

社協だより



ふれあい生野

発行

社会福祉法人大阪市生野区社会福祉協議会(区社協) 〒544-0033 大阪市生野区勝山北3丁目13番20号
TEL:06(6712)3101(代) FAX:06(6712)3001 ホームページ <http://ikunoku-shakyo.jp/>

編集

広報編集委員会 編集委員長・岩井徳次 (発行責任)生野区社会福祉協議会

年3回発行



広がっています!

「百歳体操」



あなたは今、健康ですか?

5年後、10年後はどうでしょうか?

「百歳体操」は、何歳になっても元気で楽しく生活するための体操です。

高知市が開発し、今では全国に体操の輪が広がっています。

「百歳体操」は、全て簡単・安全なので誰でもすぐに始めることができます。

生野区では、現在20カ所で開催しております。ぜひ始めてみませんか?

こんな方におすすめ!

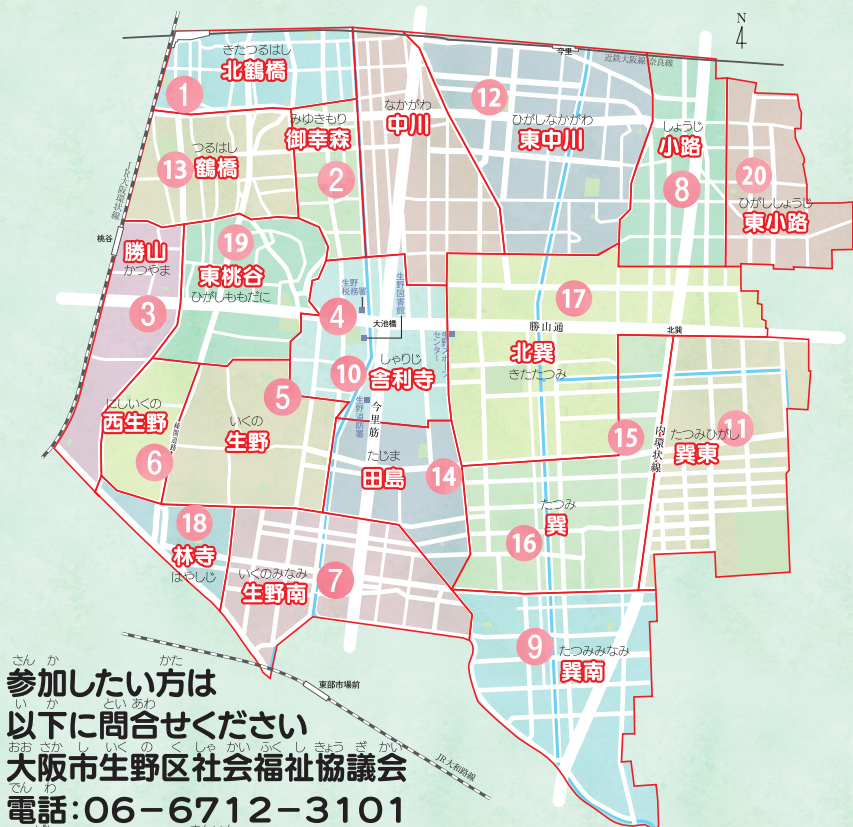
若い頃より、つまづくことが増えた

すぐエスカレーターやエレベーターに乗ってしまう

椅子から立ち上がる時に、つい「よこらしよ!」と言ってしまふ

50歳を過ぎて筋力トレーニングを行っていないと、毎年ペットボトル約1本分(454グラム)の筋肉が減り、80歳までに筋肉は半分になってしまいます。しかし、いきいき百歳体操を続けることで、90歳を超えた方でも筋肉をつけることができます!

