

大阪の福祉を知るみんなの情報誌

ウェルおおさか

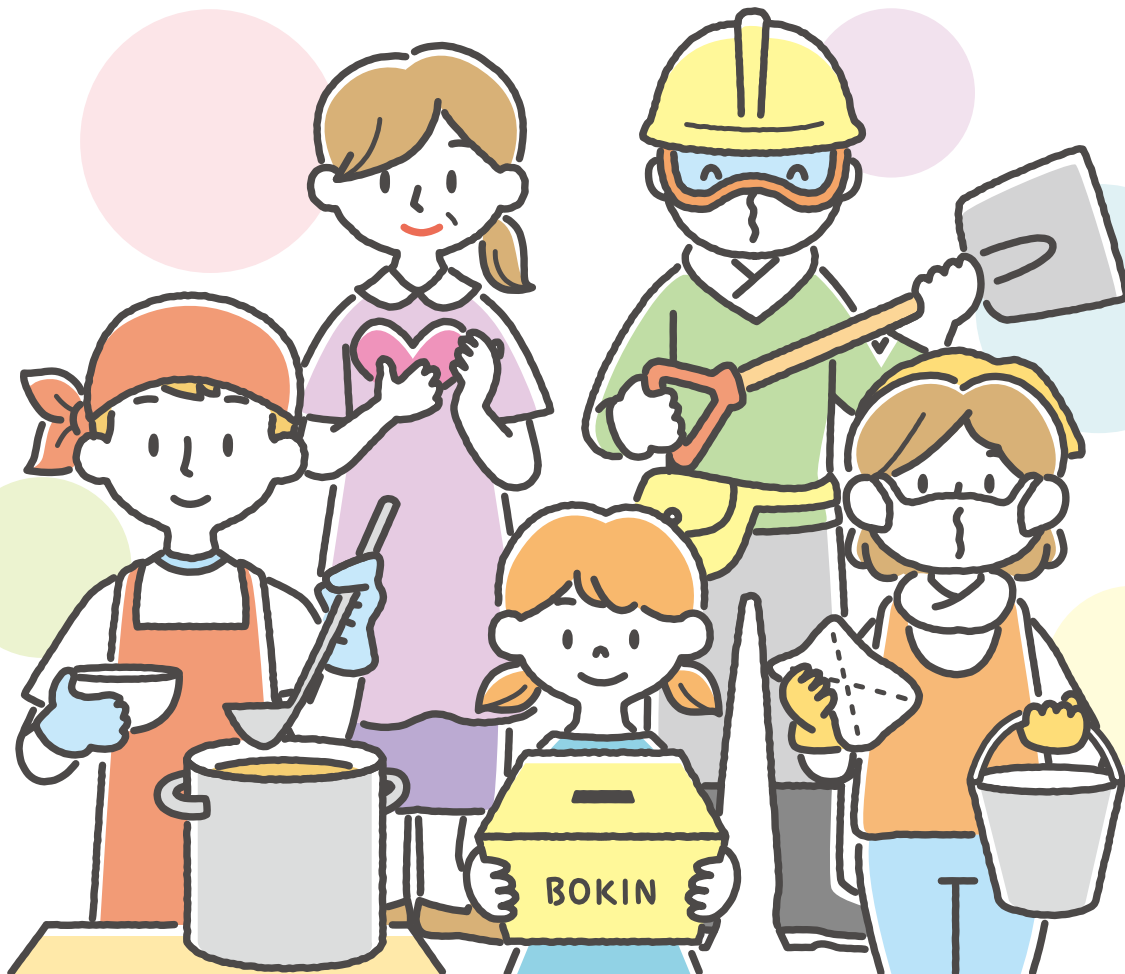
vol. 150 2024年6月号
隔月発行(偶数月1日)

特集

災害時のボランティア活動

～知っておきたい、大切なこと～

- 図書・資料閲覧室からのお知らせ
- 講座案内



災害時のボランティア活動

～知っておきたい、大切なこと～



今年は元日から能登半島地震、4月17日には豊後水道での地震と、大きな地震が頻発しています。また30年以内には高い確率で南海トラフ地震が起こるとも言われています。さらに、豪雨や台風などによる水害も毎年のように起こっており、今や被災地の支援にはボランティアの力が欠かせません。そこで、災害時にボランティア活動に参加する際に必要なことを、「大阪市ボランティア・市民活動センター」副所長の阪井誠一さんにお聞きしました。ボランティアの形は、災害を経るごとに変化しており、これから始める方にはもちろん、経験のある方にもお伝えしたい内容となっています。次に来る災害時のボランティア活動に、ぜひお役立てください。

1995年の阪神淡路大震災以降、わが国のボランティアへの意識は急速に高まりました。当時から間もなく30年。今では災害が起こるたびに被災地にはボランティアが各地から駆けつけ、支援の大きな力になっています。

被災者の役に立ちたい。 そう思ったら、第一歩

災害が起き、テレビや新聞、SNSなどで、その被害の大きさや被災者の困難な状況を知った時、「少しでも何か役立ちたい」とボランティアに関心を持つ方も多いでしょう。ただ、初めての場合などは、何をすれば良いのか分からず二の足を踏む方もおられるかもしれません。そこで、まず「災害ボランティア」にはどのような活動があるのかを紹介します。

