

第2層生活支援コーディネーターが行く!!

ええやん、リレーコラム

~各地域の「ええやん」な活動を知ろう!行ってみよう!~

湯里
地域

将棋を楽しむ会

湯里地域では、将棋が好きな仲間が集まって、週1回「将棋を楽しむ会」が開催されています。

メンバーは50~80歳代の男性を中心に構成されていますが、長期休みには小学生の参加もあり、楽しい世代間交流の場になりました。

「三度の飯よりも将棋が好き」というメンバーは、本を読んで戦法を研究したり、日曜日の将棋番組も必ず視聴するなど、予習復習を欠かさないそうです。

毎回1人あたり2~3局対戦しますが、同じ人と連続して対局することができないように工夫されています。

今後は町内回覧で新たな参加者を募集したり、大会などを開催していく予定です。

参加者からは「将棋の場をきっかけに、いろいろなつながりが生まれ、地域の助け合いにもつながれば」との声を聞くことができました。



参加者の井上誠二さん



日 時:毎週(月)10:00~12:00
※祝日休み
場 所:湯里社会福祉会館(湯里5-7-3)
対 象:どなたでも
参加費:1回100円
申込み:不要
問合先:06-6702-8349

問合せ先

東住吉区社会福祉協議会(生活支援体制整備事業)

住 所:大阪市東住吉区田辺2-10-18 さわやかセンター
電 話:06-6622-9582 FAX:06-6622-8973



東住吉区社会福祉協議会
公式キャラクター
ラヴィリー



ええやん、

東住吉区生活支援
コーディネーターだより

さわやか Vol.04

2024.11発行

『シニアのための集いの場マップ』を紹介します!

シニアの方が気軽に参加できる活動を地域ごとにまとめたマップです。
私たち生活支援コーディネーターは、高齢になっても元気で楽しく過ごせるよう、
皆さまに役立つ情報をお届けします。



リニューアルにあたってこんな声がありました!

自宅から
行ける範囲の
活動場所を
知りたい

冷蔵庫に
貼りやすい縦型の
カレンダーがあると
便利

カレンダーが
あつたら
予定が
立てやすい

リニューアルの
ポイント

- ★活動場所が分かりやすく地域ごとに色分けされたマップ
- ★週や曜日ごとの活動が一目で分かるカレンダー
- ★包括圏域単位のマップで、他地域の活動も知ることができる
- ★中面では、参加対象者を分かりやすく掲載

各包括圏域を担当する第2層生活支援コーディネーターが、
地域の集いの場に足を運び、活動者からお話を聞いて作成しました。
気になる集いの場があれば、ぜひ生活支援コーディネーターまでお問合せください。
区社協ホームページからもご覧いただけます。



区社協
ホームページ

第1層生活支援
コーディネーター

東住吉区全域担当

第2層生活支援
コーディネーター

東住吉北圏域担当
(育和・桑津)



東住吉区圏域担当
(北田辺・今川・
田辺・南田辺)



中野圏域担当
(東田辺・南百済・
湯里・鷹合)



矢田圏域担当
(矢田北・矢田東・
矢田中・矢田西)

社会福祉施設で開催されている『集いの場』を紹介します

桑津

そんぽの家天王寺 いきいき百歳体操

そんぽの家天王寺では「地域に根差した施設」を目指しており、令和5年2月から百歳体操を開催しています。

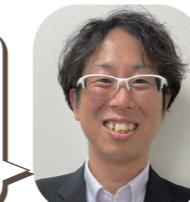
参加者の自主性を大事にしていて「受付でお互いの体温を測りあっている様子を見ると、参加者同士の助け合いの関係ができる」と竿本副ホーム長。

いつも参加されていた方が急に来られなくなった時には、他の参加者に状況を確認するなど、一人ひとりとのつながりを大切にされている様子が印象的でした。



健康づくりだけではなく、仲間との交流も毎回の楽しみです。

そんぽの家天王寺が、地域の皆さんにとって安心できる居場所になればうれしいです。



日 時 毎週(木)第1部10:30~11:00

第2部11:15~11:45

※受付は各部開始の15分前から
※2部制でどちらかに参加(各30分)

場 所 そんぽの家天王寺(桑津1-7-30)

対 象 そんぽの家天王寺近隣の
65歳以上の方

参加費 無料 申込み 必要

問合先 06-4301-1165

シニアの集いの場は、地域の会館以外でもたくさん行われています。ここでは、4か所の活動をピックアップします。

南田辺

私の家なでしこ南田辺 百歳体操

当施設の理念は「1日笑顔で過ごしましよう」です。もっと沢山の方に参加してもらい、地域の皆さんにも笑顔になっていただきたいです。



私の家なでしこ南田辺 施設長 小島 力さん



百歳体操があることで、外出のきっかけになっています。
コロナ禍で休止していましたが、今年6月に再開しました。
会場では「百歳体操のポイント」を掲示し、参加者が姿勢や水分補給等を意識しながら体操ができるように工夫されています。
介護士や看護師などの専門職も一緒に参加されているので、サポートが手厚く、介護相談もできます。
また、施設で独自作成した百歳体操運営マニュアルを共有することで、全ての職員が百歳体操に関われる仕組みを作っています。
「百歳体操の参加をきっかけに、地域の皆さんにも施設の雰囲気を知ってもらえたなら」と小島施設長は話されていました。

日 時 毎週(火)14:15~14:45

(受付14:00~)

場 所 私の家なでしこ南田辺
(南田辺5-7-17)

対 象 どなたでも

参加費 無料

申込み 不要

問合先 06-6608-3939

南百済

嘉誠会 ヴァンサンクカフェふれあい

平成31年3月から認知症の方も安心して参加できる認知症カフェとして始まりました。コロナ禍で活動できない時期もありましたが、現在は笑いヨガを中心に、専門職による講話や健康・介護相談などもされています。仲が良くチームワーク抜群のスタッフの存在が、会場のほのぼのとした雰囲気を作っています。「参加者からの声で私たち職員も元気がもらえます」とスタッフの皆さんには話されていました。



ここに来るだけで元気がもらえます。



介護老人保健施設ヴァンサンク スタッフの皆さん

日 時 第3(木)14:30~16:00

場 所 介護老人保健施設ヴァンサンク
(湯里2-12-26)

対 象 どなたでも

参加費 実費負担150円
(コロナ対策のため、お茶提供なしで現在無料)

申込み 不要

問合先 06-6704-3511【地域連携室】

矢田西

ケアハウスシェスタ すずらん歌声喫茶

スタッフは全員ボランティアで、季節の歌や参加者のリクエストを織り交ぜながらプログラムを構成されています。

代表の小坂さんが曲の情報や歌詞をもとに語り掛け、参加者は昔を思い出したり、共感したり…。

いろいろな曲を歌うことで「とにかく感動してほしい」と言う小坂さん。高齢だから何かを諦めるのではなく「いくつになっても夢を持って、夢を追いかけましょう」という言葉が心に響きました。



「脳トレ」「認知症予防」と強調されない
からこそ、気軽に参加できます。



参加者が毎回楽しみにしているスタッフの手作りお菓子



歌声喫茶で歌うことで、
心が揺さぶられる経験
をしてみませんか?

すずらん歌声喫茶の皆さん

日 時 第4(木) 桜クラス 13:00~14:30
秋桜クラス 15:00~16:30

場 所 サロン・デ・シェスタ
(公園南矢田2-17-28 ケアハウスシェスタ内)

対 象 どなたでも 申込み 必要

参加費 1回600円(歌詞集・飲み物・お菓子付)

問合先 06-6695-0002