(大阪福祉局高齢者施策部高齢福祉課 ホームページより一部抜粋)



参加したい方は

以下に問合せください

大阪市生野区社会福祉協議会

電話:06-6712-3101

※場所によっては、満員で入れないこともあります。

※図・百歳体操とあわせて、「かみかみ百歳体操」をおこなっているところもあります。

現在、右上の一覧で開催されています。

令和2年度 善意銀行「特定テーマ」払出「福祉ボランティア活動応援資金」払出先の募集

善意銀行に預託いただきました、みなさまの善意(寄付金)を原資に、払出(助成)先を募集します。

払出対象 生野区内で福祉ボランティア活動を行っているグループ(5人以上で構成されていること)**払出額** 1件4万円以内(令和2年度中の活動にかかる経費が対象)**申込期間** 2月10日(月)～3月13日(金) **払出決定** 5月下旬(交付は6月)**申込・問合せ** 地域支援担当 TEL:06(6712)3101

福祉ボランティア活動の例

地域や福祉施設での特技を生かした活動(音楽・パフォーマンスなど)／
図書・朗読に関わる活動／視覚障がい者に関わる活動(点訳・音訳など)／
聴覚障がい者に関わる活動(手話など)／精神保健ボランティア活動／
地域での喫茶・サロン活動／子育て支援・おもちゃ図書館活動／
地域生活支援(外出支援や家事援助など)／その他、
善意銀行運営委員会で判断した活動

※申請書類等は、期間内にホームページからダウンロードできます。

活動領域



認知症の基本と基本だけでは 解決しないトラブルについて



参加無料

定員50名

手話通訳あり



開催日時 2月7日(金) 13:30~15:00

会場 生野区在宅サービスセンターおかちやま
2階 多目的室 大阪市生野区勝山北3-13-20

講師 桜川ものわすれクリニック 院長 山本 大介 先生

対象 認知症に関心のある方

問合せ おかちやまオレンジチーム(担当 石川・大坪・松本)
TEL:06(6712)3113 FAX:06(6712)3122

主催 生野区社会福祉協議会 認知症初期集中支援チーム(おかちやまオレンジチーム)
生野区地域包括支援センター 生野区見守り相談室



先生のご紹介

医学博士
精神科医による訪問診療を
数多く行っている
「子供と高齢者の交流」
を行う為、自ら保育園を
経営している

デイサービスセンター おかちやまのご案内

体験利用も
できます

ぜひ一度のぞいて
みてください



生野区在宅デイサービスセンターでは
「アットホームなデイサービス」を心がけています。

ぬくもりのある雰囲気の中でいきいきと楽しく、広いお部屋で一日
ゆったりと過ごされています。

地域のボランティアさんや職員と楽しく会話をされ、笑顔がいっぱい
です。季節の行事も盛りだくさんです。

お一人おひとりの暮らしを支え、くつろぎと仲間づくりの場を目指し、
ご家族の介護負担の軽減にもつながればと思っています。

ご利用曜日 月曜日～金曜日(土曜日、日曜日、祝日、年末年始はお休み)

時間 9:00～17:00(5時間～7時間未満のサービス提供)
短時間のご利用もご相談ください

定員 1日18名

問合せ(体験利用・見学・デイサービスの内容・ご利用料金など)

デイサービス担当:高橋 TEL:06(6712)3101 FAX:06(6712)3001

やわらかく 食べやすい高齢者の食事

～肉魚が苦手な人もタンパク質がとれる～

日時 3月13日(金) 10:30～

場所 区役所2階栄養講習室

参加費 250円

対象 生野区地域包括支援センター圏域にお住まいの方
(生野地域、勝山地域、舍利寺地域、
林寺地域、東桃谷地域、西生野地域)

定員 20名(事前申し込み先着順)

申込期限 3月6日(金)まで

申込先 生野区地域包括支援センター

TEL:06(6712)3103

FAX:06(6712)3122



生活困窮者
自立相談支援窓口

くらしの相談窓口いくの

くらしの相談窓口いくのでは、仕事や生活のことなどで悩んでいる
あなたに寄り添い、一緒に考え、解決していくお手伝いをしています。

例えば



- ・就労支援:ハローワークや区役所常駐の専門支援員によるお仕事探しの支援
- ・就労チャレンジ事業:未就労やひきこもりの方へ、作業体験や就労訓練などの支援
- ・住居確保給付金:離職2年以内、仕事を探している方で住居を失いそうな方などへの支援
- ・子ども自立アシスト事業:ひきこもりや不登校の中学生へ、進学や自立に向けての支援
- ・家計改善支援事業:なぜか毎月の家計が赤字に、家計を見直したい方への支援

※生活保護受給中の方は対象外です

※住居確保給付金や福祉資金貸付などには要件があり、手続きに時間がかかります

ひとりでかかえこまずに
まずは気軽にご相談ください。

ご相談はお早めに!!