阪井さんは「災害の発災直後は、地震の場合は被災した家屋などでのガレキの撤去や家財道具の運び出しといった力仕事のニーズが多く、初心者には少しハードルが高いかもしれません。ただ、時間とともに困りごとのニーズは変化します」と話します。例えば、家財道具の運び出しがひと段落すると室内の清掃、避難先への引っ越しの手伝い、さらには避難先での炊き出しや被災者の話し相手になるといったニーズへの対応が必要になります。そこで「自分ができると思ったタイミングで、まず参加してみることが大切」と阪井さん。

また、支援の形は、現地で行うボラン

ティアだけではありません。さまざまな事情で現地に行くのは難しいという方が、義援金を届けたり募金活動などに参加することも大切な支援の一つです。

災害ボランティア活動を始めるまでの流れ

今回は能登半島地震の場合などに見られる、最近多い形態について紹介します。

■災害ボランティアに参加する時、 現地で活動するまでに必要なこと。

(1) 情報収集

災害ボランティアの活動では、さまざまな情報が飛び交う中でも、信頼性の高い被災自治体や災害ボランティアセンター（社会福祉協議会）などのホームページにアクセスし、正しい情報を得ることを心がけましょう。

(2) ボランティアの事前登録

能登半島地震で、がけ崩れなどで道路が寸断した石川県では、当初は道路の混雑を避けるためボランティア参加

希望者はホームページから事前登録をしました。ボランティア募集をホームページに一元化することで、自治体がボランティアからの電話応対に追われることなく、被災者に必要な手続きなどの業務を進めることができます。なお、今では電車やバスが一部開通するなど、ボランティアが活動する幅も広がっています。インターネットで現在の状況を確認したうえで信頼性の高い情報から応募しましょう。阪井さんは「災害ボランティアの事前登録は、どんな活動に参加できるかや参加人数を事前に把握することでニーズとの調整がスムーズになるため、今後定着していく可能性が高い」と話します。

(3) 活動案内を見てエントリー

ボランティアの受け入れ準備が整った自治体から、活動内容や日程が事前登録者にメール送信されます。参加可能な日程にエントリーします。

(4) 決定通知

本部が、ニーズを踏まえて参加してもらうボランティアを決定。メールにて通

●災害ボランティアセンターについて

- 支援依頼
- 困っていることを相談

被災地住民

- 被災状況や支援ニーズを調査
- ボランティアを派遣し、生活再建をめざす

災害
ボランティア
センター

- 情報発信
- マッチング依頼
- 協働のネットワークづくり

ボランティア

- ボランティア登録

●災害ボランティア活動の具体例

がれきの撤去・分別

泥だし

室内清掃

引っ越しの手伝い

物資・衣類の仕分け



炊き出し

災害ボランティアセンター運営のお手伝い

心のケアのお手伝い

イベントやサロン活動の支援



その他にも…

- 病院までの通院補助、移送、服薬サポート
- 家事手伝い、買い物、ペットの世話

- 保育活動、子どもの遊び場づくり、学習支援
- 個別のニーズ(アトピー食、糖尿胃病食…)

〈政府広報オンラインより〉

知します。阪井さんは注意すべきこととして、「当日までに、参加者は最寄りの社会福祉協議会にてボランティア保険に加入してください。現地での加入は進行の妨げとなるため避けましょう」と話しました。

(5) 現地での活動へ

メールで案内された集合場所に向かいます。能登半島地震では、集合場所から被災地の災害ボランティアセンターへ、ボランティアバスで向かいました。(災害の種類や被災状況によって異なります)。

災害ボランティアが、現場で活動する時の流れ

次に、実際に被災現場で活動する時の流れです(参考:能登半島地震の場合)。被災現場へは、被災各自治体の災害ボランティアセンターから向かうため、そこで受付を行います。

(1) ボランティア受付

事前登録と照合し名札を作成、ボランティア保険加入の確認などを行います。

(2) オリエンテーション

被災現場の状況や、活動内容の具体

的な説明が行われます。現場で必ず守るべき注意事項や心構えも伝えられるため聞き逃さないよう注意します。

(3) マッチング (4) グルーピング(活動説明)

活動を行う現場ごとに希望者を募ったうえで、必要な人数、送迎車両の状況などを踏まえてボランティアが調整されます。ボランティアはグループとなり、活動の詳細な説明を受けます。グループのリーダーを決め、全員で自己紹介を行います。リーダーは、活動中の連絡窓口となり、定期的な休憩と給水の呼びかけ、活動終了後の報告をします。

(5) 資機材貸出

資機材の使用方法的説明を聞き、活動現場や自分の体格や体力にあったものを、現場へ持参します。

(6) 車両・道案内

ボランティアの送迎や作業用などの車両が貸し出される場合もあります。



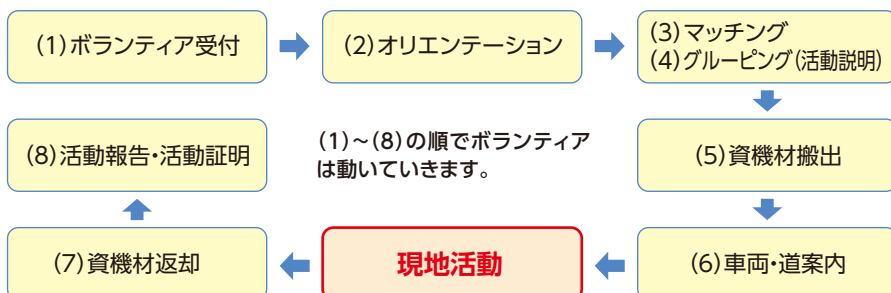
～現地活動～



(7) 資機材返却

貸し出された資機材の数などを確認し返却。

●災害ボランティアセンターと被災現場での活動の流れ



大阪市ボランティア・市民活動センター
副所長 阪井 誠一さん

(8) 活動報告・活動証明

グループのリーダーが活動状況と活動継続の必要性の有無を災害ボランティアセンターに報告。活動継続が必要な場合、引継ぎ事項を共有します。

災害ボランティアで活動するための準備と心得

「実際に現場で活動するための準備や心構え」について阪井さんにお聞きしました。

「自己完結での活動を」:

