

## 北区の各老人福祉センター

地域の高齢者に対して各種の相談に応じるとともに、生きがいづくりの活動拠点としているいろいろな講座や行事、健康づくりの企画やサークル活動への支援と仲間づくり等の活動をおこなう場所です。

### 北区北老人福祉センター

**利用時間** 月曜日～土曜日 午前10時から午後5時(祝日・年末年始は除く)  
**事業内容** サークル活動(下記の表をご覧ください)  
 主催事業(お花見、おとなの遠足、バスツアー、喫茶サロン等、いきいき百歳体操)  
 日常活動(囲碁、将棋、ハンパ)  
 世代間交流事業(作品展、クリスマス会、もちつき大会等)  
 車椅子の貸出・健康医療相談(火・金)

(サークル紹介)ご希望の方は事前にご連絡ください。

サークル名	実施日	時間	サークル名	実施日	時間
琴	毎週 木	10:00~12:00	太極北斗の星	毎週 木	10:00~12:00
詩吟	第1~3 木	13:30~15:30	太極北斗の剣	第2,4 金	10:00~12:00
書道A	第2,4 火	13:00~14:30	春蘭句会	第2 水	14:00~16:00
書道B	第2,4 火	14:45~16:15	山水句会	第3 水	14:00~16:00
コーラス	第1,3 月	10:30~12:00	手芸	第1,3 木	14:00~16:00
民謡	第1,最終週と その前週	13:00~15:00	民謡	毎週 水	10:00~12:00
社交ダンス	第2,4 月	13:00~15:00	南京玉すだれ	第2 水	10:00~12:00
パーティダンス	第1,3 火	13:00~15:00	レク五反田	第1 金	10:00~12:00
カラオケ	第1,3 土	10:30~12:00	第2金、第4木	第2,4 水	13:00~15:30
卓球	毎週 火	10:00~12:00	レクダンス	第1,3,5 月	13:00~15:30
卓球	毎週 土	13:00~15:00	新舞踊	第2,4 月	10:00~12:00
囲碁勉強会	毎週 火	10:00~12:00	新舞踊	第1~4 金	10:00~12:00
第1 水	14:00~15:30	オカリナ	第1,3 月	13:00~15:30	
第3 木	10:30~12:00	ストレッチ	第1,3 水	10:30~11:30	
いけばな	第1,3 金	13:30~16:00	マジック	第1 金	13:00~16:00
茶道	第2,4 金	13:00~16:00	ハンドベル	第2 月	13:30~16:30
健康太極拳	第1~4 水	10:00~12:00	ヨガ I	第2,4 水	11:30~12:30
	第1 土		ヨガ II	第2,4 水	11:30~12:30

問合せ <大阪市立北区北老人福祉センター>

〒530-0035 大阪市北区同心1-5-27  
 ☎06-6352-7025 ☎06-6352-7062

### 北区大淀老人福祉センター

**利用時間** 月曜日～土曜日 午前10時から午後5時(祝日・年末年始は除く)  
**事業内容** サークル活動(下記の表をご覧ください)  
 主催事業(歩こう会、社会見学、健康セミナー、バスツアー、各種講習等)  
 日常活動(囲碁、将棋、ハンパ)  
 ラジオ体操(月～土9:30~)百歳体操(月曜12:15~)  
 世代間交流事業(おもちゃ病院、クリスマス会、スプリング祭り等)  
 車椅子の貸出・健康医療相談(火・金の14時~16時)

#### ★サークル活動のご紹介★

参加ご希望の方は、お電話で事前に連絡の上、サークル開催日にお申し込みください。参加ご希望の方は、お電話で事前に連絡の上、サークル開催日にお申し込みください。参加ご希望の方は、お電話で事前に連絡の上、サークル開催日にお申し込みください。

サークル名	実施日	時間	サークル名	実施日	時間
書道	第1,2 月	10:00~11:30	大人のゆりえ	第1,3 水	10:00~12:00
オカリナ	毎週 月	10:00~12:00	ヨガ	第1,3 水	14:00~15:00
ダンス	毎週 月	12:15~14:15	大正琴	第1~4 水	13:30~15:00
カラオケA	第1,2 月	13:30~15:30	絵手紙	第1 木	10:00~12:00
カラオケB	第3,4 月	13:30~15:30	俳句	第1,3 木	10:00~12:00
卓球	毎週 月	14:15~16:30	あみもの	第2,4 木	10:00~12:00
ちぎり絵	第3 火	10:00~12:00	詩吟	第1,3 水	13:30~15:00
歌声	第1,3 火	10:00~11:30	懐メロ	第1,2 木	13:30~15:30
パッチワーク	第2,4 火	10:00~12:00	あみもの	第1,3 金	13:30~15:30
民謡	第1~4 火	13:30~15:00	ペン字	第1 金	13:30~16:30
歌体操	第1,3 水	10:00~11:30	謡曲	毎週 土	10:00~12:00
太極拳	第2,4 水	10:00~11:30	茶道	第2,4 土	10:30~12:00
手話	第1~4 水	10:00~11:30	民謡	第1~4 土	13:30~15:00

