

高齢者にやさしいまちづくりを!

問 高齢介護課 TEL 06-6992-1610

市では、高齢者が地域でいつまでも健康で、いきいきとした生活を送ることができるよう、その仕組みづくりや安心して暮らせるサービス充実を進めています。



通いの場「東体育館カラコロ体操」の様子

○みんなでいきいき「通いの場」 ～カラダもココロもお元気に～

いつまでも元気で、自分らしく暮らすためには、何より「健康であること」が大切です。

無料で利用できる「通いの場」は市内68カ所まで広がっており、身近な地域で介護予防の取り組みが進められています。

「通いの場」への参加を通して、カラダとココロの健康寿命を延ばしましょう。

『通いの場』の効果って!?

参加するといろんな「いいこと」があります。

『通いの場』では、集まった一人一人が主役となり、自分たちの居場所をつくります。
「みんなが私を待っている」そんな気持ちが生きがいを生み、社会参加の意欲を高めます。

体を動かす機会が減ってしまうことで、体の機能が低下して動けなくなることがあります(生活不活発病)。
『通いの場』で、無理なく、楽しく体を動かしましょう。

『通いの場』に出かけ、人と会い、話し、笑い、楽しい時間を過ごすことは、適度な精神的刺激となります。



『通いの場』での健康体操や体力測定などがきっかけとなり、自身の健康管理や栄養について意識する習慣がついていきます。

幸せな生活のためには、家のなかだけではなく、地域での「居場所」は重要です。
『通いの場』に出かけ、人と会い、お互いに元気を分け合いましょう。



小学校区担当地区	相談先
よつば(旧大久保・旧東)・梶・藤田・八雲東(大日東町1番～10番)	守口第1地域包括支援センター TEL 06-6904-8900
庭窪・金田・佐太	守口第2地域包括支援センター TEL 06-4393-8401
八雲・下島	守口第3地域包括支援センター TEL 06-6908-2808
八雲東(大日東町1番～10番を除く)・守口・さつき(旧滝井)	守口第4地域包括支援センター TEL 06-4250-7878
さつき(旧春日)・さくら(旧三郷・旧橋波)	守口第5地域包括支援センター TEL 06-6992-1180
寺方南(旧寺方・旧南)・錦	守口第6地域包括支援センター TEL 06-6997-3336

自分たちのグループでカラコロ体操をしたいという人や、地域で「通いの場」を立ち上げたいという人を、地域包括支援センターがお手伝いしています。小学校区担当地区の地域包括支援センターまで問い合わせください。また、「通いの場」の情報は、市ホームページに掲載しています。

また、今年度市内で5カ所目となるさんあい広場「きんだ」の整備を行います。令和3年春には、さくら小学校の新校舎供用開始とあわせて、同小学校内にさんあい広場「さんごう」改め、さんあい広場「さくら」を開設します。ボランティア市民の皆さんのお力を借りてさらにさんあい広場を充実させ、高齢者の生きがいと健康づくりを支援します。



市では、高齢者をはじめとした地域の人々が交流し、気軽に楽しいひとときを過ごせる場所として「さんあい広場」を「さた」とうだ「かすが(さつき学園内)」「さんごう」の市内4カ所で開設しています。
このうち、さんあい広場「さた」が4月にリニューアルオープンしました。

「語りあい・ふれあい」
助けあい
「さんあい広場」充実です!



運営に協力くださっているボランティアの皆さん

○利用者の声
「毎週通って友達も増え、さんあい広場に来ることが生きがいになっています。」
「以前は家に閉じこもっていて体が衰えていたけど、ここに来るようになってから元気になりました。」
○さんあい広場でボランティアをしている人の声
「仲間と協力し働くことで、明日を生きる活力となっています。」



特殊詐欺対策機器を高齢者に貸し出しします

問 消費生活センター TEL 06-6992-1337

《特殊詐欺対策機器イメージ》



市では府内、市内で多発している高齢者を対象とした特殊詐欺被害の防止を図るため、府内最大規模となる650台の電話通話の自動録音機を無償で貸与します。特殊詐欺電話に不安な人は利用申し込みをください。詳しくは市ホームページやチラシでも案内します。

○自宅の固定電話機に設置することで、着信時に「会話内容が自動録音されます」と警告アナウンスが発せられ、振り込め詐欺などの電話を抑止できる機器で、自身でも簡単な作業でとりつけできます。

○市内に在住する65歳以上の人
▽募集期間(350台) 6月10日(月)～28日(金)

○貸与時期 7月中

○申請書を消費生活センターへ提出(申請書は市ホームページでダウンロード可、コミュニティセンターなどにも設置しています)

○応募者多数の場合は抽選にて貸与者を決定します。秋頃にも募集を予定しています。

※機器やアナウンス内容はイメージであり、実際のものとは異なる場合があります。