

シニア層に向けたシニアがつくる広報紙 「いきたくて〜北区でつむぐシニアの流儀〜」

北区社協は、地域活動への第1歩を応援するため「記者ボランティアスタート講座」を令和7年3月に開催しました。受講者は、試作号の発行を経て、記者ボランティアとして活動を開始し、当事者目線で地域活動の魅力を発信する広報紙「いきたくて〜北区でつむぐシニアの流儀〜」を発行しています。今回は、第1号発行までの歩みと広報紙に込めた思いをお届けします。

当事者である自分たちが 感じた魅力を発信

高齢者の生きがいづくりや社会参加を支援する生活支援体制整備事業では、地域情報をより広く届けるため、新たな情報発信の方法を模索していました。そこで、地域や地域活動の魅力を住民目線で伝える記者ボランティアの育成を目的に、令和7年3月に広報紙作成のスタート講座を開催しました。2回連続講座として開催し、北区魅力発信フリーペーパー「つひまぶ」編集長の浅香保ルイス龍太氏を講師として、記者の心得を学びました。さらに、若年性認知症や初期認知症の方々が活動する「かみやまカフェ」（北区社協が運営するデイサービスかみやま俱樂部）が実施している認知症力

フエ」を取材し、広報紙の試作号として第0号「かみやまカフェ特集号」を発行しました。

講座終了後も活動を継続したいという声があがり、受講者有志による記者ボランティアグループ「北区ええこと発見隊」が発足しました。現在は地域のさまざまな活動や地域の魅力を取材し、広報紙を発行しています。そして、令和8年4月に第1号となる広報紙「いきたくて」を発行しました。

今回、取材した5月の編集会議は、まず、4月に発行した第1号を読んだ知人や友人の感想を共有することから始められました。そして、第2号の発行に向けた企画検討では、自分たちが気になることや知りたかったことを出しあい、取材先や掲載内容の表現について、どのようになれば親近感をもっても

らえるかを念頭に、しつくりとくする言い回しや言葉を選びました。

これまでは編集会議の進方や記録を区社協職員が担っていましたが、いまではメンバーが会議ごとに担当を決め、おこなっています。



▲意見や思いを共有しながら企画をブラッシュアップしていく

シニアの地域活動を 後押ししたい

活動を始めたきっかけはさまざまですが、共通する思いは「シニアが地域活動を始める第1歩を応援したい」ということです。その思いを広報紙「いきたくて」に込めています。ターゲットにしている高齢者と同じ目線だからこそ見えてくる、北区のいいところや魅力を発見し、発信することで、広報紙を見た人が1歩踏み出し、よりいきいきと生活ができることをめざしています。そのため、取りあげるテーマも高齢者が行きたくなるような場所や、行きやすい場所であるかどうかを編集会議で話し合い、どのように紹介するかを考えています。

第1号は、「街で見つけた、心ひかれる掲示板」を特集しています。ネタ探しのなかで、自分たちが住む街にはいたるところに掲示板があり、区役所からのお知らせや地域のイベント情報、講座案内など、暮らしに役立つ情報が数多く掲示されていること



▲「見た人の心を動かすにはどうしたらよいか」を話し合う

に気づきました。そして、インターネットでは見つからないような情報や、地域の掲示板ならではの情報も多くあり、掲示板が地域の活動や歴史を伝え、紡いできたことが見えてきました。発行に向けて、6人の記者で意見を出しあうなかで、掲示板の設置者によって、伝えたい思いや情報が異なることがわかりました。同じものは一つとしてない掲示板の魅力や工夫を紹介しています。

記者ボランティアが 記事にかける思い

メンバーに記者ボランティアを始めたきっかけや、気持ちの変化、取材や記事を執筆する時に心がけていることを聞きました。

掲示板を見て実際にサロン活動に参加し、取材をした持井さんは「ボランティア活動というのは、自分自身が『楽しい』と感じられなければ長続きしないと思う。そのため、まずは自分が活動を楽しみ、そこで得た気持ちを記事に込めるようにしている。発信者が楽しんでいいるからこそ、読者に響く紙面になると信じている」と話しました。

次号の編集長を務める川口さ



報収集に取り組まれ、意見を交わしながら納得できる着地点を見つけていく様子に、多くの刺激を受けました。今後も皆さんの思いが読者に届くようサポートしていきます」と話しました。

