

ポイントリレー通信 第11号

令和2年3月発行

ご登録いただいているみなさま、日頃から当事業にご協力・ご支援いただき、ありがとうございます。

季節の変わり目は環境の変化に慣れるために体にストレスがかかり、体調を崩しやすくなります。

少しでも体調が優れない時は、無理せず活動をお休みください。



活動登録者等の状況 (令和2年2月末現在)

活動登録者数	登録施設数	
	介護保険施設	保育所
3,103人	510か所	115か所

活動者にインタビューしました

西区在住 大西 公子様 (活動歴：2年6か月)

活動内容 お茶出し、入浴後の整髪、食器洗い、話し相手、洗濯物干し

活動施設 福島区在宅デイサービスセンター
西区在宅デイサービスセンター



大西さんの声

利用者さんとお話できることが一番楽しいです。家で過ごすよりも外へ出ること、元気に過ごせます。また、活動先の利用者さんが私のことを覚えてくれていて嬉しいです。

毎回の活動が楽しみで、ポイントを貯めようと頑張っています。

これから活動を始め方へメッセージ

活動したら元気になる事業です。自分が続けられる活動をぜひ始めてみてください。

施設職員からの声

利用者様とコミュニケーションを取ったり、身体介護以外の業務を手伝っていただくことで、職員の支えとなっています。

大西様が来てくださることで、雰囲気明るくなり、利用者様にも喜ばれています。

活動を続けるために おトクな健診、受けてますか？

春は各種健診の受診券が届く時期です。

74歳以下の方はご加入の医療保険の特定健診、75歳以上の方は後期高齢者医療健診を受けることができます。

健診は保険がきかないため本来なら8,000円程度かかりますが、受診券を使えば多くの方(※)が**無料**で受けられます。

ふだんの自分の体のことを知る機会になります。検査の結果、生活習慣を見直したり、早くに治療を始めれば、重症化を防ぐことができ、**医療費の節約**にもなります。(※)ご加入の医療保険者におたずねください。

おトクに受けられる健診の情報は、ポイント手帳の20~21ページ(在宅活動コースの手帳は22~23ページ)や各区の広報紙にも載っています。

大きい病院に行くのが難しい場合は、各区の保健福祉センターで受けられる健診もあります。

活動を続けるためには、健康第一！

この機会にぜひご自分の健康をチェックしてみてくださいね。



活動登録者交流会を実施しました



参加された方の声

「活動しているグループの方達のイキイキとした様子と若々しさにビックリ！」
「まだ活動体験はありませんが、今後活動して元気をもらいたい！」
「いろいろな方の活動を聞けて、助言もいただいて、良かった。」

12/23 北ブロック 52名参加

1/22 南ブロック 76名参加

歌体操グループ「ふじの花」さん

歌体操グループ「ルンルン」さん



♪一緒に
歌体操



2/18 東ブロック 41名参加

琴伝流大正琴「モクレンの会」さん

活動紹介では歌体操と大正琴を披露していただき、素敵な時間となりました。

情報交換会ではアコーディオンの演奏活動をされている方と歌の活動を希望している方が出会う場面がありました。

次回の活動を誘い合う機会となり、有意義な交流会になりました。

「活動してみたい！でも不安…」という方には、事務局が受入施設と調整させていただいています。生きがいづくりや社会参加ができるようお手伝いしますので、お気軽にお問い合わせください。

皆さまがお元気で、さまざまな場面において活躍されることを、心から応援しております。



みんな
情報交換♪

発行 大阪市社会福祉協議会 福祉事業課(大阪市介護予防ポイント事業 受託事業者)

住所 大阪市天王寺区東高津町12-10 H P <https://www.osaka-sishakyo.jp/lp/kypoint/>

TEL 06-6765-5610

FAX 06-6765-3512