問合せ <大阪市立北区大淀老人福祉センター>

〒531-0074 大阪市北区本庄東1-24-11  
 ☎06-6374-0873 ☎06-6374-0815

あなたの携帯電話やパソコンにセンターのお知らせが届く、モバイルおおよそ会員募集!!  
 (登録料・情報料は無料) 詳しくはお問い合わせください。



# 北区社協だより

K I T A K U S H A K Y O U D A Y O R I

**第42号**  
 平成24年2月15日 発行

[発行]  
 社会福祉法人  
**大阪市北区社会福祉協議会**  
 〒530-0026 大阪市北区神山町15-11  
 北区在宅サービスセンター いきいきネット  
 ☎06-6313-5566 ☎06-6313-2921  
 URL: http://osaka-kita.kusakyaku.or.jp

## ご好評につきバリデーションの講演会を再び開催します!

# 認知症の人とのコミュニケーション

### ~こころの声に耳をかたむけよう~

**入場無料  
事前申込みは  
不要です!**

**開催日時** 平成24年3月15日(木)  
 午後2時~4時(開場:午後1時30分)

**開催場所** 北区民センター2階ホール 北区扇町2-1-27(北区役所横)

**講師** 関西福祉科学大学 社会福祉学部 准教授 都村 尚子 先生



「にこりんく」(北区認知症高齢者支援ネットワーク連絡会)では、医療・介護の関係者や地域の皆さんと協力しながら「認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくり」に取り組んでいます。今回は昨年に引き続き、「バリデーション」についての講演会を開催します。バリデーションは認知症の方とのコミュニケーション技法の1つで、その人の思いや感情に共感することを大切にします。認知症の方の「気持ち」に寄り添い、コミュニケーションを深めるとともに、介護者自身も触れ合う喜びを感じる事ができます。介護する側もされる側も、ともに元気になりませんか!

**問合せ** 北区地域包括支援センター 北区神山町15-11 ☎06-6313-5566  
 大淀地域包括支援センター 北区本庄西2-6-15 ☎06-6371-6363

## 北区子ども・子育てプラザ

### 子育てトークン ~イヤイヤ期と上手につきあう~

第1次反抗期(イヤイヤ期)について、保健師による講義とグループトークです。同じ時期の子どもをもつ親同士で気軽に話しましょう。

**日時** 平成24年2月28日(火) 10時30分~11時30分  
**場所** 2階 談話室  
**講師** 北区保健福祉センター 保健師  
**対象** 2歳ごろの幼児と保護者 **定員** 10組  
**申込日** 平成24年2月15日(水) 10時から来所にて受付

---

### 初心者パパの手作りごはん

お家でも実践しやすい簡単メニューにチャレンジします。試食はご家族と一緒にいただけます。

**日時** 平成24年3月3日(土) 10時30分~12時30分  
**場所** 2階 講習室  
**講師** 大阪ガスクッキングスクール講師  
**対象** 離乳食が完了した幼児の父親 **定員** 6名  
**参加費** 800円(おとな2名分の材料費として)  
**申込期間** 平成24年2月18日(土) 10時から来所にて受付

問合せ <北区子ども・子育てプラザ>  
 〒531-0074 北区本庄東1-24-11(大淀老人福祉センター併設) ☎/☎06-6374-0870

## 北区ボランティアビューロー



ボランティアカフェオープン

2/29(水)・3/1(木)の2日間限定!!

**イベントレポート** 北区民カーニバル2011「子どもの本のかえっこ」  
 ご協力ありがとうございました!  
 区内小学校を中心に呼びかけましたところ、たくさんの本が集まりました。  
**カーニバルでの収益金 26,590円**  
 赤い羽根共同募金にすべて寄付させていただきました。

問合せ <北区ボランティアビューロー> 担当: 友田 智子  
 〒530-0026 大阪市北区神山町15-11 ☎06-6313-5566 ☎06-6313-2921

## 介護を快護に... 北区介護家族の集いです!

**日時** 毎月第1水曜日 午後1時30分~3時 **場所** 北区在宅サービスセンター(北区神山町15-11)

「北区で介護者同士で話せる場を…」という介護者の声がかきつけ、平成14年4月から始まった集いも今年4月で10周年を迎えました。ほほ寝たきりのお母様を介護されている方、周りの方には「在宅では無理。施設利用を…」と言われながらも、お父様自身の「在宅で過ごしたい」という思いを受けとめ、在宅で支えている方、遠方にお住まいのお母様をご近所の方から苦情がためため自宅に引き取られた方、施設が在宅を考えている方…様々な方が参加されています。

ひとりで悩んでいると出口が見つからず、不安がふくらみますが、他の参加者の体験談を聞いたり、互いの労をねぎらう中で不安も和らいでいくようです。月に一度の「集い」に参加され、日ごろの思いをお話されると、皆さんすっきりとした顔で帰られます。講演会や治療などの最近のトピックスを勉強したり、介護用品のサンプルのお試しなども行なっています。

**新しい参加者大募集中です**

**途中参加・退席自由ですのでぜひ一度お気軽にご参加ください!**



問合せ 北区在宅サービスセンター ☎06-6313-5566 ☎06-6313-2921