活動者の思いを
信じてサポート

区社協の林美月第1
層生活支援コーディネー
ターは「私は事務局とし
て、皆さんがめざす活動
が実現できるよう関わつ
てきました、が、実際に活

堂島会館前の掲示板は、地域を支えています

堂島会館前の掲示板は、地域の身近な情報発信拠点として親しまれています。

掲示板には、行政や防災に関する案内のほか、地域住民が参加できる行事や催しなど、暮らしに密着した情報が掲示されています。

1月14日、堂島地域活動協議会会長長三郎一郎さん、堂島連合振興会会長の篠路喜久英さん、に、掲示板の運営についてお話を伺いました。

「堂島会館の事務員さんらが掲示板の管理を担当し、地域の情報を集めて更新してくれています。そのおかげで見やすい掲示板になっています」

掲示板は、地域の身近な情報発信拠点として親しまれています。

掲示板には、行政や防災に関する案内のほか、地域住民が参加できる行事や催しなど、暮らしに密着した情報が掲示されています。

「ここに用意した原稿をもとに、放映用に加工してもらうのですが、既存の原稿を渡すだけでなく、負担が少なくてもいいように、各エリアの情報を相互に交換しているから、掲示板がより豊かになる。掲示板がより豊かになる。掲示板がより豊かになる。」

「『掲示板を見たよ』と言われることがあり、差しを褒められている方が多いと聞いています。この掲示板は人通りの多い場所にあり、地域住民だけでなく堂島で働く人など、地域外の人にも目に留ります。そのため通行人の目にも届くようにしています。また、通行人の目にも届くようにしています。また、通行人の目にも届くようにしています。」

通行人の目にも届くようにしています。また、通行人の目にも届くようにしています。また、通行人の目にも届くようにしています。

「『掲示板を見たよ』と言われることがあり、差しを褒められている方が多いと聞いています。この掲示板は人通りの多い場所にあり、地域住民だけでなく堂島で働く人など、地域外の人にも目に留ります。そのため通行人の目にも届くようにしています。また、通行人の目にも届くようにしています。」

地域新聞「いきたくて」をつくってみたい

創刊号から、やっやいしました。記事現場から便の良い掲示板を閲覧するために、発行時にはすでに撤去済み！ 撤去して対象を選び直し、記事を差し替えることに。下書きの大切さ、身に沁み込みに。と一息。

この新聞作成活動に参加されている記者の皆さんは、地域の身近な情報発信拠点として親しまれています。

「『掲示板を見たよ』と言われることがあり、差しを褒められている方が多いと聞いています。この掲示板は人通りの多い場所にあり、地域住民だけでなく堂島で働く人など、地域外の人にも目に留ります。そのため通行人の目にも届くようにしています。また、通行人の目にも届くようにしています。」

この新聞作成活動に参加されている記者の皆さんは、地域の身近な情報発信拠点として親しまれています。

「『掲示板を見たよ』と言われることがあり、差しを褒められている方が多いと聞いています。この掲示板は人通りの多い場所にあり、地域住民だけでなく堂島で働く人など、地域外の人にも目に留ります。そのため通行人の目にも届くようにしています。また、通行人の目にも届くようにしています。」

「いっしょにかみ」で始めた新聞作り。会議はあつたあつたの新聞と発見の連続！ 記事を書き上るに個性が大活躍する仲間との切磋琢磨が一番の学び。「みんなのは言葉、字だけのほい」でした。

知照感から挑戦。北区の街を歩き、掲示板には情報があふれていると驚かされた。プロの助けを借り、仲間と協力しながら1年かけて形にした「北区の魅力」。

知照感から挑戦。北区の街を歩き、掲示板には情報があふれていると驚かされた。プロの助けを借り、仲間と協力しながら1年かけて形にした「北区の魅力」。

皆さんはじめまして、この新聞は、北区のシアがくつるシア向けの地域新聞「いきたくて」です。

今回の記者は、北区社会福祉協議会が募集した「記者ボランティア」の皆さんです。この新聞は、北区のシアがくつるシア向けの地域新聞「いきたくて」です。

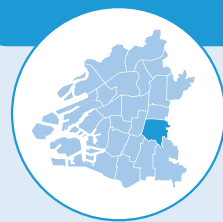
「『いきたくて』という名前が、北区のシアがくつるシア向けの地域新聞「いきたくて」です。この新聞は、北区のシアがくつるシア向けの地域新聞「いきたくて」です。」

皆さんはじめまして、この新聞は、北区のシアがくつるシア向けの地域新聞「いきたくて」です。

今回の記者は、北区社会福祉協議会が募集した「記者ボランティア」の皆さんです。この新聞は、北区のシアがくつるシア向けの地域新聞「いきたくて」です。

「『いきたくて』という名前が、北区のシアがくつるシア向けの地域新聞「いきたくて」です。この新聞は、北区のシアがくつるシア向けの地域新聞「いきたくて」です。」

世界は掲示板であふれている



健康麻雀大会を開催

「せかさない」「やじらない」などのマナーを守り、みんなが気持ちよく楽しめるように

賭けない、飲まない、吸わないが健康麻雀の約束

生野区社協は5月27日に区社協内ボランティアルーム「いくボラ」で健康麻雀大会を開催しました。本大会は共催団体の明治安田生命保険相互会社と一般社団法人日本健康麻将協会から、審判員や備品の貸出などの協力を受け、当日は麻雀連合所属の松井一義プ



