



城東区社協マスコット
キャラクター「じょーたん」

ゆうゆう

編集・発行

社会福祉法人
大阪市城東区社会福祉協議会

〒536-0005 大阪市城東区中央2-11-16
城東区在宅サービスセンター ゆうゆう内
Tel 06-6936-1153 Fax 06-6936-1154
ホームページ <https://www.jyotan-sky.org/>

Facebook: 城東区社会福祉協議会 facebookで「いいね!」してね!

社協×防災

九州における豪雨災害や関東を直撃した巨大台風など、昨年も大きな自然災害が日本を襲い、大きな被害をもたらしました。
いざという時のために、社会福祉協議会では、区民を対象とした防災講座の開催や訓練の実施など、災害に備えてさまざまな取り組みを日々すすめています。

災害ボランティアセンター

社会福祉協議会は災害ボランティアセンターの運営を行います。災害が発生した後に、「ちょっと助けてほしいな。」と思う被災者の方々と「力になりたい!」というボランティアを調整し、つなぐ役割を果たします。
また、城東区役所と合同で災害ボランティアセンター運営訓練を実施しており、より円滑に運営することをめざしています。



「家族を守る防災講座」を開催しました!

毎日の生活そのものが防災になるアウトドアスキルが話題を呼び、全国的に講演活動を展開するあんどうりす氏を講師に招き、日常の中で実践出来る、家族と自分を守るための防災行動について学びました。



身近なものを利用した抱っこひもの作り方!
とっさの避難行動時に役立ちます♪

女性でも負傷者を安全な場所に移動できる!
少ない力で人を運搬する方法を体験♪



見守り相談室からのお知らせ

同意書の返信にご協力ください!

見守り相談室では、同意をいただいた対象者の方々の情報が記載された「要援護者名簿」を作成しています。
この名簿は区役所が認めた地域団体に提供され、災害時だけでなく日ごろの見守り活動にも役立てられます。
お手元にこの封筒が届きましたら、地域団体への情報提供に「同意」か「不同意」をお聞かせください。
※令和2年2月頃に発送予定です。

この封筒でお送りします



対象者 (新規の方のみ送付します)

- 要介護3以上
- 日常生活自立度Ⅱ以上
- 身体障がい者手帳1・2級
- 知的障がい者A
- 精神障がい者1級
- 視覚障がい・聴力障がい3・4級
- 音声・言語機能障がい3級
- 肢体不自由3級
- 難病患者(人工呼吸器装着等の医療機器等への依存が高い人)

問合せ 城東区見守り相談室
Tel: 06-6936-1131

非常持ち出し品チェックシート

救助や救援物資が到着するまでに、最低限必要なものは準備しておくといでしょう。避難の妨げにならないよう、コンパクトにまとめるのがポイントです。

○大人2人分の目安

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> 飲料水 (500mlペットボトル) 6本 | <input type="checkbox"/> 救急箱 1箱 ③ | <input type="checkbox"/> ブルーシート 1枚 |
| <input type="checkbox"/> 缶入り乾パン 2個 ① | <input type="checkbox"/> 毛抜き 1本 | <input type="checkbox"/> エマージェンシーシート 2枚 ④ |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 2個 | <input type="checkbox"/> 消毒液 1本 | <input type="checkbox"/> 簡易トイレ 2枚~ |
| <input type="checkbox"/> ロウソク 2本 | <input type="checkbox"/> 脱脂綿 適量 | <input type="checkbox"/> タオル 4枚~ |
| <input type="checkbox"/> ライター 2個 | <input type="checkbox"/> 滅菌ガーゼ 2枚 | <input type="checkbox"/> ポリ袋 10枚 |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ 1機 | <input type="checkbox"/> ばんそうこう 10枚~ | <input type="checkbox"/> トイレトペーパー 1ロール |
| <input type="checkbox"/> 十徳ナイフ 1本 ② | <input type="checkbox"/> 包帯 2巻 | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ 2個 |
| <input type="checkbox"/> 軍手・手袋 2個 | <input type="checkbox"/> 三角巾 2枚 | <input type="checkbox"/> 現金 (小銭含む) 複数枚 ⑤ |
| <input type="checkbox"/> ロープ 5m~ 1本 | <input type="checkbox"/> マスク 2枚 | <input type="checkbox"/> 布製ガムテープ 1個 |
| | <input type="checkbox"/> 常備薬・持病の薬など 数日分 | <input type="checkbox"/> 油性マジック 1本 |
| | | <input type="checkbox"/> 筆記用具 1セット |
| | | <input type="checkbox"/> 生理用品 複数個 |

