

東淀川区役所

地域課（地域）

地 活 協

レ ポ ー ト

令和3年9月

■新庄地域にて、「フレイル予防講座・相談会」を開催（7月29日）

加齢に伴い、外出頻度や人とのコミュニケーションが減り、心と体に影響を及ぼすことを「フレイル」といいます。特に新型コロナウイルス感染症の影響により、高齢者の身体機能が低下していると大阪市の調査でも確認されました。そこで、大阪経済大学・高井逸史教授、保健福祉課と連携し、「フレイル予防講座・相談会」を開催することになりました（下記の「地域課（地域）からのお知らせ」を参照）。

第一回は新庄地域で開催しました。百歳体操のリーダーなど計11名の参加があり、「知合いの高齢者で、歩きにくくなった方が増えている」、「人との会話が少なくなった」、「運動不足、散歩する回数が少なくなった」という意見をいただきました。アンケートでも、高井教授の講義を受けて、「今後も継続して事業を進めたい」、「今後、時機を見て事業を再開したい」と回答した割合が82%と、事業の継続・再開の意欲が高まりました。

■大道南・防犯活動についての打ち合わせ（8月2日）

現在、新型コロナウイルス感染症の影響で、青色防犯パトロールなど防犯活動ができない地域が多くなっています。大道南地域も1年以上青色防犯パトロールを休止しており、令和2年の犯罪発生件数を調査・分析することで、今後の大道南地域の防犯活動をどう進めるのか話し合いました。

令和2年、つまり新型コロナウイルス感染症が流行し始めた年の東淀川区の犯罪発生認知件数は、前年（令和元年）と比べて自転車盗は764件から402件と大きく減少しましたが、それ以外の犯罪（ひったくり、路上強盗、車上ねらい、部品ねらい、自動車盗、オートバイ盗、女性の被害、子どもの被害）に大きな変化は見られないことが分かりました。自転車盗は駅前やスーパーなどが集まるところで多く発生するという特徴があります。自転車盗以外の犯罪発生認知件数が減少しなかったということからは、今後も引き続き防犯活動を行わないと犯罪発生認知件数は減少しないということだと思えます。

犯罪発生情報は、大阪府警の「安まちアライブ」というサイトから検索することができますので、ご確認ください。

◆地域課（地域）からのお知らせ

■「フレイル予防講座・相談会」を開催しています！

新型コロナウイルス感染症が流行し、思うように地域活動ができなくなって1年以上が経ちました。特に百歳体操など、高齢者の健康向上を目的とする事業でなくなったことで、「会館まで行くことも出来なくなっている人が出ている」、「足腰が弱り、また認知機能が低下しているように感じる」などいわゆるフレイルの意見をいただいています。

そこで、大阪経済大学・高井教授、保健福祉課と連携し、「フレイル予防講座・相談会」を開催することになりました。対象は、地活協で健康分野に携わる方となっております。ご興味のある方は、地域課までお問い合わせください。

問い合わせ先

東淀川区役所地域課地域づくりアドバイザー
TEL 06-4809-9509
メール higashiyodo-adv@sor@city.osaka.lg.jp

フレイル予防を知って コロナ禍でも元気な地域に！

大阪経済大学 高井教授による【令和3年度】
フレイル予防講座・相談会

対象：東淀川区地域活動協議会において健康分野の事業に携わる方々

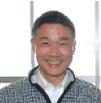


コロナ禍により「外出頻度」も「人とのコミュニケーション」も減少することで、心と体に悪影響を及ぼす「フレイル（虚勢）」が増加しています。

感染に対する不安もあり、地域活動協議会において各種事業（百歳体操等）を実施しづらいつつ状況が続いていることから、新たな活動のきっかけとしていただくことを目的に、大阪経済大学・高井教授による講座を開催。「フレイル予防の重要性」や「コロナ禍でもフレイルを防ぐためにできる事」等を専門的にお話いたします。

高齢者のフレイル予防は、介護・療養・認知症などの予防にも繋がります。この機会にぜひご活用ください。

高井逸史教授 大阪経済大学 人間科学部



私は、「高齢者が住み慣れたまちで健康に暮らし続けるための研究」をしています。
「フレイル予防」について東淀川区内はじめて各地で啓発活動を行っています。

こんな不安はありませんか？

コロナ禍で地域活動が休止…参加者の体力低下が心配。

健康維持のために地域活動をもっと活用したい。

長引くコロナ禍でも地域の人の健康寿命を維持したい。

まずはご相談ください！

コロナ禍の今だからこそ大切なフレイル予防についてご提案いたします！

高井教授は、各メディア（新聞、テレビ等）からの取材を多数受けられています。NHKの人気テレビ番組「ためしてガッテン」へも専門的なアドバイスがされました。

高井教授は、各メディア（新聞、テレビ等）からの取材を多数受けられています。NHKの人気テレビ番組「ためしてガッテン」へも専門的なアドバイスがされました。

地域のかで健康長寿をアップしよう！

主催：大阪経済大学 人間科学部 高井 逸 協力：東淀川区役所 保健福祉課・地域課