▲卓についたら真剣勝負

口を含め、39人の参加がありました。

対局の前には日本健康麻将協会からルールと大会中のマナーについて説明がありました。健康麻雀は「賭けない、飲まない、吸わない」の3つの「ない」を基本としています。他にも参加者全員が気持ちよく真剣に取り組めるよう「せかさない」「やじらない」といったマナーを心がけるよう定められています。

今回は1局を50分として3局おこない、その合計点数を競いあいました。上位入賞者には明治安田生命保険相互会社から記念品の贈呈がありました。また、大会の様子は区社協が実施したカメラボランティア養成講座を受講した「晴れ姿写し隊」が撮影していました。晴れ姿写し隊は区社協と連携し、区社協の取組みや地域福祉活動の様子を撮影し、周知活動をするボランティアグループです。



▲一手一手にはしる緊張感

言葉がなくても垣間見えるキャラクター

対局開始後の会場は牌をジャラジャラと混ぜる音やパチパチと牌を打つ音がよく聞こえるほど、静けさに包まれていました。対局が進むにつれて「リーチ」「ロン」という声が卓から聞こえ、真剣ながらもどこか和やかな雰囲気で盛りあがりました。

参加者のなかには、日頃から地域の健康麻雀の集いに参加

している方も多くいました。普段は健康麻雀の集まりに参加していない女性は「地域の会長に誘ってもらい参加した。昔から麻雀が大好きだけど、仕事をしている時はなかなかできなかった。こうして麻雀ができてとても楽しい」と話しましたが、初対面の参加者も多かったですが、麻雀を通して、趣味嗜

男性をターゲットに誰もが楽しめる企画を

好を知り、コミュニケーションをとる様子が印象的でした。

この麻雀大会を企画したのは、男性に地域活動へ参加してもらおうきっかけになればと川北朋果第1層生活支援コーディネーターが考えたことがきっかけでした。ふ

れあい喫茶や高齢者食事サービスなどのさまざまな活動の参加者は女性に比べ、男性は多くない現状があります。

一方で、男性高齢者の居場所づくりや認知症予防として健康麻雀を実施している地域は、生野区内に7カ所あり、「普段の活動には来ない方が、健康麻雀には参加している」「男性が多く集う貴重な居場所となっている」という声を地域福祉コーディネーターから聞きました。そこで、市



▲入賞者を囲んで記念撮影

内で健康麻雀の取組みをしている明治安田生命保険相互会社に声をかけ、日本健康麻将協会とも協力し、開催しました。

思いやりを大切に気づかい や人間性を育むスポーツ

初めての開催ということもあり、日頃から健康麻雀の集まりに参加している方を中心に声をかけましたが、いつもとは違うメンバーと対戦できる機会にもなり、麻雀を通して、地域を越えてつながりの輪が広がる機会となりました。

今回、当日の運営にも関わった日本健康麻将協会の担当者は「健康麻雀は4人で卓を囲むため、自然とコミュニケーションをとることができる。特に男性が多く、ひきこもりがちな人にとっても外出する機会になつており、地域にとつても、よい取組みだと感じている。思いやりの心を重要視しているので、多くのルールやマナーがあるが、対戦者への気づかいや人間性が垣間見えて非常におもしろいスポーツだと思う」と話しました。明治安田生命保険相互会社の担当者は「大阪市と包括連携協定を締結しており、健康や医療に関する講座の開催や『地元の元氣プロジェクト』と題して、大人の塗り絵や健康麻雀などに取り組んでいる。今回は区社協から声をかけてもらい、共催で開催したが、これからも区社協や区役所と連携しながら地域の課題や困りごと、ニーズに即したメニューを企画し、取組みにつなげていきたい」と話しました。

互いに手をとりあうことで、 地域のつながりが広がる

企画した区社協の川北第1層生活支援コーディネーターは「初対面の参加者が多いなか、ルールを教えあったり自然とコミュニケーションをとられていて、皆さんのつながりが広がっていくのを感じられてよかったです。審判員や備品など、運営面で共催団体に協力いただけて非常に助かりました。大会を通して、地域の活動の交流が図られ、日々の活動のモチベーションの向上につながった。今後、自分たちの地域でもやってみたいという声があると、私たちとしても嬉しいです」と思いを語りました。



健康麻雀とは

「賭けない・飲まない・吸わない」をルールとした健全な頭脳スポーツとして、1対1ではなく4人でおこない、手先を使いながら、簡単な計算を繰り返すゲームで、年齢や性別に関わらず、同じ立場で競うことができます。

※基本的なルールは通常の麻雀と変わりません。



参加者の声

- 数十年ぶりに麻雀をしたが、配牌に恵まれたおかげで2回目、3回目はトップをとることができ、優勝できて嬉しかった。
- はじめましての人と交流ができて、よかったです。
- 皆さんのレベルが高く、ついていくのがやっとでしたが、楽しかったです。頭の体操になりました。

