

# つうしん ささえあい通信

(平野区生活支援コーディネーターだよ！)

# Vol. 20



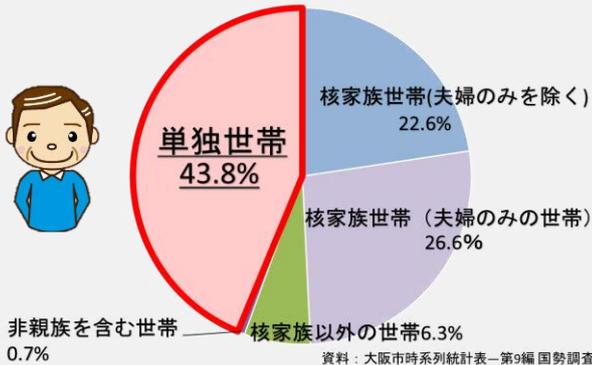
## 第2層協議体（圏域別意見交換会）を開催しました！

高齢者の生活を支える取組みや健康づくりにつながる取組みの整備に向けて、平野区では平野・加美・長吉・瓜破・喜連の5つの圏域ごとに話し合いの場を設けています。

今年度は高齢者の暮らしや健康状態に関してデータからも学びながら、百歳体操や生活の困りごとについてご意見をいただきましたので、一部ご紹介します！

平野区では、高齢者世帯のうち約4割は一人暮らし。

【世帯の家族類型別65歳以上世帯のいる一般世帯割合(平野区 R2)】



百歳体操はみんなが“集う”ことができる大切な居場所。でもここに来られなくなっても、そこで終わりではなく、「どうしてる？元気？」と声をかけ“気にかける”という“つながり”に変わっていくことが大切。

平野区でも移動販売を始めている地域があるみたい。今は大丈夫でも、これから先、どんな困りごとが出てくるのか考えないといけない。



平野区は、健康寿命は短く、不健康な期間が長い。

⇒男性は市内4番目、女性は市内3番目に短い(R1)



“食事”への関心を高めていく必要がある。1人での食事は栄養のバランスが偏ることも！企業と地域で連携した取組みを検討したい！



平野区は特定健診受診率が低い。健康づくりのためには、今の自分の体の状況を知ることが大切。



資料提供：平野区保健福祉センター

裏面へつづく

## ツルナリエのワークショップ

「ツルナリエ」をご存知ですか？  
認知症のお母さんにもできることが  
まだまだあるはず！という家族の声  
から始まりました。認知症になっ  
てもつながりをもって暮らすことが  
できる地域を目指して、「折り鶴」を  
通じてつながる取り組みです。折り  
鶴を折ってくださる方、場所を用意  
してくださる方、そして集まった折  
り鶴をつなげてくださる方、多くの  
方がつながり出来上がったツルツ  
リーは大阪万博等で飾られます。

私たちは高齢者や認知症の人が活  
躍できる取組みを応援しています。



ツルナリエワークショップ参加者募集中  
日時：毎月第4金曜日13時～16時  
場所：にこにこセンター3階

※折り鶴の回収もしています。



※現在、平野区では(株)エイチ・ツー・オー商業開発イズミヤショッピングセンター平野で展示されています。

## ふれあい喫茶ボランティア交流会を開催しました！



11月30日、平野区民センター  
でふれあい喫茶ボランティア交流会  
を開催しました。たくさん地域から  
参加をいただき、喫茶を立ち上げ  
た時のご苦労や現在の工夫などを  
お聞かせいただきました。あらため  
て高齢者の見守り活動としての  
役割も確認し、自分たちも楽し  
みを見つけながら続けて行こう！  
と確認した1日になったようです。



Instagram始めました

お問い合わせ

社会福祉法人 大阪市平野区社会福祉協議会

【令和6年1月発行】

平野区ささえ愛支援員（生活支援コーディネーター）

☎06-6795-2525 担当：中西・坂本・小幡・蓬菜・矢野・橋詰

●所在地：〒547-0043 大阪市平野区平野東2-1-30

平野区在宅サービスセンター（にこにこセンター）

TEL 06-6795-2525 FAX 06-6795-2929

●開館時間：平日9:00～19:00（土曜日17:30まで）

●休館日：日・祝・年末年始



平野区社会福祉協議会