丈夫な服装や靴、防塵マスクなどを着用。飲料や食料、救急用品、常備薬などは持参し、被災地での調達は避けま。被災地への移動手段、宿泊場所も事前に把握してから向かいます。

「自己責任での活動を」:

被災地の医療機関などに負担をかけないことを心がけ、ケガなどに注意します。必ず適度に休憩をはさみ無理をせず、体調が優れない時は参加を控えま。ボランティア保険には必ず入ること。

「被災者主体での活動を」:

“自分が何をしたいか”ではなく、常に“被災者が何を求めているか”という視点で活動。現場では、被災者の気持ちを想像し言葉遣いに気を付けるなど、配慮して行動ま。勝手に写真を撮影することも控えま。

「協力して活動ま」:

活動には、初心者から経験豊富な人まで、年齢や性別、考え方も異なる人々がグループを組んで参加ま。メンバーとは積極的にコミュニケーションを取り、互いを尊重し合い、協力しながら活動ま。

行政、社協、ボランティアとともに、災害支援のバトンをつなぐ

災害ボランティアグループの活動

特定非営利活動法人 災害救援レスキューアシスト 事務局 理事 油井 貴代子さん

屋根瓦を補修し雨漏りの応急処置をしたり、ガレキの運び出しを行うなど、長期にわたって被災地に張り付き、個々のお宅の事情をくみ取って支援活動をしています。専門技術を持つ経験豊富なボランティアとをつなぐコーディネートなども行います。

（「災害救援レスキューアシスト」ホームページより抜粋）

設立の経緯を油井さんは「代表の中島武志氏が、2011年の東日本大震災以降に各被災地で行ったボランティア活動で要配慮者（高齢者や障がい者）に災害支援の届きににくいことに問題意識を持ち、災害時の要配慮者を支援する任意団体を立ち上げたのが2016年。直後に熊本地震が起こり、以後2年間、熊本で活動を続けました」と振り返ります。

今年1月1日に起きた能登半島地震の際もすぐ支援を決断し、スタッフが2日に現地に向かい3日から活動を開始。現在も珠洲市を拠点に交替しながら、要配慮者に限らず、あらゆる被災者

への支援を続けています。「私も行きましたが、電気も水も寸断され、ひどい状況。当初は“避難所生活での被災者の命を守る”を掲げて、皆さんのストレスの除去など災害関連死を防ぐ活動に注力しました」と油井さん。

現在は、避難先から戻られた方の家の片づけ、雨漏りの応急処置や、困りごとの声に応える活動を、さまざまな得意分野を持つ支援者と力を合わせて行っているそうです。

活動を続ける上で重視するのが、地域の行政や社会福祉協議会、過去の被災地につながった各種支援団体との



連携。信頼し合い、役割分担しながら救援活動を円滑に進めるためには欠かせないと言います。

「災害ボランティアは、最初勇気がいるけれど、現場を肌で感じることは大きい。今後も長い支援が必要なことを知ってほしい」「被災しながら地元のために立ち上がる方たちもいて、そういう方に支援のバトンを預けていきたい」油井さんは言葉に力を込めました。

天理教災害救援ひのきしん隊 本部長 富松 基成さん

130年以上の経験を有する全国規模の災害救援組織。日頃から訓練を重ね、いざという時に被災地で救援活動を展開します。バックホー、ダンプカーといった重機や車両を使用し、給水車を保有。信者などからの募金が、救援活動を全国展開するための支えとなっています。

天理教では、1891年の濃尾地震の被災地で救援活動を行い、その後もさまざまな被災地での救援活動を実施してきました。そんな中で平素からの救援体制構築のため、1971年、都道府県（＝教区）ごとに天理教災害救援ひのきしん隊を結成。全国的な体制を整えました。

今年1月1日の能登半島地震では「発災直後から石川県の石川教区が収集した情報をもとに、本部が災害対策委員会で協議。断水の情報を得て、4日には給水車が出動しました」と富松さん。

現地では、自衛隊の艦船から補水し七尾市で給水活動を行い、輪島中学校

の避難所では支援物資の仕分け作業に従事。その後は珠洲市で炊き出しを始め、輪島市にも範囲をひろげました。復旧に向けた支援要請が増えたため、4月から同隊の技術を活かす形の支援に切り替え、現在はブロック塀の解体作業を中心に活動しています。「現場の厳しい状況を肌で感じながらの活動ですが、被災者さんが涙を流し感謝の言葉をかけてくださることもあり、少しでも力になっているのかと感じています」と富松さん。

同隊の災害救援活動が認知されるようになり、今では行政や社会福祉協議会などと調整して年1回の各教区隊



の訓練地の提供を受けたり、自治体の防災訓練に招待されるなど信頼関係も築かれています。富松さんは「被災地の災害ボランティアセンターの業務は大変です。日頃の訓練を活かして皆さんの力になりたい。能登半島地震では、我々だから出来る作業を依頼していただいています。今後も地域の皆さんにより一層頼っていただけるよう努力をしていきたい」と話しました。