生野区の健康麻雀の活動を一部紹介します

活動名:西生野 健康麻雀

活動日時:毎月第1、3水曜日
午後1時～4時

対象者:65歳以上の方どなたでも
※事前に申込みが必要

参加費:1回あたり300円

活動者からのメッセージ

初心者の方にも常々お伝えしていますが、「やじらない」「せかさない」をモットーに、楽しく過ごしてもらえよう工夫しています。



活動名:生野南 健康麻雀

活動日時:毎月第1木曜日
午後1時30分～3時30分

対象者:どなたでも

参加費:1回あたり300円

活動者からのメッセージ

みんなが気持ちよく麻雀ができるよう、麻雀をするためだけでなく、自分たちのために、地域でルールを定めて楽しんでいます。



申込み方法や他の取組みについては生野区社協までご連絡ください TEL 06(6712)3101(代)



みんなで楽しくノルディックウォーキング 「さくらノルディック」

ノルディックウォーキングサークル「さくらノルディック」は此花区にある正蓮寺川公園を中心に令和8年4月から活動しています。3回目の活動となる5月12日は12人が参加しました。

リスクは少なく効果が 大きいウォーキング

ノルディックウォーキングはクロスカントリースキー選手がオフシーズンにおこなっていたトレーニングの1つで、2本の専用ポールを使うウォーキングです。転倒リスクが低く、膝や腰への負担も軽いのが特徴です。通常のウォーキ



▲みんなで輪になりストレッチ

ングと比べ、全身の筋肉を使うため、消費カロリーも高く、姿勢改善などに効果があると言われています。そのため、高齢者の介護予防活動としても関心が集まっています。

此花区社協は令和6年度に全日本ノルディック・ウォーク連盟から講師を招き、男性を対象とした講座を開催しました。女性の参加希望も多かったため、令和7年11月に再度、女性も参加できる講座を開催しました。その後、講座で学んだ内容をふりかえるための復習会を経て、4月に有志の方々を中心として、サークル化しました。

4月に開花した 「さくらノルディック」

サークル化のきっかけは、講座の受講者から「1人で歩くのもいいが、みんなで歩く機会があったらいいね」「この地域でノ



▲近況を共有しながらウォーキング

ルディックウォーキングをした」という声があがったことでした。実施頻度や連絡手段、悪天候時の対応など検討事項は多くありましたが、有志の方々が主体となり、役割を分担しながら、活動内容や活動上のルールを考えました。

3月に講座受講者が集まり、ノルディックウォーキングを楽しんだ後、今後の活動について、有志が考えた内容を共有する機会を設け、継続的に活動していくことが決まりました。

訪問した日は暖かな日差しのもと、お揃いの腕章を身につけ、近くの人とコミュニケーションをとりながら、自分の体調にあわせたペースで歩かれていました。

参加者からは「足の調子がいまよりよくないけれど、健康のために参加した。杖よりバランスがとりやすく歩きやすい」「広報紙の案内を見て『これええな』」とすぐに申し込んだ。やってみると本当に楽しいし、いつかお弁当を持って、他の場所も散策してみたい」「最近はずっと運動不足だが、いまの私の夢は大阪城まで行って公園内を歩くこと。それまでの訓練だ」と思っ

て参加しているが、みんなとストレッチをしているだけでも楽しい」などの声がありました。

身近なパートナー として支える

この活動は、メンバー間の連絡手段にLINEを活用していますが、スマホの操作が苦手だというメンバーの声を受け、区社協は活動日に合わせてスマホ講座を計画するなど、活動をサ

ポートしています。

区社協の藤原帆菜^{はんな}第1層生活支援コーディネーターは「この活動は始まったばかりなので、いまのメンバーが継続して参加できるようサポートを続けていきたいです。また、日頃の地域活動や興味のある集まりにつながっていない方も多いため、活動を見かけた方やノルディックウォーキングに関心のある方に、参加してもらえよう講座を開催し、輪を広げたいです」と話しました。



▲ご自慢のポールを持ってにっこり笑顔

社会福祉施設の地域における公益的な取組みを紹介⑧

社会福祉法人浪速松楓会 駒川てつと

東住吉区にある「駒川てつと」は社会福祉法人浪速松楓会が運営している憩いの場です。2、3階にグループホーム「サボテンの花」がある建物の1階のスペースを利用して実施しています。今回は管理者の西岡美香さんと生活支援員の山口純子さんにお話を伺いました。

いろんな人がごちゃまぜになつて過ごせる場所

「駒川てつと」はこどもや高齢者、障がい者、引きこもりが

ちな人など、さまざまな地域住民が「ごちゃまぜ」になり、同じ空間でいろいろなことをして過ごすことができればとの思いで、令和6年6月から開始しました。

中をのぞくとフ



▲こどもとカフェスタッフと一緒に販売会(左端:山口さん)

