



# 西区地域包括支援センター

1月号

高齢者、家族・ケアマネジャーなど支援者の方の総合相談窓口です  
認知症、介護保険、権利擁護（高齢者虐待・成年後見・消費者被害）、健康づくり など

社会福祉法人大阪市西区社会福祉協議会 **西区地域包括支援センター**

〒550-0013 大阪市西区新町 4-5-14 西区役所6階 月～金：午前9時～午後7時

西区役所北西に専用入り口直通エレベーターあり 土曜日：午前9時～午後5時

電話：06-6539-8075 FAX：06-6539-8073 日祝年末年始休み

Email：[nishishakyo@piano.ocn.ne.jp](mailto:nishishakyo@piano.ocn.ne.jp) メール相談は24時間受け付け。相談無料・秘密厳守  
件名「包括支援センターへ相談」と入力ください。お返事は開設時間中になります。



※ 新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては中止になる場合があります

## ● 高齢者がつどえる場所の紹介 申し込み不要



すみれ 立ち寄り処	1月は中止です 再開時期はコロナ状況による	すみれ居宅介護支援事業所(ナインモール内) 脳トレのプリントを配布中！事業所前に置いています。
川口ほっこりサロン (川口基督教会)	1月15日(金)第3金曜日 午後1時30分～2時30分	川口基督教会(川口1-3-8礼拝堂となり3階)どなたでも 柔道整復師の体操

※九条南会館では、毎週木曜午後3時～4時に脳トレのプリントをお渡ししています。

家で取り組んでみてください。答えは次週に新しいプリントと一緒にお渡します！

## ● 散歩に行こう！ 自粛生活でも散歩は推奨されています

西区はたくさんの史跡があります。運動不足解消に、この機会に自分のまちの名所を巡ってみませんか？

これはどこでしょう？【〇〇居留地跡】 散歩しながら探してみてください！

明治元年（1853）、大阪開港と同時に、この付近 26,000 平方メートルに外国人居留地が設けられ、欧米の商社が事務所をかまえました。そしてここから洋食、パンなどが始まったといわれるほど西洋文明が開化していました。その後、貿易の要は神戸港へと移り、明治 32 年に居留地は廃止となりました。 ヒント：本田地域です



## ● 脳トレ 空欄の言葉は何でしょう？タイトルは？

♪ 月の砂漠をはるばると 旅のらくだが ゆきました  と  とのくらおいて  
二つならんで ゆきました♪

♪ 若く明るい歌声に 雪崩も消える 花も咲く  い山脈 雪割桜 空のはて  
今日もわれらの 夢を呼ぶ♪

ヒント：色です  
答えは次号！

## ● 第33回認知症の方を介護している家族のつどい

現在、介護をしている  
家族の方が対象です。

2月19日(金)午後1時30分～3時00分 無料・申し込み制(先着20名)

ミニ講座：「正しいバイタルチェックの仕方」体温や脈拍、血圧の測り方について看護師がご説明します

後半はお互いの近況や悩みについて話し合しましょう。

電話：06-6539-8075(家族のつどい担当)場所：西区社会福祉協議会(区役所6階)



**解決! 包括レンジャー**  
**その137 第9回 認知症講演会 開催します!**

日時：令和3年 **3月6日（土）** 午後2時～3時

講演 「認知症を理解する」

入場無料 定員100名  
事前申し込みが必要です

講師：木藤 友実子（きとう ゆみこ）先生

公益財団法人日本生命済生会

日本生命病院 神経科・精神科 医師



場所：大阪市立 **西区民センター**（大阪市西区北堀江4-2-7）

地下鉄「西長堀」駅3号または7号出口

申込み：申込書を1月31日までに下記へFAX送付、郵送または持参（持参は30日まで）

参加証（ハガキ）を返送しますので当日持参してください

ソーシャルディスタンスに配慮した会場設営を行っております。  
ご来場の際はマスクの着用、会場入り口での手指消毒をお願いします。  
発熱・咽頭痛など体調がすぐれない場合はご来場をお控えください。

相談会はありません。  
講演会も中止になる場合があります

〒550-0013 大阪市西区新町4-5-14 西区役所合同庁舎6階

**西区地域包括支援センター**

電話 06-6539-8075 FAX06-6539-8073

西区医師会／西区歯科医師会／西区薬剤師会  
西区居宅介護支援事業者連合会／  
西区訪問看護事業者連絡会／  
花乃井地域在宅サービスステーション／  
西区保健福祉センター／西区社会福祉協議会／  
西区オレンジチーム／西区地域包括支援センター

**【参加申込書】**

ふりがな  
.....  
お名前  
.....  
住所 〒  
.....  
.....

連絡先  
携帯電話  
.....  
固定電話  
.....  
FAX  
.....  
※新型コロナウイルスの状況によっては中止になる場合  
もありますので、必ず連絡先を記入してください。

包括レンジャーは西区内外193か所で設置・掲示・配布しています。  
大阪市西区社会福祉協議会のホームページでもご覧いただけます。

包括レンジャーの設置・掲示・配布にご協力いただける皆様を募集中です!