① 非常食について、乾パンや米だけでなく最近「カルボナーラ」「デニッシュ」などもあり日々進化を遂げています。アレルギー対応のものも増えています。

② ナイフのほかにドライバー・はさみ・やすり・のこぎりなど様々な機能が付いており、緊急時にはマルチに役立ちます。

③ 特別なケアを必要とする方は、常備薬などのほかに「ヘルプカード」(緊急連絡先や必要な支援内容が記載されたもの)があると周囲の理解や支援がスムーズです。

④ エマージェンシーシートとは? 緊急時の極薄ブランケットのことで、防風・防寒・防水効果があります。

⑤ 携帯電話が使えないときの公衆電話の利用などにも使えます。



緊急持ち出し袋は両手が使えるリュックサックが基本!
男性は約15kg、女性は約10kgが目安です。



ほかにも、自身や家庭の環境に合わせて必要なものを準備しておきましょう!

認知症カフェ ひろがっています



～認知症カフェとは～

認知症の方、そのご家族や地域の方、医療や介護の専門職など誰でも気軽に集える場所で、令和2年1月現在、城東区内の施設や地域、医療機関などの9か所で開催されています。地域において認知症の方やそのご家族が安心して暮らせるまちづくりをめざしています。

認知症カフェの様子

若年性認知症の方が活躍するカフェもあります。

医学的な講義をしているカフェもあります♪



ボランティアスタッフが
お客さんと談笑中♪



認知症 カフェ一覧 冊子ができました!

城東区在宅サービスセンターゆうゆうにて配布のほか城東区社会福祉協議会のホームページ (<https://www.jyotan-sky.org/>) でもダウンロードできます♪

詳細はお問い合わせください。



★カフェなごみの時間が変わりました★

広報誌vol.84号でOPENをお知らせした「カフェなごみ」は好評につき、開始時間が30分早くなりました!

とき 毎月第3土曜日
午後2時30分～4時

どなたでも気軽に
お越しください!

ところ 城東区在宅サービスセンターゆうゆう3階
(城東区中央2-11-16)



参加費
100円
《申込不要》

認知症地域支援推進員は、認知症の方やそのご家族を地域で支え、「認知症にやさしいまちづくり」をすすめるため、認知症カフェの側面的支援を行っています。

若年性認知症の方をはじめ、もの忘れがあってもいきいきと活躍できるように寄り添った支援を行います。ぜひお気軽にご相談ください。

問合せ 城東区ゆうゆうオレンジチーム Tel: 06-6936-1101
(城東区認知症初期集中支援チーム)

講演会&演劇

遺言と成年後見

～あなたとあなたの大切な家族を守るために～

あなたは大丈夫ですか? 「わたしは遺言なんて必要ない」と思っている、親族間でトラブルになるケースも…。あなたとあなたの大切な人のために、遺言と成年後見について、演劇を交えた講演会及び個別相談会を開催します。みなさんの素朴な疑問を解決しませんか?

