

高齢者のしあわせをともに

なかよし

会長 福田 英夫
☎ 6925-1248



皆様、お変わりなくお過ごしのことと思います。つい数ヶ月前までコロナウイルス騒ぎでしたが、大阪では少し以前の生活に戻ってきただよふに思っています。東京では連日二桁台の感染者が発生、世界的には感染拡大が収まっています。皆様方にはくれぐれも、ご注意ください。お願い致します。

次に連合会のことについて少し述べたいと思います。一つはクラブが二つ減り会員数が激減したことです。対策として、健康づくりプログラムの作成、健康づくりプログラムの開催など開催してまいりました。

しかし残念ながら、百年に一度と言われる新型コロナウイルス感染症の為、現在活動が大幅な自粛で制限されておりますが、いつまでもコロナに負けてはおられません。

二つ目は東都島地域の諸団体と共に東都島まちづくり協議会活動に積極的に参加してまいりたいと存じます。地域に貢献してこそ老人クラブの存在価値があります。

これからも皆様方のご協力のほど宜しくお願い申し上げます。

福田英夫

介護保険サービスについて

介護保険料は四十歳以上の方は収めておられますよね、料金は収入や各自自治体により異なります。大阪市は高齢者も多いので少し高いかと思えます。

いつまでも元気に暮らせれば良いのですが、ある日突然にということがあることがあります。この時こそ、介護保険が役立ちます。

- ・最近持病が悪化して買物や掃除が辛い
 - ・一人で暮らすのが辛くなってきた
 - ・介護や看病で頑張っていたが疲れた
 - ・年をとっても住み慣れた地域で、自分の力で暮らすために介護サービスを利用致しましょう。
- サービスの種類**
- ・家での利用
 - ・訪問介護、訪問看護
 - ・入浴介護、リハビリ
 - ・通いで
 - ・通所介護、デイサービス、レクリエーション
 - ・施設に入所する
 - ・ショートステイ、老人ホーム、保健施設
 - ・福祉用具の貸与か購入
 - ・ベット、杖、車椅子を借りれます。
 - ・ポータブルトイレなどの購入
 - ・住宅改修
 - ・手すりの取り付け工事など(20万円まで)

【社会参加】

趣味、文化、芸能などサークル活動や地域活動に積極的に参加して外出の機会を増やそう

【栄養と口のケア】

- ・肉、魚、卵、大豆製品などタンパク質をバランス良くとる
- ・歯と口の健康維持の為定期的に歯科検診を受ける

【運動】

- ・毎日歩く、体操をする
- ・ウォーキングやスポーツクラブに参加する

コロナの時こそ三蜜に注意しフレイル予防に努めよう

申請方法、サービスの利用について詳細は、区役所や社会福祉協議会内の都島区地域包括支援センターへご相談下さい。

都島区地域包括支援センター
電話 06・6929・9500
ファックス 06・6929・9504

お知らせコーナー

七月十七日(金)の定例会は三蜜を避けるため女性部会議と役員会を二部制にして東都島福祉会館にて開催いたします。

女性部会議
午後五時から各単位クラブの女性部長様ご出席 お願い致します

役員会
午後六時から各単位クラブの会長様ご出席 お願い致します

バス研修旅行
コロナ対策について旅行会社と調整中です、九月頃には開催予定です

夏祭り中止
東都島地域の氏神様 櫻宮、都島神社ともに夏祭りは中止となりました。

山車曳行、露店、のぼり、福引などは中止(両神社ともに神社内の神事は行われます)

※ 暑い中 マスクの着用は辛いですが、お互い 熱中症に気をつけましょう！ 総務 小林