三部 14:00～15:30
- 場所** 東成区子ども・子育てプラザ
- 対象** 市内在住の乳幼児とその保護者・小中高生 各回70名
- 主催** 東成区子ども・子育てプラザ
- 協力** 東成区民生委員児童委員協議会、こどもの居場所実施団体、もみじのて(ファミリー・サポート・センター事業提供会員)、子育て支援センター、新深江みらいひろば、深江橋みらいひろば、東成区子育て支援室、東成区社会福祉協議会



## プラザをご利用ください♪

**つどいの広場 (火曜～土曜)**

0歳～就学前のお子さんと保護者が遊べる広場

**ひよこルーム (火曜・木曜)**

0歳の乳児さんと保護者が遊べる広場

**子どもの家 (火曜～日曜)**

小学生・中高校生が遊べる広場

## 転ばぬ先の杖を！ 65歳から身につける運動習慣

### 令和5年度 介護予防教室

参加者募集!

立つ・座る・歩く・階段の昇降などの基本的な日常動作に必要な筋力をつけ、転倒予防や健康の維持・増進を目的とした運動教室を開催しています。

- 対象者** 東成区在住の65歳以上で、要支援または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
- 申込・問合せ** TEL 06-6977-7031 (介護予防担当: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、ストレッチや筋力向上運動・バランス運動等のトレーニングを提案・実施します。1回90分(準備運動～マシン～整理運動)。

<参考:令和4年度第1クール  
平均年齢74.6歳(最年長90歳)  
男性/5人 女性/25人

#### 【開催内容】

- 開催スケジュール/右表
- 定員/各コース10名
- 受講料/1クール(12回)6,000円 ※初回に一括納付
- 申込方法/  
各クールの申込〆切日までに電話(6977-7031)にて申込(申込多数の場合は抽選)※申込はいずれか1コースのみ
- 持ち物/上履き(運動靴)、タオル、水筒、動きやすい服装等



#### ■参加者の声(アンケートより)

- 🗣️ 身体も軽く、足も運びやすくなってきています
- 🗣️ 週1回必ず外出することで、生活にリズムができ、とてもよいです
- 🗣️ 家でできることが多く、本当によかった

		火	水	金
		10:00～11:30	10:00～11:30	10:00～11:30
第1クール	4月	25	19.26	21.
	5月	2.9.16.23.30	10.17.24.31	12.1
	6月	6.13.20.27	7.14.21.28	2.9.16
	7月	4.11	5.12	7.
第2クール	9月	5.12.19.26	6.13.20.27	1.8.15
	10月	3.10.17.24.31	4.11.18.25	6.13.
	11月	7.14.21	1.8.15.22	10.1
第3クール	12月	19.26	20.27	15.
	1月	9.16.23.30	10.17.24.31	5.12.
	2月	6.13.20.27	7.14.21.28	2.9
	3月	5.12	6.13	1.8

# 東成区老人福祉センター

【問合せ 06-6972-0855 (4面に詳細掲載)】

## 60歳からの生きがいづくり・社会参加を応援!!

「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。

### ＼ 高齢者の元気づくりと福祉のまちづくりを応援! /

#### いきいき百歳体操『おさらい会』



毎週行っている体操も改めて先生から教わってまた頑張ろう

#### ヤクルト ビューティー講座①



いくつになってもお肌はきれいに保ちたいですね



#### 初夏の健康講座パンジー学園 安治川水門見学



巨大な水門が稼働する様子は圧巻でした!

#### 歩こう会(春・秋) 秋～西宮戎神社と西宮郷酒蔵見学～



静かな境内を散策。白鹿の酒ミュージアムはお酒が飲めない私も楽しめました!



#### 世代間交流事業 いもほりたいけん



小さなお子様とお母さんとも土に触れて楽しそう



お土産のさつまいもが掘れたよ!

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。

## 『ひがしなり いきいき咲かそ! シニアの輪』

自主グループ・サークルの活動と仲間づくりを応援! 当センターでは、30を超える自主グループ・サークルが、元気に活動されています。

見学は随時歓迎です。ぜひ一度お越しください!

※入会をお待ちいただくサークルもあります。

※新型コロナウイルスの影響により、活動を自粛している自主グループ・サークルがあります。詳しくはお問い合わせください。

## 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。

10月

#### 柳友会(川柳)



11月

#### 手話サークル「なでしこ」



## 主なイベント案内

- 1/15 (日) ニュースポーツ
- 1/27 (金) カンタン似顔絵の描き方教室
- 2/7 (火) 健康寿命を延ばそう講座「骨・カルシウムセミナー」
- 2/9 (木) オレンジかふえ東成(喫茶)(予定)
- 2/14 (火) 大正琴体験講座
- 2/16 (木) ヤクルト ビューティー講座②
- 2/18 (土) 学童交流「みんなの寄席」(予定)
- 2/24 (金) 『自分史』を作ろう!
- 2/28 (火) 音楽サロン
- 3/1 (水) 「華道生け花」体験(予定)
- 3/9 (木) オレンジかふえ東成(喫茶)(予定)
- 3/10 (金) 利用者代表者連絡会(予定)
- 3/15 (水) いきいき百歳体操「おさらい会」
- 3月 いきいきシニア活動マップ2023発行 ほか

