

❖ 「絆～私の生きかたを考える～」会議を覗いてみました ❖

四條畷市版「エンディングノート」が平成31年2月に完成しました。現在、この会議において「エンディングノート」の活用方法を検討しています。配布するだけでなくこのノートを通じて、今までの自分の足跡をたどるとともに、今後の生きかたについて家族や知人、あるいはケアマネジャー等の専門職と話し合うことができるような活用を考えています。



この度、新たに介護事業所の方や地域活動をしている住民の方、お寺のご住職、金融機関の終活コーディネーターさんも加わりました。興味のある方、ぜひ一緒に参加してみませんか？

❖ 「なわてささえ愛♡(合い)たいんジャー」を募集します！ ❖

今、私達生活支援コーディネーターは、「なわてささえ愛♡(合い)たいんジャー」として、地域の中でちょっとしたお手伝いのできる方を募集しています。

過去に認知症サポーター養成講座を受講された方で、地域でちょっと困っている高齢者の方に寄り添ってくださる方がいると大変助かります。散歩や近くのコンビニなど一緒に出掛けられる方、何気なく声掛けしてくれる方など、ほんのちょっとお手伝いをしてくたださるだけで、高齢者の方も地域で安心して暮らしていけるのです。

皆様のご協力でなわてが「ええまち」に！ よろしくお祈りします！

「大阪ええまちプロジェクト」「絆～私の生きかたを考える～」の活動や「なわてささえ愛♡(合い)たいんジャー」に興味のある方、下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

四條畷市社会福祉協議会	橋本 (第1層生活支援コーディネーター) (072-878-1210)
四條畷第1地域包括支援センター	高垣 (第2層生活支援コーディネーター) (072-862-3366)
四條畷第2地域包括支援センター	吉井 (第2層生活支援コーディネーター) (072-863-0170)
四條畷第3地域包括支援センター	松岡 (第2層生活支援コーディネーター) (0743-70-1249)

❖ 編集後記 ❖

第2層生活支援コーディネーターの高垣です。

私は、普段は四條畷第1地域包括支援センターで社会福祉士として仕事をしています。

昨年8月から第2層(おおむね中学校区の生活圏)生活支援コーディネーターとしても活動を開始しました。地域の中に出向き、人や場所に出会うなかで、いつも新しい発見や感動を地域の皆様からいただいています。地域の皆さんの声をたくさん拾い、少しでも形あるものへとつなげていけることができるように、頑張っていきたいと思っています。



発行 社会福祉法人四條畷市社会福祉協議会
〒575-0043 四條畷市北出町3番1号
☎ 072-878-1210

監修 くすのき広域連合四條畷支所
(四條畷市役所高齢福祉課内)
〒575-8501 四條畷市中野本町1番1号
☎ 072-863-6600

❖ 「平成30年度四條畷市域生活支援サービス協議体」活動報告 ❖

ワーキンググループの取組みについて

❖「市民啓発・居場所づくり」ワーキンググループ

四條畷市内では高齢福祉施策の「ふれあいサロン」や各地区福祉委員会での「いきいきサロン」や「ふれあい食事会」など、高齢者が気軽に参加できる活動が活発に展開されている一方で、住民が独自で新たに活動を始めているサロンも誕生しています。既存の団体のノウハウを学び、新しい団体の熱意を感じながら、「活動者の思いを継続」することを共通認識し、今後の四條畷市における繋がりづくりを展開していくことを目的に、5月25日、6月1日の2週にわたり「サロン交流会」を開催しました。



❖「移動・外出支援」ワーキンググループ

四條畷市は、緑も多く自然が豊富である一方で、坂の多い地域でもあります。また、市域が国道163号線で南北、国道170号線で東西に分けられていることで、西部地域の中でも高齢者が安心して安全に移動することに課題があります。

ケアマネジャーやデイサービスの事業所の方たちが、利用者から移動についての困り事を聞き出してくれました。次は、地域で福祉活動をしている住民の方から、担い手としての課題をヒアリングします。高齢者の「移動」「外出」の支援について新たな仕組みを考えていくために皆様の声をお聞かせください。

❖ 「大阪ええまちプロジェクト」やってみませんか？ ❖

大阪府では、迫りくる超高齢社会へ立ち向かうために「オール大阪」で高齢者の社会参加や生きがいづくり、介護予防への機運を醸成するために住民どうしの助け合いの活動をサポートしようと「大阪ええまちプロジェクト」を進めています。様々な取り組みをしていますので、ぜひ一度「大阪ええまちプロジェクト」を検索してみてください。そして私達と一緒になわてに「ええまち」を作ってみませんか？