被災者のこれからを想像し、心を寄せる、支援をつなぐ。

一般社団法人 FEEL Do 代表理事 栗原 英文さん



大阪府社会福祉協議会地域福祉部における平時および災害時に関する地域福祉推進アドバイザー／大阪府ボランティア・市民活動センター、大阪府常設災害ボランティアセンター運営委員／滋賀県、愛媛県、三重県における福祉活動や災害時への対応などに関する各種アドバイザーを務める

30年以上、国内外を問わず、被災者支援や地域福祉支援などに幅広く関わる栗原さんに、お話をうかがいました。「1991年にフィリピンのピナツボ火山の噴火災害が起きた時、ルソン島中部の農村で経済的貧困層の自立支援を行う“コミュニティ・オーガナイザー”として活動していました。活動地域に山岳民族が避難して来たのがきっかけで初めて被災者の支援活動を行いました」と栗原さん。

その噴火災害の被災者には、支援機関から義援金が給付され、移転地には学校や教会が建設されました。狩猟や焼き畑農業は禁止され、元の生活に戻る見通しがたたないというストレスからギャンブルやアルコール、薬物に依存する人（特に男性）が増え、心も体もボロボロになっていきました。栗原さんは、この状況に課題を感じ、被災者たちができるだけ元の生活に戻れるように「山に帰る」という権利運動のプロジェクトに参加し、活動を続けました。

常に考えておきたい、被災者主体の支援

今取り組んでいる能登半島地震の被災者支援についても、「自治体も災害ボランティアも、“被災者主体になっているか”を常に考えながら支援を続けてほしい」と話します。

昨年5月と今年1月1日の地震で、

不幸にも被災されて困っておられますが、決して「被災者＝弱い人たち」ではありません。ボランティアに入る際に、被災者を“支援を必要とする人”という前提で接してしまう場合がある点には注意が必要で、支援者目線ではなく“伴歩”し、被災者の少し先を想像して、ともに歩む姿勢が大切だと栗原さん。

例えば「災害ボランティアは目の前の被災地の風景を見て、“ガレキなどを早く片付けよう”という思いが高まるとありますが、今の状況の中ですぐ捨てる捨てないとか、するしないと判断ができないものもある」と指摘。「どんな被災地にもその土地の風土や歴史があり、街を再生させるための支援は、はるか先まで続く。ボランティアとして支援に入った場合、その人は1週間続けられても後にはいなくなる。その後、どうなっていけばいいのか。目の前にいる方々は暮らしの復興への努力を続けなければならないことを想像しながら、後ろにつないでいくことが大事」と、災害ボランティアは自由意志による活動ですが、考えて行動する必要があると語りました。

ボランティアを始めるきっかけは何でもいい

栗原さんは、東日本大震災での支援に今も携わっています。「大きな災害では、長期の支援が欠かせません。今

も現地に行くなどして支援を続けています。能登半島も甚大な災害。長い目で見て、引き続き支援するボランティアが必要」としたうえで、「長く続けるためには、最初は一人のボランティアとして行く“点”であっても、何度も足を運んだり、仲間を集めて交互に行ったりすることを続ける“帯”の支援が広がっていくことが重要」と栗原さんは強調します。

被災者の力になりたいと考える人々に、栗原さんは「きっかけは何でもいい。友人や彼氏、彼女に付いて行ってもいい。現地で被災の状況を目の当たりにすれば、今後役に立つ何かを感じるはず。自分の何らかの技術や知識が活かされたり、言葉一つで被災者を勇気づけられるかもしれない」と、被災地を実際に見て知ることの大切さを語ります。さらに、「現地に行くのが難しい高校生が学内で募金を提案して学校の承諾を受け、すぐに集めた2万円の義援金を能登に届けた事例もあります。人の力は、無限大。今は発災当初とは違い、電車もバスも走っている。やりたいことがあれば“この指とまれ”と人を集めてボランティアに行けばいい」とエールを送りました。



新たな人材「アシスタントワーカー」

アシスタントワーカーとは？

介護施設等において掃除や食事の片付け、洗濯、物品の補充等、直接介助に携わらない業務を担当する“介護職場の人材”です。

今年度も新たに3施設が加わり、大阪市独自のカリキュラムで、アシスタントワーカーの導入に向けて新たに取り組んでいきます。1年間よろしくお願いします！

アシスタントワーカー導入へのカリキュラムについてご紹介（一部）

(1) 導入支援研修

（令和6年5月～翌年2月頃まで、各回3時間・計6回程度）

管理者層、介護職員（リーダー層：この事業の担当者となる職員）に対して、介護施設等の運営や人材育成等ついて専門のアドバイザーによる研修を実施します。



令和5年度 導入支援研修の様子

(2) 個別コンサル

（6回程度、Webと訪問）

(1)の導入支援研修を踏まえた施設ごとの取り組みに関して、専門のアドバイザーが施設の職員体制や運営状況等に合わせた丁寧なコンサルティングを行います。



令和5年度 個別コンサルの様子

令和6年度 アシスタントワーカー導入取組み施設

社会福祉法人 幸聖福社会

特別養護老人ホーム 藤ミレニウム

〒531-0073
大阪市北区
本庄西2-6-15
☎06-6371-6233



社会福祉法人 大阪自彊館

障害者支援施設 エフォール

〒533-0023
大阪市東淀川区
東淡路1-4-49
メゾン リバルテ
☎06-6325-3315



社会福祉法人 嘉誠会

特別養護老人ホーム ヴァンサンク東住吉

〒546-0013
大阪市東住吉区
湯里5-13-5
☎06-6760-7011



本事業は、令和2、令和3年度に実施した大阪市モデル事業「介護の職場担い手創出事業」の検証結果を踏まえ、令和4年度から事業を本格実施しています。
過去の実施内容等については、当センターホームページをご確認ください。