とき 令和2年1月25日(土)
午後1時30分～3時 講演会と演劇
午後3時～3時30分 相談会(先着10名) ※要予約

講師 大阪司法書士会会員・リーガルサポート会員

内容 第1部 相続・遺言編
第2部 成年後見制度編

ところ 城東区在宅サービスセンターゆうゆう
(城東区中央2-11-16)

対象 遺言や成年後見制度に関心のある方

主催: 公益社団法人 成年後見センター・リーガルサポート 大阪支部 / 大阪司法書士会 / 城東区地域包括支援センター

参加費…無料
定員…50名
(相談会10名)

要申込・先着順



2019年度 城東区民公開講座

「脳卒中から身を守ろう」

理学療法士が伝える すぐにできる健康法!!

とき 令和2年1月31日(金)
午後2時～3時30分 (開場 午後1時30分)

講師 森之宮病院リハビリテーション部
(理学療法士)

高松 賢司 氏

ところ 城東区民センター2F
(城東KADO-YAがもよんホール)
城東区中央3-5-45

森之宮病院リハビリテーション部
(理学療法士)

石丸 純平 氏

参加費…無料
定員…80名

要申込・先着順

無料相談実施

無料相談ブースにてお体の事などを理学療法士にご相談いただけます。



内容 成人で4人に1人が発症する「脳卒中」。当講座では血管に関する基礎知識から脳卒中という病気について、その予防策の講義・運動の紹介を行います。

対象 興味・関心のある方 どなたでも

主催: 城東区地域包括支援センター / 董・鯉江東地域包括支援センター / 城東区理学療法士会

申込み・問合せ 城東区地域包括支援センター Tel: 06-6936-1133

城東区地域福祉活動推進事業講演会

「平穩死」～自分の最期は自分で決める～



講師 長尾 和宏 医師 (医学博士) (医療法人社団裕和会 理事長/長尾クリニック 院長/関西国際大学客員教授/日本慢性期医療協会理事/日本尊厳死協会副理事長/日本ホスピス在宅ケア研究会理事/全国在宅療養支援診療所連絡会理事)

プロフィール…東京医科大学卒業後、大阪大学第二内科入局。平成7年に尼崎市で「長尾クリニック」を開業。外来診療から在宅医療まで“人を診る”総合診療をめざす。
著書…「平穩死・10の条件」、「薬のやめどき」、「痛くない死に方」などがありベストセラー。最新刊は「糖尿病と膵臓がん」。「男の孤独死」、「痛い在宅医」は発売即重版、ほか著書多数。
 医学書「スーパー総合医叢書」全10巻の総編集など行う。
テレビ出演…NHK総合「あさイチ」:『延命治療について』/ テレビ朝日「ワイドスクランブル」:『尊厳死について』/ 朝日放送「おはよう朝日です」:『死亡率や検診についての正しい知識』、ほか多数テレビ・ラジオ出演

とき 令和2年2月29日(土)
午後2時 開演 (午後1時30分 開場)

ところ 城東区民センター2F (城東KADO-YAがもよんホール)
城東区中央3-5-45

内容 「自分がどのように最期を迎えるか」、「家族をどのように看取りたいか」について考えることは、決して後ろ向きなことではありません。
 「最期の瞬間まで自分らしくどう生きるか」を本人や家族などの方に考えて頂くきっかけになればと、最前線で取り組んでおられる長尾先生に講演頂きます。

対象 興味・関心のある方 **どなたでも**

定員 700名 **申込不要 手話通訳あり**

参加費 無料

城東KADO-YAがもよんホール
アクセスマップ



問合せ 地域支援担当
Tel: 06-6936-1153 Fax: 06-6936-1154

主催: 社会福祉法人 大阪市城東区社会福祉協議会 / 城東区役所 保健福祉課

生活に **お困りのこと、ありませんか?**

ご本人から相談しにくい方もいると思います。
ご家族の方やご近所の方、気になる方がおられた際には、ぜひご連絡ください。

就職活動をしているが、なかなか仕事が決まらない。

病気が失業により、生活費がまかなえない。
債務の返済に追われて、生活が成り立たない。

家から出ること、社会に出ることが怖い。

就労チャレンジ事業 × 城東区社会福祉協議会 「働くことに向けて一歩を踏み出すセミナー」

～あなたのリスタート(再出発)と一緒に考えてくれる、応援してくれる人がいます!～

とき 令和2年1月30日(木)
午後2時～4時

ところ 城東区在宅サービスセンターゆうゆう
(城東区中央2-11-16)