一角にある小上がりのスペースにはマンガやおもちゃなどが並んでおり、カフェの利用に関係なくこどもたちが自由に遊んだり、宿題をして過ごせる場所として開放しています。

普段できない体験の機会に

カフェのスタッフや集まるこどもたちの意見を反映してさまざまなイベントを企画しています。

例えば、毎年おこなっているもちつきは、関係機関や民生委員をはじめとする地域住民の協力を得て、地域で培われてきた運営のノウハウを教えてもらいながら実施しています。また、こどもから高齢者まで幅広い世代が集う機会になっています。

他にもドリップコーヒーのパッケージのイラストを募集し、お客さんの投票で選ばれ

た上位5選を商品化した企画も好評でした。できた商品はこどもとカフェのスタッフが一緒になって近所の地域会館の前で販売しました。

今年の夏頃には上階にある

グループホーム「サボテンの花」の入居者から昔あそびを教わる企画や屋上にある菜園で育てた野菜を使って、防災食について学ぶ企画の実施など、さまざまな構想が練られています。

今後はこども食堂にあわせシニア食堂も実施することで、独居高齢者が参加するきっかけになるような取組みも充実していきたいと考えています。

勇気を出していらつしやい

駒川てつとに集まるこどもたちは、外からのぞいて楽しそうな雰囲気を感じとり、入ってくることも多いです。なかには学校に行けていないこどももいます。

どなたでも過ごせる場所だからこそ、みんなが気持ちよく使えるように近所のおじちゃんおばちゃんのような距離感で関わり、声の大きさや脱いだ靴の並びかたなど、マナーを伝えることも大事にしています。

ここでのさまざまな経験を活かし、周りの人を助けられる人になつてほしいと考えています。ごちゃまぜの空間にぜひお越しただければと思います。



▲投票で選ばれて商品化されたドリップコーヒーパッケージ



▲取材日のこども食堂のメニューはカレー(屋上菜園でとれたてのキュウリ添え)でした

つながりをつくる・くらしをすさえる・活動をひろげる

社協で働く私の仕事⑦

社会福祉協議会（略称…社協）は、社会福祉法に位置づけられた「地域福祉の推進」を目的とした民間団体として、さまざまな事業を展開しています。

例えば、地域での地域福祉活動の立上げから継続して活動できるような支援、ボランティアの育成や需給調整、関係団体のネットワークづくり、生活にお困りの方への相談支援など、その役割は多岐に渡ります。

住民や地域団体、民生委員・児童委員、社会福祉施設、NPO、企業などと連携し、互いにつながり、支え合い、誰もが安心して自分らしく暮らすことができるよう、さまざまな活動を展開しています。

そんな社協について、より多くの人に理解していただけるよう、職種も役職も異なる職員に、担当している仕事やそこに込める思いを聞きました。

※本記事は、3月に開催した市社協法人就職説明会の内容をもとに編集しており、所属や入職年数は説明会開催時点の情報を記載しています。

＜長谷川地域支援担当主事＞

― 具体的な仕事内容を教えてください

区内の独居高齢者世帯や子育て世帯への食料などの支援や、地域福祉計画・地域福祉活動計画（西淀川あいあいプラン）の推進など、個人を対象とした業務から地域全体を範囲とするものまで、幅広く携わっています。また、広報や災害対策といった多角的な「ふくし」にも力を入れています。



▲福祉教育でユニバーサルデザインについて学生に説明

入職
3年目



長谷川 大陽

西淀川区社協 地域支援担当

― 地域に訪問するときは何を意識していますか

担当業務もさまざまで、地域に出向く理由もその時々で異なりますが、共通して「教えてもらおう姿勢」を大切にしています。活動者のほとんどは福祉活動の先輩、そして人生の先輩です。地域の歴史などを教えてもらうためには、顔と名前を覚えてもらうことが必要だと思うので、繰り返し出向くようにしています。

― 社協で働くなかで感じる魅力はなんですか

地域活動者などとの関係性を築くなかでニーズやお困りごとを把握し、そこから地域とともに（地域へ向けた）はたらきかけ（事業）ができることです。また、その範囲はミクロからマクロまで幅広く、さらには災害支援にも目を向け、地域

の方が安心安全に暮らすことができるよう、地域や行政、関係機関との関係性を高めていき、うまく連携が図れ、地域の福祉が進んだときにはとてもやりがいを感じます。

＜泉大阪市ボランティア・市民活動センター主事＞

― 具体的な仕事内容を教えてください

こどもの居場所活動団体や活動を支援したい企業などが集まり、こどもの居場所活動に関する勉強会や情報交換会などに取り組む地域こども支援ネットワーク事業や、これからボランティア活動を始めたい方、具体的な情報を知りたい方などに向けた広報誌「COMVO」の発行、各区のボランティア・市民活動センターとの連携や後方支援に取り組んでいます。また、災害時には災害ボランティアセンターの運営にも携わるため、防災に係る取り組みもおこなっています。