開設時間 平日9:00～17:30

(土・日・祝日・年末年始は休み)

場所 生野区役所3階31番窓口

(運営:大阪市生野区社会福祉協議会)

利用方法 電話での予約をお願いします(予約優先)

※直接窓口に来られての相談も可能です

問合せ TEL:06(6717)6565






え

笑




が

お

顔

じ

わ

皺

きた つる はし

北鶴橋

いく の く ない ち いき かつ どう

生野区内19地域の活動

じゅん ばん しょう かい

を順番に紹介します。

きた つる はし

北鶴橋

きた つる はし

北鶴橋チャレンジドミノと生駒ハイキング

きたつるはしこうが せいこうねんどうしんちゅうしん まいとし

北鶴橋校下の青少年指導員中心で毎年

こうれい たいがい かいさい いこま

恒例のチャレンジドミノ大会の開催と生駒

い たいかい

ハイキングに行きます。ドミノ大会ではチーム

つく かく

を作ってエントリーしてもらい、各チーム

きょうりよく かんが

が協力しあってデザインを考えて20,000

こ なら かんせい

個のドミノを並べていきます。完成するまで

こ なんと たお かくどう

子どもたちは何度も倒れるドミノと格闘し

なら じゅんぴ くら

ながら並べていきます。準備スタッフも加

すべ つな いっき たお

わり全てのドミノを繋げて一気に倒しま

じゅんたち つく きれい たお

す。自分達で作ったデザインが綺麗に倒

だいかんせい あ いこま

れていくと大歓声が上がります。生駒ハイ

キングではハイキング組とバス組に分か

のぼ けわ やまみち みんな いっしょうけんめい

れて登ります。険しい山道を皆で一生懸命

ある こ か あ

歩きます。子どもたちは駆け上がっていく

いさお はんたい おとな いさぎ くる

勢い。反対に大人たちは息切れに苦しむ。

がんば ほうび ひる バーベキュー こ こ

頑張ったご褒美にお昼はBBQです。午後

こ ちようせん まいとし

は30個あるアスレチックにも挑戦。毎年

ちやくしつ せいはい こ たの

着実に制覇していくので子どもたちは楽

しみにしてくれています。子どもたちの笑

が お わたしたち さいだい よろこ

顔が私達の最大の喜びです。

きた つる はし こう か しゃ きょう へん しゅう い いん

＜北鶴橋校下社協 編集委員＞

さい がい し ふくろ づく

炊き出し研修

さい がい し ふくろ づく

「災害時 ポリ袋で作るカレーライス体験と試食」

ちいさ きんきゅう さいがいし そうてい がつ にち ぼうさい ひ つるはし かいかん た けんしゅう

地域の緊急・災害時を想定し、9月1日「防災の日」に鶴橋会館で炊き出し研修

おこな さいがいし かんたん ちょうり ちいさ がた

を行いました。災害時に簡単に調理できるカレーライスを地域の方とボランティ

つく ししよく さんかしや みな たいへんよろこ

アさんと作り、試食した参加者の皆さんに大変喜んでいただきました。




だい かい ちょうかい たいこう

第4回 町会対抗スポーツフェスタ

ちいさきじゅうみん ふくし せだいかん ころりゅう きづな

地域住民の福祉・世代間の交流・絆づくりの

はってん こうじょう もくてき けんこう まうさい ぼうはん

発展・向上を目的に、『健康と防災・防犯』を

れいわ がんねん がつ にち おこな

テーマに令和元年11月17日に行いました。

そ かく こ

テーマに沿った各イベントには、子どもか

おとなたち たの えがお さんか

ら大人達が楽しみながら笑顔いっぱい参加

していただきました。特に町会対抗による『綱

ひき バケツリレー』では、自チームへの応援

に ねつが 入り ぎょうちよう きょうりょ たいせつ たいけん き

に熱が入り、協調・共助の大切さを体験する機

会でもありました。

つる はし こう か しゃ きょう へん しゅう い いん

＜鶴橋校下社協 編集委員＞




ぜん い ぎん こう
善意銀行

