

令和6年1月(2024年) [編集・発行] 三箇校区福祉委員会

〒574-0077 大東市三箇4丁目1番5号 (電話) 072-873-8878

《開催予定日》

- 1月10日(水)
- 1月17日(水)
- 1月24日(水)
- 1月31日(水)

元気でまっせ体操

- ◆ [三箇自治会館] 午前10時～11時 (マット不要)
  - ◆ [三箇二丁目公民館] 午前10時～正午
  - ◆ [新和町自治会館] 午後1時～2時30分
- (※ 都合で中止になる場合があります。)



新年明けましておめでとうございます。

日ごろより、校区福祉委員会の活動にご理解ご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

本会は、大東市社会福祉協議会と協力して、地域住民の福祉を増進させ、安心して暮らすことのできるまちづくりを進めています。

さて、昨年は、コロナ禍が収束に向かい、地域が活気づいてきているのを感じることができましたので、7月より「ふれあいサロン」を再開しました。再開第1回目は、大正琴の演奏、その後毎月ディスコン、脳トレ体操、オカリナの演奏等を実施しました。12月は、フリージアコーラス・レスポアさんの歌声に参加者とスタッフが大いに盛り上がり、一年を締めくくるにふさわしいサロンとなりました。新年を迎え、当委員会の目標は、各事業をコロナ前の状況に戻すよう努力いたします。また、課題であります民生委員児童委員の欠員については、早期の選出をお願いします。今年も当委員会は、様々な福祉の課題に積極的に取り組んでまいりますので、皆様のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます、新年のあいさつといたします。

三箇校区福祉委員会委員長 岡崎信久

ふれあいサロン「まちかど喫茶」

【11月：ディスコン (狭山さん他) お客様26名、スタッフ10名】



今年2回目のディスコンとなりました。皆さんかなり要領がわかってきて、上手になってくれました。



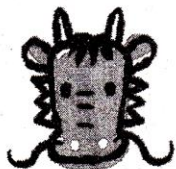
【予告】

1月25日(木)、11時30分開店です。お楽しみコーナーは、輪投げ大会です。乞うご期待!!



# 交番だより 令和6年1月号

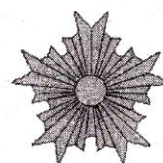
四條畷警察署  
大東中央公園交番  
072(875)1234



新年あけましておめでとうございます  
本年もどうぞよろしくお祈りします

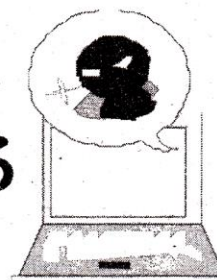


## サポート詐欺に注意！



パソコン、スマートフォンを使用中画面に

- ① ウィルスに感染しました
- ② 警告音やアナウンスが流れる
- ③ サポート窓口の電話番号



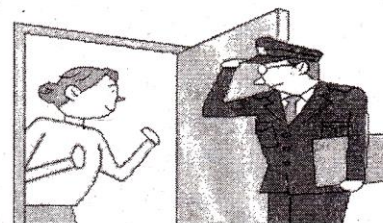
等が表示されても慌てず、警告画面に表示されたサポート窓口の電話番号に電話をかけず、四條畷警察へ



相談して下さい

四條畷警察署  
072-875-1234

## 巡回連絡実施中



警察官が各ご家庭を訪問した際、お住まいの地域での困りごとや、不安に思うことがあればどうぞご相談ください



ついカッとなって  
こどもに強く  
あたってしまう...



子育てや親子関係の  
不安や悩みイライラに、  
いっしょに向き合います。

きょうだいと  
比較されるのが  
つらい...



気軽に話せる人もいないし...



自分でなんとかしなきゃ...



もっとひどいことを  
してしまいそうで怖い...



衝動的に  
きつい言葉が出てしまう...  
後からものすごく後悔...



強い言葉で言われると怖いし落ち込む...



ホントはもっとやさしくしたいのに...



