



大阪市社協では、豊富な知識や技術、経験を持った団塊世代・シニア世代の方々を対象に「団塊・シニア世代の地域活動参加促進事業」に取り組んでいます。

そこで、城東区社協では、ミュージカルを一つの手段として団塊世代・シニア世代の方々に生きがいづくり、健康づくり、仲間づくりを見つけるヒントとなるよう、この事業を企画しました。

参加者  
募集中

5つのテーマの講座であなたのやる気、能力をアップできます。ミュージカルは出演する以外に道具作りや照明、音響など、さまざまな役割、力を必要とします。ファイブアップ講座を受け、あなたのできる何かに出会ってください。そして何よりも楽しい仲間が待っています。

これからの人生、自分自身にスポットを！

# ミュージカルにのって！ ファイブアップ講座

まずは、5つのテーマの講座を聞いてから



テーマ

## 気力

11/15(土)

何事をするにも面倒くさい…あなたが“やるんだ”という気持ちになる力をアップ!

テーマ

## 体力

11/29(土)

“はじける自分”“元気な笑顔”を持てる力をアップ!

テーマ

## 記憶力

12/13(土)

覚えたつもりが…う～ん?でてこない。忘れない力をアップ!

テーマ

## 集中力

2009/1/17(土)

5分はもっても、10分とは続かない…気持ちが途切れない力をアップ!

テーマ

## 魅力

2009/1/24(土)

自分のやりたかったことに出会える力をアップ!  
—本当のあなたはどんな人?—



団塊・シニア世代  
大募集!

とき 平成20年11月15日～平成21年1月24日の土曜日(全5回) 14時～16時

ところ 城東区在宅サービスセンターゆうゆう 対象 城東区在住か在勤の団塊・シニア世代の方

定員 30名(先着順) 参加費 1,000円 締切 平成20年10月31日(金)

申込・問合せ 城東区在宅サービスセンターゆうゆう内 ボランティアビューロー(担当:岡本) 電話6936-1153

共催

社会福祉法人 大阪市城東区社会福祉協議会  
城東区ボランティアビューロー

財団法人 城東区コミュニティ協会  
大阪市ボランティア情報センター

協力

城東区生涯学習推進会 NPO法人 発起塾  
ボランティアグループ「サークル 青空」



## 地域包括支援センター相談コーナー

地域包括支援センターに、母Aさん(要支援1)の相談で娘さんが来所されました。「以前は老人会の旅行に行くなど社会的であったが、高層の住宅に引越してからは、家にいる事が多くなって足腰が弱らないか心配です。」とのご相談で、後日、娘さんと一緒にAさん宅を訪問しました。Aさんは「歩行が不安だし、ここは知らない人ばかりであり外には出たくない。」と知らない土地で一人で暮らす寂しさと不安が入り混じった気持ちを話されました。その後、Aさんと相談し歩行の不安を軽減するために歩行器を使って地域で実施している「ふれあい喫茶」を見学してもらいました。初めは戸惑っておりましたが、家族や地域の協力もあり、今では月2回の「ふれあい喫茶」を心待ちにされています。今後は「食事会」や「カラオケ教室」にも参加したいと言っておられます。

問合せ 電話…6936-1133

## 城東区介護者家族の集い(城東かぼちゃの会)

「城東区介護者家族の集い(城東かぼちゃの会)」は、介護している方のリフレッシュと情報交換を目的に、平成14年に「城東区在宅サービスセンターゆうゆう」の主催で「家族の交流会」を開催するのが始まりです。平成17年7月より自主運営グループ「城東かぼちゃの会」を結成し、お互いの日頃の思いを話し合ったり、イベントを企画したりと活発に活動しています。

### 参加者募集

どなたでも、お気軽にご参加ください。いろんな話をしましょう。

とき 毎月第1木曜日 13時30分～15時  
ところ 城東区在宅サービスセンターゆうゆう

### 活動レポート

かぼちゃの会 長谷川和子さん

#### ◆絵手紙講座 うちわに描いてみよう◆

平成20年7月3日(木) ◆参加者:15名

会員の藤田恵美子さんに講師をお願いして、毎年開催しています。今回は盆踊りにも使えるようにと、「うちわ」に夏野菜・果物を描きました。久しぶりの絵の具・墨の香り一杯の部屋は、皆の笑い声がひろがり、リフレッシュする事ができました。