緩和ケアをご存知ですか？

がんと診断された時から、患者さんが抱えている心と体の痛みやつらさについて、さまざまな側面から講演します。

日時▶ **6月22日(土) 10:30～**

場所▶ 大阪市立十三市民病院 9Fすかいルーム

その他▶ マスク着用 申込不要

知ってます？ 知ってほしい！ 緩和ケア

緩和ケア内科部長 大庭 宏子

リハビリテーションの関わり

理学療法士 宮本 光二

より良い人生を送るための「人生会議」

緩和ケア認定看護師 岡 千奈美



問い合わせ先

〒532-0034 大阪市淀川区野中北2-12-27

大阪市立十三市民病院 地域医療連携室 ☎06-6150-8000(代表)



福祉・介護のお仕事をされている方へ

福祉・介護のお仕事のやりがいや魅力を伝えるエピソード募集！

みおつくし福祉・介護の仕事 きらめき大賞 2024

募集内容

福祉・介護の現場における利用者やその家族等との関わり、職員同士の連携など、福祉・介護の仕事の魅力が伝わるエピソード

募集期間

令和6年5月7日(火)～7月8日(月)

応募資格

高齢者、障がい児・者を支援する施設・事業所または児童入所施設において、利用者支援を行う(行っていた)職員

応募方法

所定の応募用紙(ホームページからダウンロード)に必要事項を記入し、メールまたは郵送にて提出してください。



OSAKA CITY
✕ 大阪市 ✕ 大阪アニメ・声優 & Animae スポーツ専門学校

本イラストは、きらめき大賞の受賞作品をもとに、大阪アニメ・声優&eスポーツ専門学校の生徒さんにより制作されたものです

応募されたエピソードの中から優秀事例を表彰し、福祉・介護の仕事のイメージアップに活用する予定です。

募集に関する詳細は、大阪市ホームページをご覧ください。

<https://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000619084.html>



講座案内

●市民向け講座

市内在住、在勤、在学の方

講座名	日 時	受講対象者	講 師	内 容	その他
介護実習講座 (入門コース)	水曜日コース 7月10日 17日 24日 10:00～12:00	大阪市内に在住・在勤・ 在学の方で、高齢者の介 護に関心があり、指定さ れた日程を休まず受講 できる方 ※現在介護のお仕事を されている方は、ご受 講いただけません	介護福祉士	初めて介護される方を対象に、家庭で の介護の知識や技術を体験いただい て、介護への関心や理解を深めます。 【テーマ】 ①移動、車いすの使い方 ②着脱介助 ③清潔介護	定員:20人(先着順) 受講料:500円 (資料代) 受講初日に現金で 申し受けます
介護実習講座 (テーマ別コース)	8月14日(水) 17日(土) 21日(水) 24日(土) 28日(水) 13:00～16:00	入門コースを修了され た方	一般社団法人 幸せ介護創造ファクト リー 代表理事 高山彰彦	テーマごとに介護の知識・技術を深め るためのコースです。 【テーマ】 14日(水)移動①/移乗 17日(土)移動②/ベッド上の介助(ポ ジショニングを含む) 21日(水)移動③/車いす操作・歩行 (シーティング含む) 24日(土)食事介助/自具の使い方 28日(水)排泄、着脱介助/衣服交換	定員:各テーマ20人 (先着順) 受講料:1テーマに つき100円 (資料代) ※複数テーマの受 講可 受講当日に現金で 申し受けます