※新型コロナウイルス感染症の影響で、令和4年度に予定していた行事が中止、令和5年度に延期するものもあります。※大阪府・市からの要請等により、予定している行事が延期または、中止となる場合もありますので、センターだより(毎月発行)やホームページ等でご確認をお願いします。ご不明の点はセンターまでお問い合わせください。

ル参加者(30人)内訳>  
歳男性・最年少65歳女性)

申込 切日	抽選日
11:30	
28	
9.26	2月28日
23.30	3月1日
4	
22.29	
20.27	6月30日
7.24	7月3日
22	
9.26	10月20日
16	10月23日
15	

## 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、ボールやマット、タオルなどを使った筋力低下を防止する運動を楽しく行います。1回90分。

### 【開催内容】

- 開催スケジュール/右表
- 定員/各コース20名
- 受講料/1クール(5回)1,500円 ※初回に一括納付
- 申込方法/  
各クールの申込切日までに電話(6977-7031)にて申込(申込多数の場合は抽選)※申込はどちらか1コースのみ
- 持ち物/上履き(運動靴)、タオル、水筒、動きやすい服装等



### ■参加者の声(アンケートより)

- 🔊 姿勢を正すことを常に意識するようになった
- 🔊 外出の機会ができ、体の怠けがなくなった
- 🔊 90分たっぷりの運動量で大満足しています

<参考:令和4年度前期参加者(40人)内訳>

平均年齢76.2歳(最年長92歳男性・最年少65歳女性)  
男性/6人 女性/34人

		月曜 Aコース5回	月曜 Bコース5回	申込 切日	抽選日
		10:00~11:30	10:00~11:30		
春 ク ー ル	4月	17	10.24	3月8日	3月11日
	5月	1.15.29	8.22		
	6月	5	12		
夏 ク ー ル	6月	19	26	5月31日	6月2日
	7月	3.31	10.24		
	8月	7.21	14.28		
秋 ク ー ル	9月	/		7月28日	8月1日
	10月	2.16.30	23		
	11月	6.20	13.27		
冬 ク ー ル	12月	4.18	11.25	10月31日	11月2日
	1月	15.29	22		
	2月	5	19.26		

## 子どもたちの『ともに生きる力』を育む 福祉教育

福祉教育は、身の回りの人々や地域との関わりをとおして、そこにどのような福祉の課題があるかを学び、その課題を解決する方法を考え、解決のために行動する力を養うことで、ともに生きる力を育むことを目的としています。



- 『体験+考える時間』にすることで、より成果がみられます
- 今の課題に目を向けてプログラムを考えることで、より身近な取組みに変わります
- 学年(年齢)によって、できることは違います。継続した取組みにすることで、より成果がみられます

社協は、地域・学校と連携しながら一緒に福祉教育のプログラムを考えます

### 知る・体験するプログラム例

- \*視覚に障がいのある方のお話(当事者) + アイマスク・手引き体験
- \*聴覚に障がいのある方のお話(支援者) + 手話体験
- \*高齢についてのお話(支援者) + 高齢者疑似体験
- \*ふくしのお話 + パラスポーツ「ポッチャ」体験

【問合せ】06-6977-7031(地域支援担当)



## ちょっとした困りごとの助け合い 活動者募集!

きづくちゃん「たすけ愛」活動の会

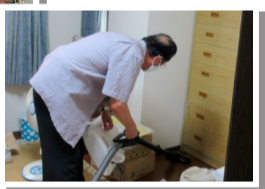
きづくちゃん「たすけ愛」活動の会とは、暮らしの中のちょっとした困りごとを支え合う有償活動です。活動内容や頻度等は相談に応じながら対応しています。ご自身のできる範囲で、地域に住むお困りの方の生活をサポートしてみませんか?  
\*活動には登録が必要です

### ちょっとした困りごとって?

通院の付き添い、薬とり、買い物代行、植木の剪定、部屋の片づけなど

### 活動者にきかけを聞いてみました

「仕事を退職して時間がある」  
「子育てが落ち着いたので」  
「誰かの助けになりたい」  
「自分が困った時に助けてもらえるように、自分が動けるうちは活動会員として活動したい」



【問合せ】  
きづくちゃん「たすけ愛」活動の会事務局 (東成区ボランティア・市民活動センター)  
06-6977-6336

## 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。

利用できる方

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

利用できない方

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。

## 赤い羽根共同募金 ご協力ありがとうございます



赤い羽根共同募金(10月～)へのご協力が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、福祉施設や団体等に配分され、さまざまな福祉活動や災害時支援に役立てられます。

令和4年度共同募金額4,900,121円 令和4年12月19日現在 東成区地区募金会報

### 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
- 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、国民の祝日(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ことがあります)
- 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
- TEL:06-6977-7031 ●FAX:06-6977-7038
- 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、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	中本憩の家(仮事務所) 中本4-5-10	06-6977-1906
東中本	東中本憩の家 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 TEL 06-6977-7031

当会が実施する各事業・催しは新型コロナウイルス感染症対策をおこなっています。参加される際は感染拡大防止へのご協力をお願いいたします。なお、感染拡大防止のため、各事業・催しは中止・延期となる場合があります。予めご了承ください。

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。