善意銀行は、区民の皆様や企業・団体の預託（寄付）をお受けして、地域福祉推進のための活動などに活かすことを目的とする事業です。

「金銭」や「物品」の預託（寄付）など、皆さまの温かい善意の預託をお受けしています。

なお、善意銀行への預託（寄付）金は税法上の控除の対象になります。令和元年7月～11月に預託いただいた方は次のとおりです。

（順不同・敬称略）

<金銭預託> 1件

<物品の預託> 8件

・勝七北ボランティア

・一般社団法人 POOLE(2件)

・匿名(1件)

・谷本登貴栄

・森下律子

・(株)ぷんだりか

・森下雅三

・田窪弘政

丹波産新米900kgの預託をいただきました

今年も区内にお住まいの方から「おいしいお米を食べてお元気になってください。」と、善意銀行に新米を預託いただきました。農家の方が直接届けてくださったとれたての新米です。早速、地域の食事サービスクラフと団体に払出しをおこないました。新米を使った食事を提供してくださるボランティアさんから「炊き上がった時に新米ならではの色つやの良さや甘い香りを感じます。召し上がった地域の方も『おいしい!』と言ってきています。」というお声をいただきました。




お米の甘みを感じます！
おいしい！

問合せ
地域支援担当
TEL:06(6712)3101

赤い羽根共同募金に

ご協力ありがとうございました!!

10月1日(木)～12月31日(火)の期間で、赤い羽根共同募金運動が実施されました。
赤い羽根共同募金の寄付金は、生野区内の福祉活動や施設等に活用されます。

街頭募金

地域の皆様、区長と区役所の方と
10月1日(木)の8時～9時に、北箕
と小路駅周辺で街頭募金を実施しま
した。ご協力ありがとうございました。

小路

北 箕

大阪市立生野工業高等学校 共同募金活動紹介

生野工業高校では4
年前から赤い羽根共同
募金の街頭募金を行っ
ています。
今年度は、生徒会2年生3名と生徒会OB2名とで赤い羽根共同募
金活動を10月23日～25日の15時30分～16時30分で3日間実
施し、生徒会の皆さんは、笑顔で大きな声で「赤い羽根共同募金をお願いし
ます!!」その声に応えるかのように、生徒達が募金してくれます。また、先生達
も生徒会の頑張りを見て、募金活動を一緒に実施していました。

助成金として生野区では、地域福祉活動を行うグループ・団体等の事業に対して助成を行っています。

第9回生野区ジュニアフォトグラファーズ

プロのカメラマンが、撮影の指導をし、個々の作品の講評を行い
ました。子どもたちの作品は、生野区役所の区民ギャラリーに展示
しました。また、次代を担う子どもたちが、写真を通して表現の素晴ら
しさを体験することができ、子どもたちの豊かな感性を育むととも
に、自然とのふれあい、人とのふれあいを通して、地域コミュニティ
づくりの促進に寄与することができました。

いく の く

生野区ボランティア・市民活動センター情報

そう しやう か

創笑科

創笑科って一体何をする科?地域の福祉施設で高齢者を対象に娯楽を楽しんでもらう科と演者各人の特技を活かした娯楽、感覚のボランティアを行っている科です。10月には、ボランティア活動5年間の感謝状をいただきました!活動人員は5名で、高齢者大学笑いの創笑科を卒業後、団体を立ち上げ、演目は音楽、落語、腹話術、マジックと笑いを創り、リラックスを提供することを目的に年間40回以上の出前講座を行っています。

問合せ 生野区ボランティア・市民活動センター
06(6712)3101

いっ ばん しや だん ほう じん

一般社団法人 いくのもり

2018年3月より「生野区シティプロモーション」のオープン会議を重ね、合計9回200名超の参加者が生野の未来を語り合い、そこから生まれた地域活性化の法人が「いくのもり」です(2019年6月設立)。生野を守り、生野を盛り上げ、森のような生野の奥深さ(多様性)を活かし、生野の「なつかしい未来」を作り伝えていきます。情報発信サイト「いくのぐらしどっとコム」運営や、拠点「てんぶらー」での「場づくり」、元中学校での「地域活性化イベント」など、地域のやりたいを形にする中間支援として、生野を盛り上げていきます。