●福祉従事者向け研修

申込み多数の場合は抽選です。締め切り後に、事業所あてに決定通知を送付します。

研修名	日 時	受講対象者	講 師	内 容	その他
利用者に寄り添う 看取りと尊厳とは	7月5日(金) 13:30～17:00	大阪市内の福祉施設・事 業所に勤務する職員	浄土宗願生寺 住職 大河内 大博	利用者に寄り添うことの重要性を考える① 人と向き合うことの大切さ、死にゆく 利用者の思いに寄り添うことの重要 性を考えます。	定員36人 締切:6月14日(金) 受講料:1,500円
社会福祉施設職員の 地域福祉実践講座	7月10日(水) 9月11日(水) 2月21日(金) 10:00～17:00	大阪市内の福祉施設・事 業所に勤務し、地域福祉 実践への意欲がある方・ 市区社会福祉協議会職員	ふくしと教育の 実践研究所 SOLA 主宰 新崎 国広	社会福祉法人・福祉施設が持つ専門 性や経験、社協が持つ地域の幅広い ネットワーク等、強みを生かし、連携・ 協働しながら地域づくりをすすめてい くことを学びます。(ゼミナール形式)	定員:9人 締切:6月17日(月) 受講料:9,000円
障がい者グループホーム 研修	7月19日(金) 14:00～16:00	大阪市内の障がい者グ ループホームに勤務す る管理者、サービス管理 責任者、世話人、生活支 援員など	大阪公立大学 現代システム科学域 教育福祉学類 准教授 三田 優子	サービス管理責任者やグループホーム 世話人などの役割について確認す るとともに、今後の利用者支援のあり 方について考えます。	定員:50人 締切:6月28日(金) 受講料:1,500円
発達障がい児の 理解と対応	7月30日(火) 13:30～16:30	大阪市内の福祉施設・事 業所に勤務する職員	武庫川女子大学発達臨 床心理学研究所 嘱託 研究員 石川 道子	子どもの発達障がいを中心に、発達障 がいの特性を理解し、その特性に応じ た対応について具体的に学ぶことで、 一人ひとりの適切な支援につなげる スキルを身につける。	定員:36人 締切:7月1日(月) 受講料:1,500円
福祉職員キャリアパス 対応生涯研修課程 (管理職員コース)	8月1日(木) 6日(火) 9:30～17:00	大阪市内の福祉施設・事 業所に勤務する管理職 員、もしくは将来その役割 を担うと想定される職員	ふくしと教育の 実践研究所 SOLA 主宰 新崎 国広 関西福祉科学大学 学長 津田 耕一	管理者として求められる役割やリー ダーシップを醸成しキャリアアップの 方向を学びます。	定員:30人 締切:6月25日(火) 受講料:6,000円+ テキスト代1000円
どもった話し方(吃音)の こどもたちの正しい理解 と啓発	8月2日(金) 13:30～16:30	大阪市内の保育・児童等 の福祉施設・事業所に勤 務する職員	関西外国語大学 短期大学部 言語聴覚士・教育学博士 准教授 堅田 利明	吃音の最新知識、具体的な早期対応(支 援方法)を実践的に、演習を交えながら学 びを深め、吃音のある子どもたちの正し い理解と啓発の意義について考えます。	定員:36人 締切:7月12日(金) 受講料:1,500円
グリーフケアとは何か ～悲しみに向き合い、受け とめ、抱えながら生きてい く～	8月7日(水) 14:00～16:30	大阪市内の福祉施設・事 業所に勤務する職員	天理大学 人文学部 准教授 山本 佳世子	利用者に寄り添うことの重要性を考える② 介護職員に求められるグリーフケアの 基本的な知識を演習を交えながら学 びます。	定員:24人 締切:7月17日(水) 受講料:1,500円
包括的な相談支援・コミュ ニティソーシャルワーク実 践講座	8月19日(月) 9月24日(火) 10月21日(月) 11月18日(月) 12月16日(月) 13:30～16:30	大阪市内24区社会福祉 協議会、地域包括支援セ ンター、障がい者基幹相 談支援センター、福祉関 係事業所等の福祉専門職	武庫川女子大学 心理・社会福祉学部 社会福祉学科 教授 松端 克文	地域を基盤としたソーシャルワークの 実践を目指し、“暮らしをまもる”個別 支援機能と“つながりをつくる”地域支 援機能を連携させた地域福祉推進の 方法論とその技術を学びます。	定員:36人 締切:7月24日(水) 受講料:7,500円

★日程及び締切日は、主催者の都合で変更する場合があります。

研修の申込み方法▶当センターのホームページから申込むか、申込用紙をダウンロードしてFAXでお申込みください
市民向け講座のみ電話でも受け付けます

申込・問合せ先

大阪市社会福祉研修・情報センター 〒557-0024 大阪市西成区出城2-5-20

☎06-4392-8201

☎06-4392-8272

🌐<https://www.wel-osaka.com>

✉kensyu@shakyo-osaka.jp

図書・資料閲覧室からのお知らせ

図書・DVD新着情報

図書紹介

プロとして知っておきたい! 介護保険のしくみと使い方
2024-2027年対応版 ケアマネ・相談援助職必携

中央法規「ケアマネジャー」編集部 編集
中央法規出版 2024年

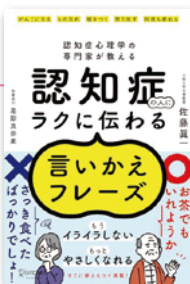
介護保険制度について、各サービスの内容・利用の手続き、報酬単位、ケアプラン作成時のポイントなどを、イラスト・図表を交えてわかりやすく解説。2024年4月の介護保険改正に完全対応した改訂版!



認知症心理学の専門家が教える
認知症の人にラクに伝わる言いかえフレーズ

佐藤 眞一 ほか 著
ディスカヴァー・トゥエンティワン 2023年

認知症の人の言動の理由を知れば、介護はラクになる。認知症の人と介護する家族のやり取りを取り上げ、「ついつい言ってしまうフレーズ」と、それをスッと伝わる形に言いかえたフレーズを、認知症の進行段階別に紹介。



イラストと図解でわかる施設長・介護リーダーの仕事術
要点を押さえて「困った」を解決!

糠谷 和弘 著
中央法規出版 2024年

多くの施設長やリーダーが抱える悩みを網羅的に収載し、その解決のポイントを整理。仕事を進めるなかで迷ったときに開き、すぐに実践に活用することもできる施設運営のノウハウが満載の一冊。



DVD紹介

児童養護施設における施設実習 第3巻
児童養護施設の小規模化 編

新宿スタジオ 40分 2023年

■児童養護施設の小規模化が求められる背景
■小規模化のさまざまな形 ■小規模化のメリットと課題 ■小規模化した施設の1日(・建物の紹介・起床～子どもたち見送り・子どもたちが学校に行っている間の仕事・子どもたちの下校・夕食準備・夕食・夜の自由時間～就寝)他



こども食堂にて

BBB 115分 2023年

さまざまな事情を抱えた子どもたちが集まる「こども食堂」を舞台に、親子の愛情を描いたヒューマンドラマ。「こども食堂」でボランティアを始めた千晶は、ある日、里親のもとで暮らす1人の高校生から、悩みを打ち明けられる。



桜色の風が咲く

ギャガ 113分 2023年

実話をもとに「生きる希望」を描いた人間ドラマ。9歳で失明、18歳で聴力も失いながら、やがては盲ろう者として世界で初めて大学教授となった息子とその母の物語。



募集!! あなたの周りに眠っている古本はありませんか?