― どのような時にやりがいを感じますか

多くの場面でやりがいを感じていますが、地域のボランティア団体やこども食堂などの活動団体から相談があったり、自分のことを頼ってもらえた時はうれしく感じます。また、市内には多くの企業があり、企業の地域・社会貢献も増えてきていますが、どのような内容で取り組めるか、企業と一緒に考えて新しい企画やおもしろい仕組みをつくれた時はとてもやりがいを感じます。

― 社協で働くなかで感じる魅力はなんですか

配属先や職種に関わらず、他区の職員とも顔を合わせる機会が多いです。特に若手職員は研修が充実していると思います。同期とは仕事上、会うことも多く、よく相談していますが、区社

入職
8年目



泉 颯斗

大阪市社協

大阪市ボランティア・市民活動センター



▲地域こども支援ネットワーク事業への協力金の寄付企業との意見交換

協の職員が情報交換会や研修の帰りに事務所にふらっと寄って来て、悩んでいることや困っていることを相談してくれることがあります。各区社協の職員とのつながりもできますし、どこに配属されても区や部署を越えて、横のつながりが広がることに社協ならではの良さや魅力があると感じています。

＜岡村包括支援担当係長＞

― 具体的な仕事内容を教えてください

地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口として、高齢者やその家族などから介護や福祉に関するさまざまな相談を受けています。高齢者虐待や消費

入職
10年目



岡村 綾花

大正区社協 地域包括支援センター

者被害の防止及び対応などの高齢者の権利擁護支援やケアマネジャーへの後方支援、介護予防に関する支援や取組みなどをおこなっています。

― どのような時にやりがいを感じますか

相談者や地域住民、関係機関などの方から「ありがとう」「岡村さんに相談してよかった」と言ってもらえた時です。自分が関わった人がいきいきと生活できるようになったり、最初はあまり話してもらえなかった人が少しずつ心を開き、本音を話してもらえるようになった時にやりがいを感じます。

また、日々の相談などから、課題やニーズをキャッチし、それをもとにさまざまな方々と協力して、形にできたときは嬉しく思います。



▲家族介護支援事業の認知症講演会の様子

を大切にしていきます。異動を通じて複数の区で、地域支援と個別支援の双方を経験してきた。勤務地や部署が変わるたびに、新たな環境に慣れる大変さがありますが、そこで自分自身が成長できたり、新しい出会いがあることが魅力だと感じています。

― 社協で働くなかで感じる魅力はなんですか

日々の個別相談のほか、地域住民の居場所づくりや話し合いの場づくり、講演会の開催など、さまざまな事業に関わることができます。個人で仕事を進めるよりも、一つのチームとして、相談しながら進めることが多く、チームワーク

「おおさか介護サービス相談センター」のご案内

おおさか介護サービス相談センターは、介護保険サービスの利用に関わる、お悩みやお困りごとに対し、中立的な立場で、電話や来所による一般相談のほか、福祉、保健、医療、法律各分野の専門相談員による専門相談等を通じ、話し合いによる問題解決を図ります。介護保険サービス提供事業者からの相談も受け付けています。

また、地域福祉活動に取り組まれている方を対象に、地域高齢者支援の知識を学ぶとともに、日頃の活動で生じる問題について考える講座を開催しています。

相談は無料です。お気軽にご相談ください。

【相談日時】 平日：午前9時～午後5時（祝日、年末年始除く）

【相談対象者】 ●介護保険サービスの提供を受けているまたは受けようとしている大阪市内の高齢者など（本人またはその家族）

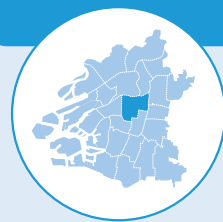
●介護保険のサービスを提供している大阪市内の事業者

●大阪市内の利用者に介護保険のサービスを提供している大阪市内の事業者

【問合せ先】 大阪市社会福祉協議会 おおさか介護サービス相談センター

TEL 06(6766)3800 / FAX 06(6766)3822





言葉の壁を越え、心をつなぐ 「つながることばカフェ」が生み出す 多文化共生の新たな居場所

近年、大阪市の外国人住民数は急増し、現在では21万人を超え、全人口の約7.7%を占めています。特に中央区では交通の利便性の高さや住宅開発等により外国人住民数が急増しており、市内でも上位に入る規模に達しています。こうしたなか、5月25日に留学生と地域住民が言語や文化の枠組みを超えて交流する「つながることばカフェ」を中央区社協とファーストスタディ日本語学校、café shade treeの3者で初めて共催で実施しました。

活動の背景：留学生の「日常の場」を求めて

今回の「つながることばカフェ」が立ち上がったきっかけは、中央区にある日本語学校

ファーストスタディに通う学生たちの思いでした。学生たちは日々、学校での勉強やアルバイトに励んでいます。それ以外の場所で地域の人々と話をしたり、自由に集まれる場が限られていたという課題を抱えていました。こうした現状を受け、日本語学校の講師らは、これまで「ワン・ワールド・フェスティバル」（国際協力の大切さを広く啓発するイベント）などの国際交流活動を通じて縁のあったボランティアグループ「ボラスステప్ప」代表の石黒修さんに交流の場について相