H.P <https://ikunogurashi.com/>
場所 生野区林寺4-2-18(てんぶらー)
電話 06(6716)5550

いっ ばん しや だん ほう じん

一般社団法人 いくのもり

2018年3月より「生野区シティプロモーション」のオープン会議を重ね、合計9回200名超の参加者が生野の未来を語り合い、そこから生まれた地域活性化の法人が「いくのもり」です(2019年6月設立)。生野を守り、生野を盛り上げ、森のような生野の奥深さ(多様性)を活かし、生野の「なつかしい未来」を作り伝えていきます。情報発信サイト「いくのぐらしどっとコム」運営や、拠点「てんぶらー」での「場づくり」、元中学校での「地域活性化イベント」など、地域のやりたいを形にする中間支援として、生野を盛り上げていきます。

H.P <https://ikunogurashi.com/>
場所 生野区林寺4-2-18(てんぶらー)
電話 06(6716)5550

こと し なが の し ほ やす む

今年は「長野市穂保(ほやす)」に向けてボランティアバスを運行しました

10月に起きた台風19号で千曲川が決壊した長野市へ、天王寺区と生野区の社会福祉協議会共催で、ボランティアを募り一路バスで向かいました。12月20日(金)の夜に出発し、土曜日に活動を行う中、現地は被害が大きくまだまだ支援が必要だと痛感しました。大きな災害は家や土地だけでなくコミュニティも破壊します。その中でも被災された方の「来てくれてありがとう。また頑張れるわ」と言う言葉に、元気をもらいました。参加された方からも「これから雪が降って大変だろうなあ」「最後までできれば良かった」「体はきつかったけどまた、こういったボランティア活動があれば参加したい」等の声がありました。ボランティアは、“共感”を生み出す活動です。他人事ではなく、1人ひとりができることでつながって行くことが大切だと思った1日でした。

おお さかし いく の く ろう じん ふく し

大阪市生野区老人福祉センター

TEL:06(6712)2228 FAX:06(6712)3528

いく の く ろう じん ふく し

生野区老人福祉センターからのお知らせ

ちやう じゆ いわ かい

長寿お祝い会

第1部 長寿お祝いセレモニー
第2部 長寿お祝い演芸会

第2部「長寿お祝い演芸会」は、生野区老人福祉センター活動サークルによる演芸披露となります。老人福祉センター利用証をお持ちの方は、当日自由に観賞していただけます。お楽しみください。

日時 3月5日(木) 13:00~
場所 2階 大広間
対象 生野区内在住の令和元年(平成31年)中に米寿88歳(昭和6年生まれ)を迎えられた当センター利用でセレモニーに参加可能な方
申込 お祝い対象者の参加は申込制となっています。参加して頂ける方は、2月12日(水)までにセンター事務所へお申込ください。

2月の お楽しみ会

練功 れんこう 体験

年齢を問わずできる、中国の健康保健体操の体験講習です

日時 2月27日(木) 13:30~
場所 2階 大広間
対象 市内在住60歳以上
定員 24名(先着順)
※センター利用が初めての場合は利用証の発行が必要です
申込 1月23日(木) 10:00~
来館申込。原則本人申込。

しゃかい ふくし ほうじん おお さかし いく の く ろう じん ふく し

社会福祉法人 大阪市生野区社会福祉協議会

〒544-0033 大阪市生野区勝山北3-13-20
TEL 06(6712)3101(代) FAX 06(6712)3001
ホームページ <http://ikunoku-shakyo.jp/>

区社協マスコットキャラクター はーとちゃん

いく の く ろう じん ふく し

生野区老人福祉センター

〒544-0021 生野区勝山南4-7-35
TEL 06(6712)2228 FAX 06(6712)3528

おお さかし いく の く ろう じん ふく し

大阪市生野区老人福祉センター

TEL:06(6712)2228 FAX:06(6712)3528

おお さかし いく の く ろう じん ふく し

大阪市生野区老人福祉センター

TEL:06(6712)2228 FAX:06(6712)3528