

# 地域の活動紹介



つるりっぷは鶴見区のマスコットキャラクターです

各地域の地域活動も再開されています。地域活動を通して、人とのつながりを大切にしていきたいです。さまざまな活動をご紹介します。



敬老祝賀会  
「地域包括支援センターからの耳寄り情報」  
鶴見公民館にて  
介護保険料の話にも関心を持たれていました。



横堤地域老人クラブ連合会  
「健康寿命を延ばそう」  
つるみエンジョイセンターにて  
講師：りあつぷ  
(鶴見区在宅リハビリ事業所連絡会)  
参加者は29名、専門職ならではのプログラムを楽しみながら取り組まれました。



ふれあい喫茶  
茨田西社会福祉館にて  
時間帯によっては満席で、皆さん楽しく談笑されていました。



鶴見北女性学習会  
「知って安心 認知症」  
鶴見北公民館にて  
体を動かしながら、楽しく認知症について学びました。

鶴見女性部長会議での学習会  
「見守り・権利擁護の学習」  
鶴見公民館にて  
一人暮らしの親のこと、祖父母の安否確認について考える機会になりました。



緑納涼盆踊り大会  
鶴見緑地公園西部コミュニティ広場にて  
各地域で盆踊り大会が盛大に開催されました。

緑ふれあい寄席  
落語家 桂 あやめ師匠  
緑ふれあいの家にて  
おはやし体験など、とても楽しい時間となりました。



## せいぶ包括の職員ご紹介

今回は「好きな言葉」で自己紹介です♪

健康第一☆	今を楽しむ (;v:)	明日があるさ♪	大丈夫！一人じゃないよ！	食う寝る遊ぶ♪	ケセラセラ♪ なるようになる	元気が一番、元気があれば何でもできる♪	きっと明日はいい天気	笑う門には福来る♪
管理者 岡本	主任介護支援専門員 下條	看護師 井田	社会福祉士 九鬼	主任介護支援専門員 上村	主任介護支援専門員 富江	主任介護支援専門員 市岡	看護師 古谷	事務員 安川

## 編集後記

今年は少しずつですが、地域の活動も再開され皆さまと協働することができました。皆さまのご健康を願いつつ、ご支援いただいたことを心より感謝申し上げます。

令和 6年1月

# せいぶだより

鶴見区西部地域包括支援センター

第17号

## 防災訓練



各地域の避難所開設訓練や防災訓練に参加しました。緑地域の避難所開設訓練では約60名の地域住民の方が集まり、みどり小学校の講堂と多目的室を使用し、より実際に近い訓練を行いました。鶴見北地域と茨田西地域は合同で、イオンモール鶴見緑地で水害避難訓練を行い、約60名の地域住民の方とイオンモール鶴見緑地の従業員と一緒に避難方法や避難スペースの確認を行いました。



緑地域  
避難所開設訓練



鶴見北・茨田西地域  
水害避難訓練  
鶴見イオンモール（エントランス）にて



鶴見北・茨田西地域  
水害避難訓練  
鶴見イオンモール（駐輪場）にて

横堤地域の防災訓練では鶴見区社会福祉協議会とともにブースを設け、段ボールベッドや救急カプセルの説明、防災グッズの紹介等を行いました。鶴見地域では開催予定の災害図上訓練にむけて、災害時の避難経路の確認と危険になるかもしれない箇所の事前点検としてマンホールの場所や緩みがないか等のチェックが行われました。どの地域でも災害時の備えに対する大切さを感じておられ、地域で協同していくという心構えを感じました。



横堤地域防災訓練  
ダンボールベッド体験ブース  
横堤小学校にて



鶴見地域  
避難経路の確認とマンホールチェック  
地域の道路を巡回



鶴見区西部地域包括支援センターは高齢者が住み慣れた地域で、いきいきとした生活がおくれるようにさまざまな支援を行う**大阪市の総合相談窓口**です。  
平成23年に大阪市の委託を受け、今年で13年目を迎えます。これからも地域の高齢者の相談窓口として一同努めてまいりますので、お困り事があればご相談ください。

お問い合わせご相談は  
大阪市鶴見区諸口6丁目1番13号  
クレセントハイツ鶴見店舗100-3  
(鶴見区役所の横の消防署の向い)  
**06-6913-7878**  
鶴見区西部地域包括支援センター



