



社会参加してフレイル予防につなげよう！仲間 大募集中！

活動登録者・登録施設・市民をつなぐお便り

# ポイントリレー通信 第21号

令和4年12月発行

コロナ禍になり早くも3年近く経過しました。様々な制限が課される中、思ったおりの行動ができない日々を送られている方も多いのではと思います。本号では、困難な状況を乗り越えながら、活動をされている方を取材させていただきました。何かの参考になれば幸いです。 ❄️❄️❄️



活動登録の状況(令和4年10月末現在)

活動登録者	登録施設数	
	介護保険施設	保育所
2,923人	593か所	151か所

## 感染症対策特集号 ~コロナと共存する社会をめざして~

福祉局からの  
お知らせ

### 冬のインフルエンザ流行シーズンの今こそ！ ~健康を守るためにできること~

12月から2月にかけては、インフルエンザの流行シーズンです。次の点に気をつけて新型コロナウイルスやインフルエンザを予防しましょう！

#### こまめにしよう 手洗い・手指消毒

こんなタイミングでは必ず！

共用物に触った後  
食事の前後  
公共交通機関の利用後  
など



#### 免疫力を高めましょう

栄養バランスのよい食事、  
体温を上げる運動、  
十分な睡眠を心がけ、  
免疫力を高めましょう。



#### ワクチン接種

新型コロナウイルスや  
インフルエンザのワクチン  
接種を検討しましょう。



期間限定

令和5年1月末 まで

65歳以上の方は  
インフルエンザの  
予防接種が無料！



詳しくは↓

大阪市 インフル 予防接種



上記と合わせて、引き続き、**3密を避け、マスクの正しい着用、こまめな換気**を心がけ活動しましょう。

風邪症状がある時や、体調がいつもと少し違うと感じる時は無理せず活動を休みましょう。

お問合せ先 大阪市社会福祉協議会 福祉事業課 (電話 06-6765-5610)

# 介護通所施設での活動の様子を取材させていただきました！



あさの けいこ  
**浅野 敬子さん**

2018年登録、デイサービスにて傾聴の活動を開始。デイサービスが閉鎖になり、城東区社協に相談したところ、現活動先を紹介される。2020年1月からご活躍中！新たに、スマホの勉強を検討されているとのこと。



## 浅野さんの活動紹介

活動のきっかけ	ゆうゆうさん(城東区社協)の紹介
活動の時間	週に1回、2時間
活動内容	草花の手入れ 配膳室内の水回りの片付け
よかったこと	充実感があること お友達ができたこと
感染症の対策	マスク 手洗い 検温

か？  
電話を始めてみてはいかがですか？

**活動を検討中の方へメッセージをお願いします**  
父がアルツハイマー病を患ったとき、周りの方に随分助けていただきました。そのご恩返しのためにもあり、活動を始めました。少し先輩の方々とのお話は、とても楽しいですよ。職員さんのサポートもあり、安心して活動を楽しんでいます。

## 浅野さんの活動スケジュール

14:00 浅野さん、こんにちは！

14:01 活動の流れを教えてください！

14:01 前半は草花のお手入れをしています。新しいお花は、職員さんが準備をしてくれています。

14:10 14:10

14:25 14:25

14:45 花屋さんで、お手入れの方法を教えてください、最近はスマホで調べたりしています。やっぱり土は大切ですね！

15:00 後半はお話相手などをされているんですね。

15:00 おやつタイムの後片付けと、お話相手をしています。

15:25 15:25

16:00 本日は取材させていただきありがとうございました。

## 今回取材させていただいたのは 通所リハビリ 東大阪病院

所在地:城東区中央1-10-5  
電話:06-6930-9988  
ご担当:新本(あらもと)さん



**こんな活動を募集しています！**  
お茶出しや清掃、お話し相手など

四季折々の花を一輪挿しに入れては、利用者さんとも笑顔で接していただいています。感謝しかありません。気軽にボランティア活動の輪が広がれば嬉しい限りです。

コロナ禍ということでは、活動当日の「ご自宅での検温」「活動前の検温」「活動後の検温」を3回お願いしています。あとはマスク着用や手洗いなどの標準予防策です。

**新本さんにインタビュー**  
施設で出会った職員さんみなさん笑顔で、とても温かく、居心地のいい雰囲気施設でした。感染症対策も徹底されておられる中、窮屈さを感じさせない配慮が、素敵だなと思いました。

## 地域ブロックごとに、感染症対策を徹底のうえ 活動者交流会を開催しました！



健康のため / 交流・つながり作り / **ポイント活動を始めるきっかけはたくさん！ご連絡をお待ちしております！**