#### ◆太極拳でリフレッシュ!

◆平成20年8月7日(木) ◆参加者:13名

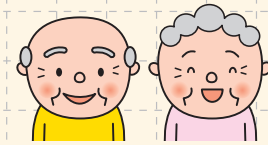
暑い日でしたので、会員の参加は少なかったのですが、会員の田中志真子さんの指導で、中国生まれの太極拳に初挑戦!深く、長い呼吸に合わせてゆったりと身体を動かすと、日頃のストレスから心身を解放でき、安らかな気持ちとなった2時間でした。



問合せ 電話…6936-1133

## 城東区老人福祉センター

高齢者の方々の身近な施設として各種の相談に応じたり、健康の増進、教養の向上などの事業を行い、サークル活動、レクリエーション等を楽しんでいただく、高齢者の福祉の向上を図る施設です。



### ◆うたごえ喫茶“JO”開店

～レトロ映像の上映で昭和30年頃にタイムスリップ  
なつかしのうたごえ喫茶で歌いましょう!～

とき 10月29日(水) 13時～15時  
ところ 老人福祉センター大広間  
参加費 100円  
申込 10月21日(火) 10時～  
定員 50名(先着順)

### 参加者募集



飲み物  
(コーヒー・紅茶・ジュース、  
クッキー付)

### ◆園芸教室

季節の花についての知識を深め、栽培管理の指導をします。お気軽にご参加ください。

とき 偶数月の第1金曜日の13時30分～14時30分 ◆開催日…12月5日(金)  
ところ 老人福祉センター講習室 2月6日(金)  
定員 30名(当日先着順)

### 結果報告

#### ◆「手も頭も動かそう 描きうちわづくり」

8月29日(金)「手も頭も動かそう 描きうちわづくり」を開催し、27名の参加がありました。わりばしを筆がわりに描くユニークな技法で、初心者の方も手軽に取り組むことができました。参加者一同、出来映えに満足な様子でした。



#### ◆盆踊り大会

8月12日(火)、恒例の盆踊り大会を開催。当センターの大広間は160名の参加者でにぎわい、河内音頭など、26曲を元気に踊られていました。おつかれさまでした。



#### ◆敬老お祝会

9月16日(火)、300名の参加があり当センター大広間は超満員、元気パワーで歌や踊りの披露があり、お師匠さん方の見事な舞台で幕を閉じました。なお、本年も押谷製菓様から記念品の寄贈をいただきました。



問合せ 住所…中央3-5-1 電話…6932-0017 F A X…6934-8340  
休館日…日曜、祝日、年末年始

## 城東区子ども・子育てプラザ

城東区子ども・子育てプラザは、乳幼児とその保護者が自由に遊べ、お互いが交流できる「つどいの広場」の実施や、児童のための自由な遊び場の提供を行っています。また、様々なイベントを実施することで地域の子育て支援の充実を図っています。ぜひ、遊びに来てください。



### ◆いつも楽しい「親子あそび教室」

▶毎月第3金曜日 11時～12時

城東子育て支援センターから保育士の先生をお迎えして、大型絵本の読み聞かせや歌あそび、エプロンシアター、リズム体操等で親子いっしょに楽しんでいます。対象は乳幼児とその保護者で、育児相談もお受けしています。お気軽にお越しください。



### ◆おいしかった!?「サーターアングギー」

7月27日(日)午前10時から短期大学教員 松井祐氏と管理栄養士 松井くみ子氏による、小学生を対象としたおやつ作り教室を開催しました。日頃、元気よく遊んでいる子ども達もエプロンと三角巾をつけると、いつもと違った様子で先生の言うことをよく聞いて、沖縄のお菓子「サーターアングギー」を楽しく作ることができました。最後にきれいにラッピングをして持ち帰ることができ、あっという間の2時間でした。