## せいぶカフェ

今年度のせいぶカフェは3年ぶりに地域の会館に集まったの開催です。

西部包括の管轄の5地域の会館をお借りして開催しています。会館を利用した事のない方、なじみのある方も集まれ、おしゃべりやティータイムを楽しまれています。

イベントは「筆文字アート」の谷口めぐみ先生をお招きして、コースターに思い思いの文字や絵を描いて作品を作っています。



みなさん好きな漢字や言葉、お孫さんやペットの名前など、発想豊かな作品ばかりで「どこに飾ろうかな」と会話も弾みます。

完成したコースターを土台に置くと、より一層素敵になりますね。

ご興味のあるかたはぜひご連絡下さい。



## 自立支援をめざして

大阪市では地域包括支援センターが「自立支援型ケアマネジメント検討会議」を開催しています。

会議では、医師や歯科医師、リハビリの専門の方から助言をもらいながら、どのようなサービスを組み合わせる利用すれば自立した生活につながるかを考えます。

自分らしい生活を実現するためには、介護サービスをどのように利用すると良いのでしょうか？

自立に向けた方法も大切ですが、ご自身が持つ一週間の目標、そして一年後の目標を具体的に考えていくことが大切です。



## わたしのケアノート（発行：大阪市福祉局）のご紹介

「もしも自分の気持ちが伝えられないときがきたらどうしよう？」という不安に備えて ※圏域の地域包括支援センターや鶴見区役所（高齢者支援グループ）でお配りしています。また、右にあるQRコードからもダウンロードできます。



## せいぶ耳より情報

最新的话题を地域の皆さまへお届けします

ご高齢者の関心の深い内容を取り揃えていますので生活の知恵袋としてご利用いただければ幸いです。

右にあるQRコードから過去の耳寄り情報を見て頂くことも可能です。

これからも最新情報をお届けできるように頑張ります。



## 地域の相談窓口 つなげ隊さん

地域の相談窓口として各地域の集会所で活動されています。

そんな頼りになるつなげ隊さんをもっと知ってもらうためにアンケートをお願いしました♪

- ①「実は私、〇〇なんです」
- ②「つなげ隊のやりがい」は？」

鶴見北 地域  
鶴見北公民館  
鶴見5-6-37  
☎6915-1151

山崎 恵美子さん



- ①実は私、スポーツを観ると燃えるんです。自分でするとしたら卓球です。
- ②「つなげ隊のやりがい」という大袈裟な事ではありませんが、相談者からお話を伺い、関連機関に繋げてご要望が少しでも叶えられ、喜ばれたときなどは良かったなと思います。

鶴見 地域  
鶴見公民館  
鶴見2-5-41  
☎6912-5000

前川 昭子さん



- ①実は私、5人の孫がいます。一番上の孫は、高校生です。犬が好きで、毎朝緑地を散歩しています。
- ②皆さんの相談を受け、関係機関に繋いで「相談して良かった、ありがとう」と言ってくれたとき。高齢の方が会館の行事(食事サービス、ふれあい喫茶、体操等)に参加し、楽しんで帰ってくるとき。

緑 地域  
緑ふれあいの家  
緑3-3-3  
☎7507-1018

真野 千珠子さん



- ①着物が大好きで、やっと自装出来るようになり、着物でお出かけするのが楽しいです。
- ②皆さんの笑顔や嬉しい・楽しい話を聞くことが一番のやりがいです。皆さんが元気に過ごされている姿を見守らせていただくことや少しでもお手伝いさせていただけることに感謝しかありません。

茨田西 地域  
茨田西社会福祉会館  
横堤5-5-52  
☎6915-3920

田中 眞智子さん



- ①実は私、見た目と違ってすごく涙もろい性格なんです。手芸なんかも得意です。
- ②この仕事を始めて20年以上が過ぎましたが、相談者の問題を解決した時の達成感、そして高齢者の方々から、「いつもありがとう」の言葉を聞くと嬉しいです。

横堤 地域  
横堤福祉会館  
横堤3-10-11  
☎7860-3341

伴 久美恵さん



- ①車の運転が好きです。横堤地域内で青パトを運転してパトロールもしています。
- ②今まで関わる事のなかった方と相談を通じて顔見知りになったり、相談内容を地域包括支援センターや社会福祉協議会等、関係機関と連携して解決に向かうよう話が進むこと。