

生活支援コーディネーターって何してる人??

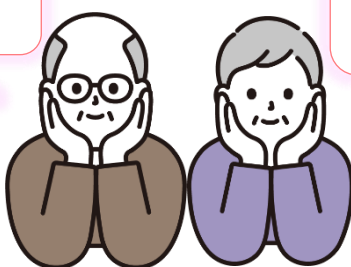
いくつになっても住み慣れた地域でいきいきと暮らせるよう、住民の方々や関係団体と連携しながら、健康や生きがいにつながる集いの場づくりや、日常生活のちょっとした困りごとを助け合うしくみづくりを行っています。

デイサービス以外におしゃべりや体操ができるところないかなあ？

マンションの集会所や個人宅の空いているスペースで何か活動したいなあ

男性が集まりやすい場をつくりたい！

同じ趣味をもった仲間と一緒に活動したい！



ぜひみなさまのお声をお聞かせください♪
一緒に考えたり、想いをカタチにする
お手伝いをさせていただきます！



専門職や住民の方の視点で
『地域活動に参加することで起こるいいこと』をご紹介します♪
「活動に参加してみたいけれど、あと一歩気が乗らない…」という方の
背中を押せるような内容をお届けします～！

○介護予防に取り組んでいない、取り組みたいと思わない理由は？



取り組まなくても日常生活に支障がないから 49.3%
どのように取り組んでいいのかわからないから 11.9% 他

(令和4年度介護予防・日常生活圏域二一ス調査結果報告書より)

みなさんは、いかがですか??





地域活動に参加すると、どんなイ事があるの？

誰かと一緒に食事をする、好きなものだけ食べるということが減り、一人で食べるより栄養のバランスが整いやすくなります。また、おしゃべりしながら食事することで食事時間が長くなり、食事に満足することができます。



区役所
管理栄養士さん

食事サービスに来られる方は一人暮らしや夫婦のみの世帯が中心です。出来るだけ会館に来てもらい、一緒に食べて、お話してもらいたいと思いますし、お話を聞くことを大切にしています。食後にはクイズや折り紙をするなど、食事も交流も楽しんでもらえるよう、工夫を凝らしています。



榎並地域
食事サービス
活動者さん

参加者の方から、「また来ます」と言われるとうれしい気持ちになります。お一人で参加される方も多くいらっしゃるので、みなさんにお声をかけるようにしています。お話することで喜んでもらえますし、こちら色んなお話が聞けて勉強になり、やりがいにつながっています。



関目東地域
ふれあい喫茶
活動者さん

地域で開催されているので安心して参加できます。喫茶に来るようになってから、近所の人と顔見知りになり、会えば話をする仲になりました。入ると受付の方が声をかけてくれて、うれしいです。会館まで来ることは運動にもなりますし、どんなお菓子（パン）が出るのか、毎回楽しみです。



ふれあい喫茶
参加者さん

コロナ禍で飲食を伴う活動の休止が続いていましたが、現在はすべての地域で再開や新しい活動がスタートしています。「食べること」を通じて交流を楽しんでいます♪



城東区内で行われている喫茶・食事サービス活動をご紹介します♪

ふれあい喫茶☕



お住まいの地域やご年齢に関係なく参加することができます。
100～200円で飲み物とお菓子やパンなどがボランティアによって提供されます。



食事サービス🍴



お住まいの地域で実施されている活動に参加できます。
地域によって、会食や配食、テイクアウトなど実施形態はさまざまです。
※実施していない地域もあります。詳しくは「いこかマップ」をご覧ください。



参加したい時は、どうすればいいの？

裏面へ



そんな時は…

生活支援コーディネーターにお気軽にお問合せ下さい☆

☎06-6936-1153

または…

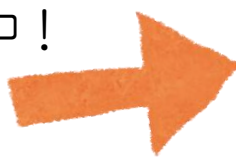
「元気にいこかマップ」を見てみよう！



中はこんな感じです♪
区内16地域の活動が
1冊で分かりますよ☆



地域の会館や区役所、ゆうゆう等で配架中！
HPからもご覧いただけます。



マンション集会所等の空きスペースを活用した
居場所づくりに関するご相談も承っております。
関心のある方はお問合せください♪

【お問合せ】 大阪市城東区社会福祉協議会 生活支援コーディネーター

大阪市城東区中央2-11-16

電話：06-6936-1153

FAX：06-6936-1154



生活支援
コーディネーター
のページへGO！