▲まずは自己紹介からスタート

談し、そこから区社協を交えた協議を経て、今回のカフェの実施が実現しました。
会場であるcafé shade treeは社会福祉法人大阪府

肢体不自由者協会が就労継続支援B型事業所として東成区で運営するカフェです。学校からも近く、取組みの趣旨に賛同いただいたことから、区をまたいでの実施となりました。

自然な対話が生まれる 交流の現場

当日は、留学生12人と、区社協が運営するボランティアの企画部会や公式LINEなどの募集に応じた地域住民7人が参加しました。会場では、開始前からグループごとに自然と会話が始まるなど、和やかな雰囲気になっていました。

交流プログラムは、ファーストスタディの脇夏葵講師が進行を務め、ジェンガに見立てた色付きの割り箸を引き、その色に対応したテーマ（趣味、おす



▲カードゲームは万国共通

すめの曲、旅行の思い出などについて話すという「自己紹介ジェンガ」からスタートし、参加者たちはスマートフォンで自国の音楽を流したり、おすすめの場所を教えあったり、笑顔で交流を深めていました。

続いておこなわれた「サイコロトーク」では、サイコロの目に「自国の有名な祭り」や「もし1週間休みがあったら」といったテーマが設定され、留学生は自国の文化を思い起こし、日本人参加者も日本の文化を見直すきっかけになりました。そのなかで「万博であなたの国のお祭りを見たよ」と、大阪・関西万博での体験を思い出しなが

ら会話を楽しむ場面もありました。
単なる情報交換にとどまらず、会話そのものを楽しむ姿勢も見られ、「ありがとう」を各国の言語でどう話すかを練習しあうなど、「外国人との交流」と聞いて身構えがちな言葉の壁を、楽しみながら飛び越える様子が印象的でした。

国を超えた文化の交流

後半の文化体験では、日本の伝統行事である「こどもの日」が紹介されました。折り紙で「かぶと」を折りながら、日本人参加者が留学生に教えるだけでなく、留学生同士で教えあう姿も見られました。

そして、交流の締めくくりには、留学生たちが持参した自国のお菓子とともに折り紙のかぶとの交換がおこなわれました。インドネシアのコーヒーマ味の飴やミャンマーのミルクティーなど、珍しいお菓子を前に会話が盛りあがります。日本人参加者からは、「大阪のおばちゃんはいつも飴ちゃん持ってるんやで。電車で席譲ってもらったら飴ちゃん渡すねん」と飴が手渡され、会場は大きな笑いに包まれました。

「居場所」としての意義と 未来への展望

区社協の小山実優地域支援担当主事は「最近窓口にボランティアをした」と話し、外国人が増えていると話し、今後は防災などをテーマにした開催も視野に入れており、参加者の属性も子育て世帯や企業へと広がっていきたくと語りました。

今後も月1回程度のペースで継続して実施する予定で、「学校で受ける日本語のテストをみんなで見たい」と語りました。「バールンアートのボランティアグループとのコラボももしろいかも」などアイデアは尽きません。

また、今回の参加者は比較的



▲サイコロトークで互いの文化を伝え合う



▲かぶとの折り紙で日本の文化を学ぶ

日本語能力が高い学生が中心でしたが、「自信はないけれど参加してみたい」という日本語学習を始めたばかりの学生も多くいます。今後は、日本語能力に関わらず、誰もが気兼ねなく参加できる場へと発展させていくことが期待されています。石黒さんは「大きな夢かもしれないけれど、これが大阪市内全域にも展開できれば」と語ります。

地域に溶け込む 「つながる」ことば

会が終わる際、参加者たちは「どこかで会ったら声をかけてね！また会いましょう！」と言いきりながら、会場を後にしました。今回の「つながる」ことばカフェで見られた、音

楽や文化を介した自然なコミュニケーションは、カフェの扉を出た後も、地域のなかで交わされる「こんにちわ」という挨拶に変わり、次は「日常のつながり」になるのではないのでしょうか。

みんなに会えてとても楽しかったです。
今までで一番楽しいイベントでした。
(留学生)

参加者の声

日本人と外国人の交流の輪が広がったらうれしいです。
(日本人参加者)

(実施後アンケートより)

活動概要

日時: 随時
場所: café shade tree
(なにわの宮 就労継続支援B型)
東成区中道3丁目15-16
毎日東ビル内1F
問合せ: 中央区社協 地域支援担当
TEL:06-6763-8139
*次回以降の実施は中央区社協
公式LINEから案内します*



風をよむ

イギリスにみる “Football is Community”