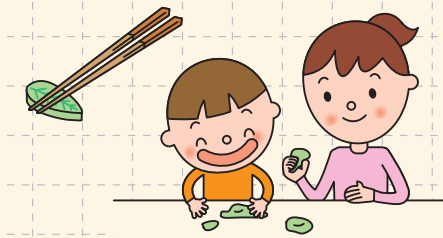


### 「ものづくり教室」

### 受講生募集

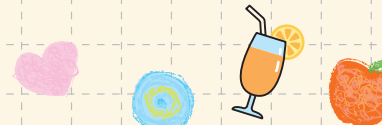
#### ●「樹脂ねんどで箸置きづくり」

とき 10月26日(日) 10時～12時  
対象 小学生と保護者(児童1名につき保護者1名で申し込んでください)  
参加費 1組 200円(材料費として)  
申込 10月23日(木)まで  
定員 10組(先着順)  
講師 短期大学教員 松井 祐先生



#### ●「羊毛でコースターづくり」

とき 11月9日(日) 10時～12時  
対象 小学生(但し、保護者の付き添いがあれば5歳以上の幼児も参加できます)  
参加費 100円(材料費として)  
申込 10月15日(水)～11月6日(木)まで  
定員 10人(先着順)  
講師 短期大学教員 松井 祐先生



問合せ 住所…今福西1-1-39(旧今福児童館) 電話・FAX…6933-2880  
休館日…月曜日、祝日、月曜と祝日が重なる場合の翌日、年末年始

## 高齢者福祉月間事業報告

城東区社協では、毎年9月の高齢者福祉月間運動の一環として、区内にお住まいの満80歳以上の高齢者と、金婚を迎えられたご夫婦に心ばかりのお祝いをしています。今年度は7,318人の高齢者と、292組のご夫婦(20年度区社協調べ)に各校下社協を通じ、お祝の品をお贈りしました。各校下社協でも、敬老会や友愛訪問を実施し、地域の高齢者の長寿をお祝いしました。

また、9月18日には、諏訪校下・四辻さん(100歳)を区社協役員が訪問しました。これからもお元気でお過ごしください。



## 赤い羽根共同募金 ご協力をお願い

「赤い羽根共同募金」の運動期間は、毎年10月1日から12月31日までで、各都道府県の共同募金会が主体となって実施しています。

皆様からお寄せいただいた募金は、地域のさまざまな福祉活動やボランティア活動にも役立てられており、「城東区社協情報 ゆうゆう」も赤い羽根共同募金の配分金を活用して作成しています。心温まるご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。また、配分金による事業の詳細につきましては、中央募金会ホームページ「はねっと」(<http://www.akaihane.or.jp/hanett>)にてご覧いただけます。



### 地域巡回講演会と健康医療相談 申込不要

とき 10月23日(木) 13時30分  
ところ 中浜老人憩の家(中浜2-6-8 電話6969-8485)  
対象 60歳以上の方  
講師 城東区医師会 小島 朗 医師  
内容 講演「骨粗しょう症について」  
いきいき歌体操(HANDおおさか)

毎週火・金曜日には老人福祉センターで健康医療相談をしています。

問合せ 電話…6936-1153

### 体験日記

## 城東区老人福祉センター

## 合同行事

## 城東区子ども・子育てプラザ

### アトムと出会いチキンラーメン手作り体験

平成20年8月20日(水)まだ暑さが残る中、宝塚市立手塚治虫記念館と池田市のインスタントラーメン発明記念館に行ってきました。

この事業は高齢者と子どもとの世代間交流を目的に企画し、高齢者22名、小学生20名の参加がありました。午前中の手塚治虫記念館では、アニメの上映を見たり、ぬり絵やゲームなどを楽しんだり、また、手塚治虫氏の生い立ちや多くの作品を興味深く見学しました。昼食の後、午後からは、インスタントラーメン発明記念館に行きました。館内のいろいろなインスタントラーメンを見学後、

チキンラーメンの手作り体験をしました。高齢者と子どもで2人1組となり、麺棒で生地を伸ばしたり、味付けや麺を揚げたり、会話をはずませながら作っていました。帰りには、自分の好きな絵を描いた袋入りのチキンラーメンとバンダナをお土産としていただきました。1時間30分の時間があっという間に感じました。参加者からは、「普段できないことができてうれしかった」「自分だけのラーメンができた」「また、こんな企画考えてください」との感想がありました。高齢者と子ども達にとって楽しい夏の思い出となったことでしょう。





