

## 東淀川区役所

### 地域課（地域）

## 地 活 協 レポ ー ト

令和3年12月

11月も10月に引き続き、事業を再開する地域が多くありました。12月号は、11月に再開した事業を特集します。

#### ■いたかの・百歳体操（11月5日）

いたかの地域で百歳体操が再開されました。当日は淀川区にあります、大阪医療福祉専門学校から講師が来られ、腰痛予防の講座を行ったあと、百歳体操を行いました。

約8カ月ぶりの再開になり、利用者はコロナ前の人数よりも少なくなつたと聞きましたが、皆様久しぶりの体操を楽しまれていました。

終了後、スタッフの一人から、「このまま続けたい」と力強いお話を聞くことができました。



#### ■東井高野・子育てサロン（11月8日）

東井高野地域で子育てサロンが再開されました。コロナ禍になり初めての開催になりました。約一年半ぶりの再開にもかかわらず、当日の利用者数は6組7名と、スタッフの予想を超える人数が来場されました。ほとんどが初めて利用される方でした。0歳児が3名もいて、改めて子育てサロンの存在の重要性を感じる事ができました。

開催前にポスターを掲示板に貼られていたが、



地元のスーパーマーケットも協力してくださる、ポスター掲示をしてくださつたそうです。

#### ■大道南・百歳体操（11月10日）

**大道南**地域で百歳体操が再開されました。

コロナ禍になり初めての開催になりました。今回からスタッフを総入れ替えし、開催方法も一新されました。開催の案内を掲示板と回覧板で行いましたが、会館が満員、玄関に靴が

入り切れないほどでした。

会場の大道南会館は体温が37.0度以上の方の入館禁止、マスクの着用と手指の消毒をお願いを

ポスター掲示して感染対策をされていきます。



#### ■大桐・高齢者食事サービス（11月10日）

**大桐**地域で昨年12月以来、約1年ぶりに高齢者食事サービスが再開されました。前回は

会館入口でお弁当の受け渡しをしました。が、今回は入口で検温、会館の窓で受け渡しと通路をつくることで密を避けることができました。（次ページへつづく）



当日は、地域包括支援センターやランチ、地域福祉コーディネーターも来られ、介護相談や特殊詐欺防止の啓発などが行われました。

#### ■啓発・秋まつり（11月14日）

啓発地域で秋まつりが開催されました。昨年度の夏まつりは中止になりましたので約2年ぶりの開催となりました。メインステージでの演奏、踊り、マジックなどの催しの他、10ブースもありました。今年の夏は第5波が来たことで、多くの祭りが中止になりましたが、秋に移行了したこと、禁煙・禁酒を徹底したことで、開催時間を11時から14時とお昼の時間にしたことで、大盛況の中、祭りを終えることができました。

子どもたちからは「久しぶり」、ブースを出店された福祉施設の方からは「団体のアピールができる機会をもたえてうれしい」という声をいただきました。



#### ■いたかの・子育てサロン（11月16日）

いたかの地域で子育てサロンが再開されました。コロナ禍になり初めての開催になりました。約1年半ぶりの再開にもかかわらず、当日の利用者数は6組7名と多くの方が来場されました。通常の遊びの他、11月にお誕生日を迎えた子どもに対し、お誕生日会をされました。当日来場された保護者からは、「初めて参加しました。地域にこんな場所があるなんてとても助かる」「近所の高齢者の方からお話を聞いて参加しました」という声を聞きました。



#### ■大桐・ふれあい喫茶（11月17日）

大桐地域でふれあい喫茶が再開されました。コロナ禍になり初めての開催になりました。10時からの開催でしたが、すでに多くの方が来られていました。対面になるのを避けるため、一方向を向くスクール形式の配置でしたが、皆様久しぶりの再開を楽しまれていました。コロナ禍になり、飲食店等で密になるのを避けるために、テーブルやいすに席につくの禁止するマークをよく見かけますが、大桐のふれあい喫茶はそれを、喫茶を利用するための注意事項とランチョンマットを置くことで解決されていきました。

式配置でしたが、皆様久しぶりの再開を楽しまれていました。コロナ禍になり、飲食店等で密になるのを避けるために、テーブルやいすに席につくの禁止するマークをよく見かけますが、大桐のふれあい喫茶はそれを、喫茶を利用するための注意事項とランチョンマットを置くことで解決されていきました。



#### ■淡路・子育てサロン（11月18日）

淡路地域で子育てサロンが再開されました。今年度初めて、約1年ぶりの開催になりました。

昨年度から会場を淡路中学校に変更し、スタッフも一新されました。東淀川区の子育てサロンの多くは主任児童委員、民生児童委員と呼ばれる方が運営されている地域が多いです。淡路地域も以前はそうでしたが、コロナ禍になり、運営を一般の「ボランティア」にし、メンバー

（次ページへつづく）



もリーダーが一人一人声をかけて集めたそうです。

コロナ禍になり、スタッフが減ったという声は多く聞きますが、先述の大道南地域の百歳体操、今回の淡路地域の子育てサロンのようにコロナ禍を契機にスタッフを一新させ再開した事業もあります。

#### ■下新庄・子育てサロン（11月19日）

下新庄地域で子育てサロンが再開されました。コロナ禍になり初めての開催になりました。

当日来場された保護者が、「マンションの掲示板で知って来ました。近所にこういう場所があると助かります」とおっしゃっていました。

ここ数年の間に出産された子育て世帯にとっては、子育てサロンがないことが「日常」になってい

ます。11月は

ほとんどの地域で子育てサロンが開催されました。これを機に子育てサロンの存在が広まればと思います。



#### ■大隅東・子育てサロン（11月25日）・無料開放（毎週水曜日10時から12時）

大隅東地域で子育てサロンが再開されました。コロナ禍になり初めての開催になりました。

当日来場された保護者は、別の地域の子育てサロンで大隅東地域の子育てサロンが開催されると聞き、利用されたそうです。

大隅東地域の子育てサロンの会場である、エコホール江口では、今年度から一つの会議室を0歳～就学前の親子を対象に無料開放されています。

また、エコホール江口は無料駐車場があり、車で来館することができます。子育てサロンの利用者は地活協や校区などを越えて自分たちが来場できる範囲で利用されている姿をよく見かけます。区内の子育てサロンで唯一、車で来館できる子育てサロンですので、ぜひご利用いただければと思います。

大隅東・子育てバンダ

## 無料開放

対象：0～就学前の親子  
日時：毎週水曜日（10時～12時）  
（祝日休み）  
場所：エコホール江口  
（無料駐車場有）

エコホールの利用規約に基づき  
無料開放いたします。  
ご利用の前にお名前のご記入と  
体温チェックをさせていただきます。  
よろしくお願いします。  
※食事をご遠慮ください

#### ◆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！

コロナ禍により、思うように地域活動ができなくなつて一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ができなくなったことで、「会館まで行くことも出来なくなっている人が出てくる」、「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」を随時開催いたします。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 [higashi-yodo-advisor@city.osaka.lg.jp](mailto:higashi-yodo-advisor@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「外出制限」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も各種事業（百歳体操等）を実施しづらい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こと」等を専門的にお話いただきます。

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

高井進史教授 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の啓発活動を行っています。

「ガンアツ」  
BATTERY

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をされました。

地域のかたへ健康長寿をアップしよう！

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