大阪公立大学 生活科学研究科 准教授 田中弘美

6月12日、サッカーワールドカップ2026 北中米大会が開幕した。熱戦が続くなか、スポーツと地域の関係について考えてみたい。

筆者は大学院生時代をイングランドで過ごした。サッカー発祥の地とされるこの国で印象に残っているのは、サッカークラブが地域コミュニティの核として人びとの暮らしのなかに息づいている姿である。イングランドのサッカーリーグは「フットボールピラミッド」と呼ばれる。プレミアリーグを頂点にプロからアマチュアまで11部が連なり、約5,300ものクラブが全国に存在する。草の根や女子サッカー、ユースクラブまで含めると約18,000もの数になるというから驚きである。

ピラミッドの下層に広がる小さなクラブには、「ファン・オーナーシップ」と呼ばれる、地域住民やサポーターの出資によって所有・運営されるクラブがある。その代表例であるFC United of Manchesterは、約4,000人の市民が資金を出し合って2005年に設立し、「1人1票」の協同組合方式で運営されている。スタジアムも地域住民の出資を核に建設され、週末の試合日には子どもから高齢者まで世代を超えた顔なじみが自然と集まる。また、試合のない日にはフードバンクの食料提供やホームレス支援、障害のある人のサッカー教室など、幅広い活動の場として開かれている。単なるスポーツチームではなく、人と人がゆるやかにつながり続ける場として地域に根を張っているのである。

そんなクラブの合言葉は“Football is Community”。ワールドカップを楽しみながら、その言葉に思いを巡らせてみる。スポーツを中心に、地域への愛着や人とのつながりが住民ひとりひとりに広がっていく。イングランドのサッカークラブは、そんな力強さを感じさせる。





大阪市社会福祉協議会

終活相談事業

「将来あんしんエール」7月1日からスタート!

“終活”とは、人生の終末を迎えた時に、ご自身の望みがかなえられるよう、元気なうちに備える活動です。

“終活”について知りたい、検討してみたい方は、ぜひご相談ください。

どんな相談ができるの?

- 身寄りがいないので先のことが心配
- もしもの時の備えて何をすればいいの?
- 遺言書はつくっておいた方がいい?
- 判断ができなくなった時の備えてどのようなこと?
- 財産の相続の方法は自分で決めておきたい
- 自分らしい「尊厳のある最期」を迎えたい



詳しくはこちら



対象者

大阪市内居住者で、
“終活”に関心がある人

相談方法

大阪市立社会福祉センター
(天王寺区東高津町12番10号)へ
来所いただき、ご相談をお受けします。
電話またはFAXでの予約が必要です。

費用

無料

相談日時

平日午前10時～正午、午後1時～4時
(原則1時間)

予約受付 問合せ先

受付時間は平日午前9時～午後5時
大阪市社会福祉協議会 福祉部
TEL 06(4303)4180
FAX 06(6765)5607

日本国内でのボランティア活動中のケガや賠償責任を補償!!

令和8年度

ボランティア活動保険

商品パンフレットは
こちらから
(ふくしの保険ホームページ)



保険金額・年間保険料(1名あたり)

団体割引20%適用済/過去の損害率による割増適用

保険金の種類		基本プラン	天災・地震補償プラン
ケガの補償	死亡保険金	1,040万円	
	後遺障害保険金	1,040万円(限度額)	
	入院保険金日額	6,500円	
	手術 保険金	入院中の手術 65,000円 外来の手術 32,500円	
	通院保険金日額	4,000円	
	地震・噴火・津波による死傷	×	○
賠償責任の補償	賠償責任保険金 (対人・対物共通)	5億円(限度額)	
	年間保険料	350円	500円

<重要>

- ◆基本プランでは地震・噴火・津波に起因する死傷は補償されません。
- ◆年度途中でご加入される場合も左記の保険料となります。
- ◆中途脱退による保険料の返金はありません。
- ◆途中でボランティアの入替や、ご加入プランの変更はできません。
- ◆ご加入は、お1人につきいずれかのプラン1口のみとなります。



ボランティア行事用保険

(傷害保険、国内旅行傷害保険特約傷害保険、賠償責任保険)

送迎サービス補償

(傷害保険)

福祉サービス総合補償

(傷害保険、賠償責任保険、約定履行費用保険(オプション))

● このご案内は概要を説明したものです。詳細は、「ボランティア活動保険パンフレット」にてご確認ください。●

団体契約者 社会福祉法人 全国社会福祉協議会

〈引受幹事〉損害保険ジャパン株式会社 医療・福祉開発部 第二課

TEL: 03(3349)5137

受付時間: 平日の9:00～17:00(土日・祝日、年末年始を除きます。)

この保険は、全国社会福祉協議会が損害保険会社と一括して締結する団体契約です。

取扱代理店 株式会社 福祉保険サービス

〒100-0013 東京都千代田区霞が関3丁目3番2号 新霞が関ビル17F

TEL: 03(3581)4667

受付時間: 平日の9:30～17:30(土日・祝日、年末年始を除きます。)