## 特集 団塊・シニア世代の方々のボランティア紹介

### グループ

#### ミュージカル

- ボランティアグループ『サークル青空』
- 代表／浦田 榮子氏

平均年齢64歳の中高年のミュージカルグループです。総勢13名、無名の自称:女優です♪今までに施設訪問した所は、主に幼稚園、高齢者施設。城東・旭・東成区や松原・守口・吹田・大東市など活動範囲は広い!今年度は、もっと広く海外進出!「11月にタイに活動に行くんですよ♪ お揃いの浴衣で…」



人生は、自分で脚本を書き換えることができる!!

## 個人

充実した人生を楽しみ、自分自身が輝くために!

### ギターの弾き語り 東山 雅昭氏 (62歳)

外資系の会社を60歳で定年退職。大好きなギター片手に、訪問した所は若いころ過ごしたオーストラリアや大阪・兵庫・京都など。ジョン・デンバーや、サイモン&ガーファングルの曲を始め童謡・演歌など広いレパートリーがあります。今は、再就職し、土日祝などの休日を利用してボランティア活動継続中!



### プールボランティア 高井 香蔵氏 (71歳)

65歳で定年退職。充電期間の後、ボランティア講座を受講。現在、発達障害の子どもたちを泳げるようになるまで根気よくサポートしています。A君は、顔を水につけることができなかつたのですが、水中で股くぐりができるまでに成長しました。次の目標は“息継ぎ”。得意な分野で、いきいきと活動し、子どもたちの成長をととても楽しみにしています。



## 子育てサポート

### 『保育ボランティア』学習会 ……実施報告……



8月28日(木)「発達障害とは」のテーマで開催しました。保健福祉センターの水林氏を講師に迎え、脳の機能的な問題が原因で発達に障がいがおこること、また、子どもの個性を大切にすること、早期に正しい治療・教育・支援が必要なこと等を学び、障がい児への理解を深める学習会になりました。(15名参加)

ご協力  
お願い

手作り布絵本、布のおもちゃを作成している子育てサポートメンバーからお願い!  
材料が不足しており、刺繍糸、フェルト、布を集めています。おうちに眠っているものがあれば、ご協力いただけませんか?よろしくお願ひいたします。



ぜひ一度お越しください

## ボランティアいろいろ情報・相談会のお知らせ

- ボランティア活動の体験をしたい方
- ボランティアをしてみたいけれど、何をしたいのかわからない方
- 自分らしさが活かせる活動を探している方など



相談日

- と き 平成20年11月1日(土) 10時～16時
- と ころ 城東区在宅サービスセンター ゆうゆう
- 申 込 電話・FAXにてお申し込みください

## 善意銀行



平成20年6月1日から8月31日までに、次の方々から預託がありました。皆様の善意を有効に活用させていただきます。

(敬称略)

### 《金銭》 3件 122,460円

大阪トヨペット株式会社 都島店……………42,460円  
今福精霊流し委員会……………60,000円  
匿名……………20,000円

### 《物品》 1件

株式会社マルハン 今福店…… (お菓子ダンボール7箱分)

## 会員募集

城東区社会福祉協議会の活動は、大阪市・大阪市社会福祉協議会からの交付金・補助金をはじめ、「社協会員」の皆様の会費や、共同募金の配分金、寄付金などによって運営されています。

ぜひ、社会福祉協議会の活動にご賛同いただき、ご協力をお願いいたします。

会費 (運営寄付金)	住民会員 「個人」	1口	年額	2,000円
	「法人」	1口	年額	10,000円

申込・詳細につきましてはお問い合わせください。

## 車いすの貸し出し

城東区社協では、通院などの外出で必要な方に、車いすを貸し出しています。貸出期間は1ヵ月以内。急に車いすが必要になったり、一時的に使用される場合などにご利用ください。



## 社会福祉法人 大阪市城東区社会福祉協議会

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  
電話：6936-1153 FAX：6936-1154