興味のある方、生活支援コーディネーターまでご連絡ください。お待ちしております。

❖ 地域での自主的な取り組み紹介 ❖

岡山東地区 ～住み慣れた地域で声かけあって支え合って～

岡山東地区の「山の手広場」の活動をご紹介します！

「山の手広場」は、昔馴染みの方々が自身の体調や環境の変化をきっかけに閉じこもりがちになったりして、「これではいけない！」と思い、岡山東地区の皆さんで、活動を始められました。毎週水曜日の午前10時から12時まで、アドベント教会で活動しています。

参加者の皆さんが集まると、地域の出来事やお隣近所の小さな気づきのおしゃべりタイムがスタートします。その後、一息ついて持参の水筒で喉を潤わせ、体操が始まります。ストレッチを兼ねての指体操や椅子に座っての柔軟体操。それが終わると今度はタオルを使って体操します。最後は手作りの歌詞を貼り、皆で季節の歌を唄います。繋がり、ふれあい、元気になってそれぞれ帰宅します。

手作りの活動で、「無理はしない、自分たちのできる範囲で健康を維持できるように」がモットーです。

誰かの話に耳を傾け笑い合う皆さんの声の重なりが、とても暖かく感じられました。

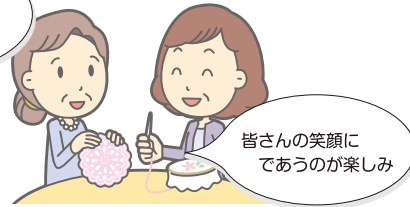
このような住民主体の活動は、くすのき広域連合一般介護予防の補助金が活用できます。詳しくは、くすのき広域連合四條畷支所（四條畷市役所高齢福祉課）☎ 072-863-6600・直通までお問い合わせください。

（第2層生活支援コーディネーター 高垣）



ある日の「山の手広場」の様子

ここに來たら
生活に張りができる



中野新町地区 ～「新町交流ひろば」地域のみんな一緒に～

「新町交流ひろば」の昼食会に参加してきました。

第4木曜日は、10時頃から三々五々地域の方が集まって、自治会館の2階で楽しくおしゃべりや、手工芸をして過ごします。手工芸を教えてくださいの先生は、もちろん地域の方です。皆さんも真剣です。そしてお昼になると、前日からスタッフが仕込みをしたお昼ごはんをみんなでもいただきました。時には、夜勤明けのお父さんや子育て中の親子も参加されます。しばらくすると着物姿の着付け教室のお師匠さんもいらっしやいました。

このような取り組みを始めてから、地域の中で声を掛け合うことが増えたそうです。

実際に、「大阪北部地震」があった後、近所の小学生が「おばちゃん、地震大丈夫やった？」と声を掛けてくれたそうです。うれしいですね！！

（第2層生活支援コーディネーター 吉井）

田原地区 ～カラコロ体操で元気でハッスル！～

グリーンホール田原の3階やパークヒルズ田原苑のふれあい広場などで、この地域の高齢者が介護予防や閉じこもり防止を目的に、運動サポーターさんを中心にカラコロ体操や棒体操、歌体操などに熱心に励んでいます。

そして、毎年3月にグリーンホール田原で開催される「まつり in 田原」でカラコロ体操や歌体操など日頃の成果を地域の皆さんにご披露します。

今年は3月9日に、「なるなるホール」の舞台上、カラコロ体操教室のメンバーが揃いの法被を着て、練習してきた歌体操などを発表しました。会場中がカラコロ体操一色となりました。会場の皆さんの元気で笑顔が、この日のお天気のように、地域を晴れ晴れと元気にしてくれました！



（第2層生活支援コーディネーター 松岡）



認知症地域支援推進員 活動中です



認知症地域支援推進員は、認知症の方とご家族の相談や支援をはじめ、医療機関や介護サービスおよび地域との連携をコーディネートすることを目的に、地域包括支援センターやケアマネジャーとともに活動しています。お気軽にご相談ください。

● 認知症の方とご家族への支援

「道に迷うことがあるんだけど…」、「最近、よく物忘れがあって病院が知りたい」、「介護サービスは何があるの？」など市民の皆さまの質問やお困りごとにお答えし、必要な支援やサービスにつなぎます。



● 認知症サポーター養成講座

認知症の基礎知識や認知症の方への対応方法を学び、認知症の方への理解を深め、応援者を増やしていく講座です。四條畷市では、これまで3236名のサポーターを養成しました（平成31年3月末）。今後は、地域のボランティア活動に繋げていく見込みです。

● 認知症カフェ

認知症の方やその家族、地域住民等、どなたでも自由に参加でき、認知症や介護の相談や情報交換をする交流の場です。介護予防や介護負担の軽減の活動も行っています。平成31年3月末現在、市内6か所に開設しています。

【お問い合わせ先】

くすのき広域連合四條畷支所（四條畷市役所高齢福祉課）☎ 072-863-6600（直通）

（認知症地域支援推進員 吉兼）