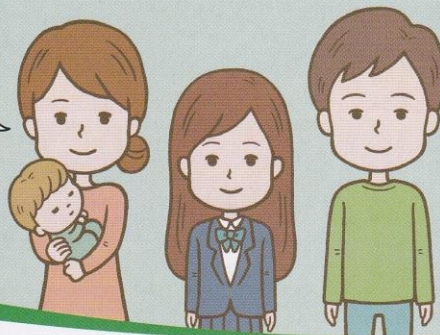
どう接したらいいかわからない...



# 親子のための 相談LINE



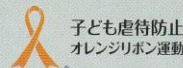
専門の相談員が  
対応してくれるから  
安心です



匿名可能

秘密厳守

相談方法



子ども虐待防止  
オレンジリボン運動



しつけ? 体罰?  
これってどっち??

[ 特設サイトでCHECK ] →



子ども虐待防止

こどもを守る、  
社会をめざして。

こどもまんなか  
こども家庭庁



高齢者の何でも相談窓口

## 地域包括支援センター

～認知症の人が自分らしく暮らし続けられるまちへ～



## 「地域包括フェスティバル～認知症の相談はお早めに～」

地域包括支援センターでは、大東市民を対象としたイベント「地域包括フェスティバル～認知症の相談はお早めに～」を、令和6年1月27日(土)に大東市立市民会館で開催します。

認知症は早期発見・早期対応が非常に大切な病気であり、高齢者の相談窓口である地域包括支援センターにおいても認知症に関する相談や支援を行っていますが、認知症の相談ができることがまだまだ知られていません。そこで、もっと多くの方々に、地域包括支援センターが認知症の相談ができる窓口であることを知っていただきたいという思いのもとイベントを企画しました。大東市にゆかりのあるお笑いコンビのTKO・お見送り芸人しんいちのお笑いライブや、大東市に在住・在学の小学生～高校生のお笑いコンテストである「笑わせ！D1グランプリ」で上位入賞を果たしたお笑いキッズによるステージ、TKOと作家の浜口倫太郎によるトークショー等をお届けします。また、ブースイベントでは、認知症について楽しく学べるパネル展示や、認知症当事者の世界に没入できる「VR認知症体験」、大東市地域包括支援センターのマスコットである「鶴田亀代(85歳)」のイラストコンクール、体力測定ブースなどを出展予定です。ぜひ、ご来場ください。

【地域包括フェスティバル～認知症の相談はお早めに～】

【申込はこちらから】



- ・日時 令和6年1月27日(土)12:00～16:00(うち、ステージイベントは13:00～14:45)
- ・会場 大東市立市民会館 (ステージイベントは市民会館キラリエホール)
- ・住所 大阪府大東市曙町4-6
- ・申込 ステージイベントは申込みが必要
- ・費用 無料

(寄稿 大東市地域包括支援センター 社会福祉士 西尾 祐佳 電話:072-800-5374)



あけましておめでとうございます。

今年も宜しく願いいたします。

年末年始、健康に過ごせたいでしょうか？忘年会や大晦日、鍋料理などに舌鼓を打って、飲み過ぎてしまったお酒。お節料理や祝い酒で上機嫌なお正月に新年会。あったかい部屋で、がっつり食べてたっぷり飲んで。。。一日中テレビを見て。。。気になるのは運動不足と太り過ぎですね。

その対策には、なんといっても運動です。ウォーキングやランニングができればいいのですが、それが無理なら、部屋や庭の掃除など、日常の動作を増やすことです。きびきびと動くよう心がけましょう。買い物も、お正月の風情を楽しみながら、明るいうちに車ではなく、歩いてみては如何でしょうか。正月太りという

言葉がありますが、要するに食べ過ぎと運動不足が原因です。

冬といえばやはり鍋料理ですがぜひ、野菜をたくさん入れるよう心身体も温かくなりますし、野菜の水分で満腹感も得られます。好きなパク。。。ではなく、栄養をバランスよく摂ることは、冬場のかぜ対策そしていつまでも食べ続ける「だらだら食い」も、禁物です。休む消化器官は疲れ切ってしまう。

今年一年、健康で過ごすためにも、少しずつお正月気分から抜けるようにしましょう。



がけてください。肉や魚だけパクにもなりません。ことのできない

安心・いきいきネット相談支援センター 慶生会住道 松谷彰大 電話：072-806-2880