講師 武部 紘幸氏
(公認心理師・臨床心理士)

内容 ・講演(テーマ:『地域』とつながる! 『しごと』とつながる!)
・事業紹介「大阪市就労チャレンジについて」

定員 30名

参加費 無料

個人相談会あり
(午後4時より、希望者のみ)

対象者

1 就労の空白があり、働くことに不安がある方

2 働くことに一歩が踏み出せずに悩んでいる方のご家族・知り合いの方

3 就労支援の窓口や機関で日々業務に携わる方



問合せ 城東区生活自立支援相談窓口「ウィズゆうゆう」(城東区役所1階19番窓口) Tel: 06-6936-1181

指定認知症対応型通所介護

デイサービスセンターゆうゆう

要介護・要支援認定を受けておられて、認知症の診断がある人を対象に、通所による入浴・レクリエーション・食事などのサービスを提供します。

認知症に関する専門研修を受けたスタッフを多く配置しておりますので、質の高い、手厚いケアを提供できます。

人とのふれあいの中で社会的孤立感の解消および心身機能の維持を目的としています。また、介護されているご家族の身体的・精神的負担の軽減もめざします。

- ★ご利用日 月曜日～金曜日(土、日、祝日、年末年始はお休みです)
- ★利用時間 午前9時30分～午後5時
- ★食事代 550円(1日) にしがみ しょうだ
- ★問合せ 06-6936-1153 (担当:西上・正田)

随時、見学や体験利用できます。
気軽にご連絡ください。

城東区子ども・子育てプラザ



今福西1-1-39 Tel/Fax 06-6933-2880

未就学のおともだち

0歳～就学前の子どもたちが自由にのびのびと遊ぶことができ、保護者同士も子育ての情報交換を図れる広場として、さまざまな講座やイベントを開催しています。

- ★対象 0歳～就学前の子どもとその保護者
- ★利用日時 火曜日～日曜日/午前9時～午後5時 ※ミーティングルームにて昼食可(正午～午後1時)
- ★内容 子どもと保護者の方々へ遊び場を提供します
- ★費用 無料(初回および、年度始めに利用登録の手続きが必要)

小学生以上のおともだち

児童の健全育成を目的として、遊び場を提供し、児童の交流や講座・イベントなどを開催しています。

- ★対象 市内在住の児童(小学生・中学生・高校生)
 - ★利用日時 平日…放課後～午後5時
学校休業日…午前9時～正午、午後1時～5時
- ※利用時間内の出入りは自由です。※正午～午後1時は利用できません。



城東区子ども・子育てプラザ QRコード

【休業日】月曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)
※5/5(こどもの日)と7/21～8/31までの月曜日と祝日は開館

ファミリー・サポート・センター 城東支部

今福西1-1-39(城東区子ども・子育てプラザ内) Tel/Fax 06-6933-5726

ファミリー・サポート・センター事業とは、「子どもを預けたい人」と「子どもを預かりたい人」が会員になり、地域で子育てを支えあう「相互援助活動」です。

依頼会員	子どもを預けたい方 区内在住で、概ね生後3ヶ月～10歳未満の子どもがいる方
提供会員	子どもを預かりたい方 自宅で子どもを預かることのできる方、子育てで役に立ちたいと思っている区内在住の方
両方会員	子どもを預けたい方・子どもを預かりたい方 子どもを預けたり、預かったりできる区内在住の方

※提供会員は、資格や経験、男女を問いません。(19歳以上の方)
※提供会員・両方会員の登録は、事前に「子育て支援ボランティア講座」の修了が必要です。



報酬 1時間800円～900円
(曜日・時間帯により異なります)

