

住之江区地域包括支援センターだより

地域包括支援センターは、高齢者の方の介護や生活に関する相談窓口です。

第16号

発行：住之江区地域包括
支援センター
TEL：06-6686-2235

介護予防しませんか？

介護予防ポイント事業が拡充されました！

介護予防ポイント事業をご存知ですか？

介護予防ポイント事業は、65歳以上の方の外出の機会を増やし、社会的な役割を持つことで生きがいづくりや介護予防につなげることを目的として実施されている事業です。

活動内容は、登録施設での話し相手や、行事やレクリエーションのお手伝い、手作業のお手伝い、体操や演芸の披露、食事やおやつの配膳、片づけなどです。

これまでは、高齢者施設での活動が中心でしたが、今年度から保育所など子どもの施設が新たに追加されました。

保育所での活動は、絵本の読み聞かせや登園・降園の見守り、花壇や菜園のお手入れなどで、住之江区では高齢者施設が22か所、保育園が2か所登録されています。

また高齢者や子どもの施設だけでなく、在宅活動コースも新たに追加されました。在宅活動コースは高齢者のご自宅に訪問して、買い物や掃除、洗濯、電球交換、植木の水やり、話し相手などを行うものです。

それぞれどのようにポイントが貯まるのかというと、施設コースでは、登録施設で活動を行った場合に、1時間1ポイントが貯まり、貯めたポイントを換金することができます(1ポイント100円、換金できるポイントは1年間で上限8,000円まで)。

在宅活動コースは、利用者から100円が支払われ、その後大阪市より介護予防ポイント



が6ポイント交付されます(1ポイント100円、換金できるポイントは1か月で上限6,000円まで)。

この活動をしてみたいと思われる方は、研修を受講して事前登録をする必要があります。住之江区では現在、約190名の方がこの事業に登録されていて、他の区と比べても登録者も多く活発な活動をされています。

お友達同士など、グループでの活動もできますので興味のある方は、大阪市社会福祉協議会までお問い合わせください。

また、この他に住之江区内の有償ボランティアグループで活動をしてみたいという方がありましたら、住之江区社会福祉協議会でもご紹介をしていますので、どうぞお問い合わせください。

問い合わせ先

大阪市社会福祉協議会 ポイント事業担当
Tel6765-5610

住之江区社会福祉協議会 生活支援コーディネーター
Tel6686-2234

新北島サロンを始めました!

市営新北島住宅は新北島地域では一番相談の多い地域でもあるため、居住者同士のつながりづくりにもなれば…という思いで、平成30年8月から市営新北島住宅第1集会所でサロンを開始しました。

内容は体操が中心で、握力や片足立ちテストなど、定期的な体力測定を取り入れながら、理学療法士の先生に来てもらって開催しています。

お近くの方がおられましたら、ぜひご参加ください。



悪質な住宅改修業者にご注意ください!

最近、住之江区内では悪質な住宅改修業者が訪問営業に回っています。

「無料で介護保険の申請をします、安く手すりが付けられます」と言って、実際には必要以上の工事をしたり、限度額いっぱいまで工事をするケースが多く見受けられます。

介護保険では、手すりの設置や段差の解消、床材の変更など、お1人につき20万円まで住宅改修を利用することができます(費用負担は収入に応じて1割から3割です)。1回の工事で使い切らずに数回に分けて使うこともできますが、基本的には20万円まで使い切ると、それ以降は全額自己負担となります(介護度が3段階以上上がった場合や、引越した場合には再度利用することができます)。限度額いっぱいまで利用して、本当に必要な時にサービスが受けられないということにならないように、また突然の訪問営業で言われるまま契約をしてトラブルにならないようご注意ください。



より身近な地域で相談していただけるよう、地域包括支援センター以外にも相談窓口を設けています

お近くの相談窓口へどうぞ!

住之江区地域包括支援センター

大阪市住之江区社会福祉協議会(さざなみ)

御崎4-6-10 ☎6686-2235

〈受付時間〉

(月～金) 午前9時から午後7時

(土) 午前9時から午後5時半

(日)・祝日・年末年始休み

※市営バス「御崎三丁目」バス停前、住之江小学校の一角です

新北島ランチ (豊泉家)

新北島7-4-20 ☎6683-4321

〈受付時間〉

(月～金・祝) 午前9時から午後6時

(土)・(日)

年末・年始 } 休み

※「住之江郵便局前」から大和川通りを南港方向、お城のような建物です