



生活支援コーディネーター通信

2024

2・3

隔月発行
Vol.19



社会福祉法人 大阪市淀川区社会福祉協議会 生活支援体制整備事業
〒532-0005 大阪市淀川区三国本町 2-14-3 淀川区在宅サービスセンターやすらぎ
よっしゃー・やるっち・わるっちは淀川区社会福祉協議会マスコットキャラクターです。

お問い合わせ
TEL 06-6394-2900
FAX 06-6394-2978

3	すべての人に健康と福祉を	11	住み続けられるまちづくりを



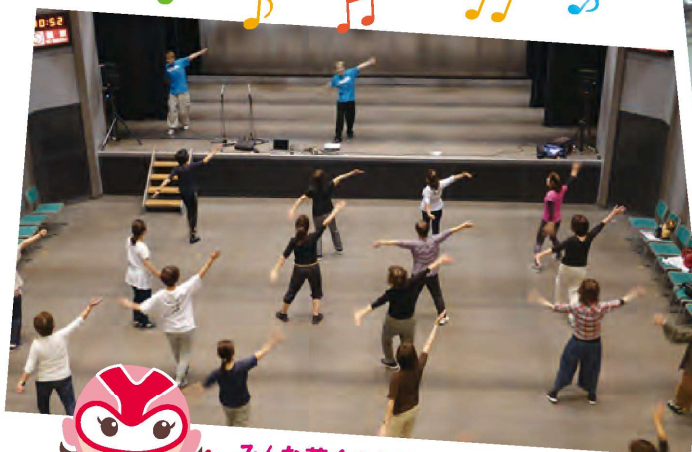
10歳若返りダンス教室

2か所で開催しました!

チャレンジするっち♪



よっしゃー



体づくりにもおすすめっち♪

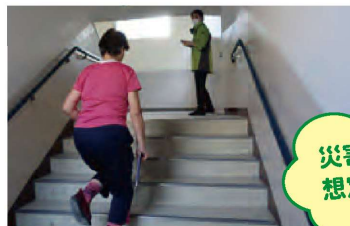


やるっち

みんな若くみえるっちねー♪

日本ストリートダンススタジオ協会 (NSSA) が開発した認知症予防、転倒・ロコモ予防に効果があるダンスレッスンと、専門機関による日々の生活習慣改善に役立つ健康ミニ講座がセットになった全8回のダンス教室を、新東三国小学校と大阪市立青年センターで開催しました (後者は淀川区・東淀川区の共催)。

新東三国小は地域の方のアイデアで「災害時に向けた体力と繋がりづくり」も目的に入れ、階段を昇る時間を測定しダンスの効果を検証したり、小学校の取組みと連動させるなど、より地域密着型の企画となりました。



災害時の避難を想定してるんだ!



わるっちを探せ!

この誌面のどこかにわるっちが隠れています。探してみよう!

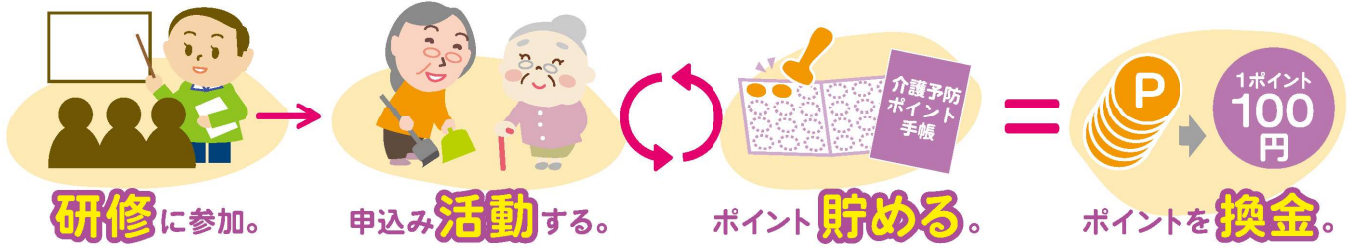
答えは裏面の
下を見てね!

各地の取組みを
教えてください

「淀川まるっとかわら版」では、各地域や企業・団体での取組みを募集しています。「こんな取組みをしている!」「こんな工夫でみんなとつながっている!」などの情報を淀川区社会福祉協議会までお寄せください。

体を動かし地域で活躍しませんか？

大阪市の介護予防ポイント事業



地域のお手伝いでポイントをもらおう！

介護予防ポイント事業は65歳以上の、大阪市の市民が参加できるプログラムです。介護施設でのお手伝いや保育所でのサポート、自宅での生活支援などを行うことでポイントが貯まり、貯めたポイントは換金することができます。外出の機会も増え、健康づくり、生きがいづくり、介護予防にもつながります。

活動の流れ



仲間も増えて
楽しいわ♪

対象者

65歳以上の大阪市民
(大阪市介護保険第1号被保険者)

活動内容

介護保険施設などで

- 話し相手
- 行事、遊びなどの補助
- 草木の手入れ

保育所などで

- 行事、遊びなどの補助
 - 園内の清掃
 - 園庭の手入れ
- など他にも色々あります。

研修は定期的に行われています。
実施予定や詳細についてはお問い合わせください。

お問い合わせ

淀川区社会福祉協議会 TEL 06-6394-2900

※一日の上限は2ポイントで、6ポイントから換金でき、年間80ポイントまで換金可能です。

寺聴

お寺でアンサンブルを聴く、
寺聴シリーズ第三弾



日時 令和6年3月17日(日)
世界の名曲 13時開場 / 13時半開演
日本の名曲 15時半開場 / 16時開演

場所 常光寺

費用 各部 /1,000円 通し /1,500円

申込 TEL 06(6394)2900 まで
受付: 2月26日(月) 午前9時~



発行物のご案内

「プラチナ世代のいきいき活動マップ」を
最新情報に更新しました！

地域の百歳体操、食事サービス、ふれあい喫茶等の情報がまとまっています。

木川南地域「地域のつながり交流の場マップ」が完成しました！

地域の方たちと協議体を重ね、木川南ならではの居場所が載ったマップとなりました。

気軽に行ける外出先があることが健康づくりに役立つという研究もあります。これらのマップを見てまず出かけてみましょう。



高橋(たかはし)

淀川区社会福祉協議会の
最新情報はこちら！



淀川社協
ホームページ



淀川社協
フェイスブック



淀川社協
インスタグラム



スマホで
最新情報が
見れます！