支払いは、依頼会員が提供会員に直接支払います。
交通費、食事代(ミルク、おやつ)等は実費です。

令和元年度 大阪市社会福祉大会 受賞おめでとうございます！

昨年10月30日に、令和元年度 大阪市社会福祉大会が大阪国際交流センターで開催され、城東区からは地域福祉の推進に貢献された次の方々が表彰されました。おめでとうございます。

- ◆地域福祉推進功労者表彰(市長表彰) … くるみの会
- ◆地域福祉推進功労者感謝(市長感謝) … 岡部 哲也、栗原 次郎、坂上 裕通、佐々木 実、高木 田鶴子、中川 新二、秦 英二、村上 秀明、おおさか・城東おもちゃ病院(敬称略・順不同)

硬貨募金 ご協力ありがとうございました！

1円玉募金としてスタートし、今回で54回目となる硬貨募金活動は、今年度も多くの方のご協力により7,858,622円の募金がありました。この募金は、城東区社協や校下社協の地域福祉活動費として活用させていただきます。

善意銀行 預託金(品)は地域福祉の推進のために役立っています！

広く区民のみなさまから、善意によるご寄付を受け、地域福祉の向上のために有効に活用することを目的として、城東区社協では「善意銀行」を開設しています。

令和元年8月1日から11月30日までの払出

払出

城東区の福祉の推進をめざしている団体・ボランティアグループに、より充実した活動をしてもらうために、次のとおり払出を行いました。

- 特定テーマ地域福祉活動助成金(4団体) …… 826,720円
- 福祉ボランティア活動応援資金(18団体) …… 715,000円
- 地域支援事業助成金(4団体) …… 240,000円
- 敬老の日記念行事(区内16校下社会福祉協議会) …… 1,000,000円

ありがとうございました。

問合せ

地域支援担当(城東区在宅サービスセンター ゆうゆう内)
Tel: 06-6936-1153 Fax: 06-6936-1154

当事者の会情報

同じ経験をするからこそ、共感できること、分かり合えることがあります。それぞれの会について興味を持たれたら、気軽にご連絡ください。

発達障がいについて考える会
カラフル 親の会 当事者の会
毎月第3土曜日 ※一時保育あり(要事前申込)
午前10時～正午

不登校・ひきこもり親の会
ほっとタイム
毎月第3土曜日
午後1時30分～3時30分

ところ…城東区在宅サービスセンターゆうゆう 問合せ…城東区社会福祉協議会 地域支援担当 Tel: 06-6936-1153

介護者家族の集い
城東かぼちゃの会
毎月第1土曜日
午後1時30分～3時

ところ…城東区在宅サービスセンターゆうゆう 問合せ…城東区地域包括支援センター Tel: 06-6936-1133

1～3月の開催日

- 1月18日
 - 2月15日
 - 3月21日
- 参加費無料

1～3月の開催日

- 1月11日
 - 2月1日
 - 3月7日
- 年会費1,200円(月額100円)

社会福祉法人 大阪市城東区社会福祉協議会

— Information —
〒536-0005 大阪市城東区中央2-11-16
城東区在宅サービスセンター ゆうゆう内
Tel 06-6936-1153 Fax 06-6936-1154
ホームページ <https://www.jyotan-sky.org/>

緑の看板「ゆうゆう」が目印です



開館時間
月～金 …… 午前9時～午後7時
土 …… 午前9時～午後5時30分
※日曜・祝日・年末年始は休み

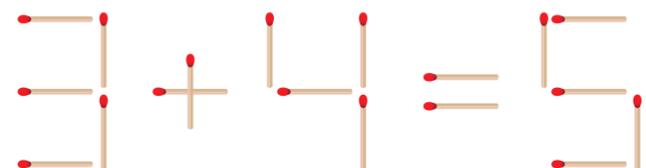


脳トレに挑戦! マッチ棒クイズ

楽しみながら問題を解くことで脳も若返りますよ!

問題

マッチ棒を1本だけ動かして、正しい式にしてください。
(例: 2 + 5 = 7)



答え

答えは2ページ目下部に記載