8月に開催する「リサイクルブックフェア」の古本を募集しています!

- 本、絵本、マンガなどジャンルは問いません。何冊でもOK!
- 読めないほど傷んだ本の寄贈はご遠慮ください。
- 寄贈していただいた本は返却できません。
- 募集締切/8月16日(金)
- 受付場所/大阪市社会福祉研修・情報センター 1階 事務所/2階 図書室



リサイクルブックフェア

「リサイクルブックコーナー」の古本を無料で持ち帰りいただけます!

- 開催場所/1階 エントランス
- 開催期間/8月17日(土)10:00～30日(金)15:00まで

図書・資料閲覧室の開館時間を延長しています!

毎週金曜日の開館時間を午後7時まで延長しています。ぜひご利用ください!

大阪市社会福祉研修・情報センター2階の図書・資料閲覧室では、福祉に関する図書・DVD・ビデオなどを、無料で貸出しております。(認知症、介護技術、手話のDVDや、福祉の関係の雑誌などが充実しています。)



開室時間/月曜日～木曜日・土曜日 9:30～17:00、金曜日 9:30～19:00

貸出期間/2週間(図書・雑誌等は5冊、DVD・ビデオは5本まで)

利用資格/貸出し期間(2週間)内に、来館しての返却が可能な方

※郵送での返却はできません

※初回の登録時には、住所・名前などの証明ができる本人確認書類(免許証・保険証など)をご持参ください

休室日/日曜日・祝日(土曜日は除く)・年末年始

問合せ先/☎06-4392-8233 お電話で図書・DVDの予約も承ります

6月は
食育月間です



すこやか大阪 21



かしこく食べよう! ゲンキをつくろう!
「減塩しよう」



食塩の摂りすぎは循環器疾患やがんとの関連が大きいといわれています。
生活習慣病予防のために、減塩の習慣を身につけましょう。

簡単な減塩のコツ

★野菜や果物を積極的にとりましょう!

野菜や果物に多く含まれるカリウムは、体内の余分な塩分(ナトリウム)を体外に排泄させる働きがあります。
(医療機関に受診している方は必ず医師の指示に従ってください。)

こちらをご覧ください▶

【大阪市ホームページ】
減塩しよう



★食事は腹八分目に控えましょう!

食べ過ぎは、食塩摂取量が増えるばかりでなく、肥満になると、高血圧につながる可能性があります。
また、肥満予防のためには、規則正しい食生活と適度な運動を心掛けましょう。

★減塩でも美味しく食べる工夫をしましょう!

香りや酸味を使うと、少ない塩分でも美味しく食べられます。青じそ、レモン、ゆず、生姜、にんにく、わさび、ごま、酢など、料理に合わせて使いましょう。

あなたのお口は健口(けんこう)ですか?

歯周病は、気付かないうちに徐々に進行していくことから「沈黙の病気」とも言われており、成人期以降に歯を失う一番の原因になっています。また歯周病は、肥満、糖尿病、心疾患、脳梗塞など、全身の健康と関連があることが分かっています。

自分の歯でおいしく食べられることは人生の楽しみのひとつです。歯周病にならないようにするために、定期的に歯周病検診を受けましょう。

■大阪市で受けることができる歯周病検診と相談

●令和6年度歯周病検診(問診・口腔内検査)

取扱医療機関▶



対象 令和6年4月1日～令和7年3月31日の間に

20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳になられる市民の方

※経過措置として、下記の方も対象となります

令和6年1月1日～令和6年3月31日の間に40・45・50・55・60・65・70歳になられた市民の方

期間 令和6年4月1日～令和7年3月31日

費用 500円(生活保護世帯・市民税非課税世帯の方は無料)

場所 市内取扱歯科医療機関(要予約)

●歯科健康相談 (個別相談)

対象 大阪市民

費用 無料

日時・場所 区によって異なりますので、
各区保健福祉センターへお
問い合わせください。



各区保健福祉センターの電話番号は「4ケタ△△△△-9882」です

北 区	6313	浪 速 区	6647	阿倍野区	6622
中 央 区	6267	東 成 区	6977	平 野 区	4302
天王寺区	6774	鶴 見 区	6915	此 花 区	6466
東淀川区	4809	東住吉区	4399	大 正 区	4394
城 東 区	6930	福 島 区	6464	淀 川 区	6308
住 吉 区	6694	港 区	6576	旭 区	6957
都 島 区	6882	西淀川区	6478	住之江区	6682
西 区	6532	生 野 区	6715	西 成 区	6659

その他にも検診を 実施しています!

胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・
子宮頸がん検診・乳がん検診・
前立腺がん検診・骨粗しょう症検診

詳細はこちら▶



大阪市健康局健康づくり課(健康づくりグループ) ☎06-6208-9963

今月の自助具/マウススティック置きヘラ

主な適応疾患・対象者 ▶ 手の使えない方でベッド上や車椅子で
マウススティックを使う方

〈機能・特徴〉

- L字型に曲げた磁石付きのヘラを、タブレットや携帯電話のカバーに貼り付けるだけで、マウススティックの置台として使える

〈使い方〉

- L字型に曲げたヘラの柄の先端を、タブレットや携帯電話のカバーと本体との隙間に差し込み、マウススティックを置きやすい位置で固定して使用する。
- ペンホルダーを取り付けたマウススティックを咥えたまま、置台の上を持っていくと、裏側の磁石により引き付けられ、張り付き固定する



資料提供・問合せ ▶ 特定非営利活動法人 自助具の部屋

☎☎06-4981-8492(月・水・金 10:00～15:00)

NPO自助具の部屋ホームページ▶



健康生活 応援グッズ

快適な睡眠を

3つの機能で

床ずれ防止を多面的にサポート



●エバープラウドマットレス

5層のウレタンフォームが、優れた体圧分散を実現。新素材が蒸れを軽減し、床ずれ防止と快適な就寝環境をサポート。独自のクッション材で背上げ時にかかるずれを軽減します。

沈み込みを抑えて

寝返りや起き上がりをサポート



●ミルフィ

1層目は反発弾性の優れた高弾性ウレタンフォーム、2層目にはクッション材の機能を持つソフトタッチウレタンフォームを採用。荷重が加わると一番柔らかい2層目が沈み込むため、1層目の安定感を損なわず、寝返りや起き上がりがしやすくなります。

全自動+体圧の可視化
ロボティックマットレス



●スコープ

リモコンの全自動ボタンを押すだけで、さまざまな身体状態の利用者に適応。身体状態が悪化または回復に変化した場合も対応します。体圧分布モニターで圧の状態が確認できるため、確実な圧対策と適正なポジショニングが可能です

問合せ

公益社団法人関西シルバーサービス協会
介護情報・研修センター福祉用具展示場

〒542-0012 大阪市中央区谷町7-4-15

大阪府社会福祉会館1階

☎・FAX06-6763-1480

HPhttps://kansil.jp

同心会が「研究奨励賞」「研究努力賞」を授与

同心会(会長 白澤政和:国際医療福祉大学 大学院 医療福祉学研究科 教授)では、大阪市内で社会福祉に関する活動を行っている団体、グループ及び個人が自発的に研究活動を行い、その成果をまとめた「大阪市社会福祉研究第46号」の掲載論文から、特にその内容が優秀と認められたものに対して、3月26日(火)、大阪市社会福祉研修・情報センターにおいて「研究努力賞」「会長賞」を授与しました。



第46号 受賞論文

研究奨励賞

- ◆大阪市西成区社会福祉協議会における
ニーズ収集方法の再検討について
橋口 風伍・藤井 和希・中西 一美

会長賞

- ◆住之江区における福祉の視点からみた防災の取り組み
～ SAlive(さらいぶ)実行委員会の活動報告～
河合 伸朗・岸本 慶子・杉村 和朗・田中 恵士・太郎良 勇二
時枝 高志・中山久美子・樋原 裕二・森崎 美登
- ◆中央区地域福祉ビジョンにおける、
やさしい日本語版と多言語版の作成について
柴田 大樹・村上 敏昭・樋口 京子・中岡 圭太・伊藤 誠章・細見 紗知

チラシが作りたい
パンフレットが作りたい
カタログが作りたい
…でも、どうやって作ったらいいの

それ、アド・エモンに
おまかせください

納得のご予算で

企画から取材・撮影・デザイン・
印刷・納品にいたるまで、あなたのイメージを
トータルでカタチにします。
下記まで気軽にご相談ください。

TOTAL CREATION
AD.EMON
株式会社 アド・エモン

〒530-0041 大阪市北区天神橋2丁目北1-23 丸丹ビル306号
TEL:(06)6358-1010 FAX:(06)6358-1011 E-mail:info@ad-emon.com
<http://www.ad-emon.com>

(広告)

大阪市 社会福祉研修・情報センター

**X(旧Twitter)を
チェック!**

研修の告知・研修のレポート報告
普段のスタッフの様子、知って得する豆知識など
さまざまな情報を発信します!!

https://twitter.com/wel_osaka



フォローお願いします!!

CENTER INFORMATION

大阪市社会福祉研修・情報センターのご案内

開館時間／9:00～21:00まで(土・日曜日は9:00～17:00まで)

図書・資料閲覧室は9:30～17:00まで(月～土曜日)※毎週金曜日19:00まで

休館日／国民の祝日(土・日曜日と重なる場合は除く)、年末年始(12月29日～翌1月3日)

項目	直通電話番号	お問合せ時間
会議室など利用の問合せ	06-4392-8200	9:00～21:00(土・日曜日は17:00まで) (会議室の申込・お支払いは9:30～17:00)
研修関係の問合せ	06-4392-8201	9:00～17:00
図書・資料閲覧室の問合せ	06-4392-8233	9:00～17:00

貸室ご利用の皆様へ

貸室予約がオンラインで24時間パソコンやスマートフォンから可能となりました。

ホームページの【貸室のご案内】よりログインし、ご予約ください。

初めてご利用される方は、事前にお問合せください。

ウェルおおさか 検索

利用申込の受付は6か月前からです。

利用日の6か月前(6か月前の同じ日)から、インターネットでの予約、または電話や窓口でご確認のうえ所定の用紙でお申込みください。

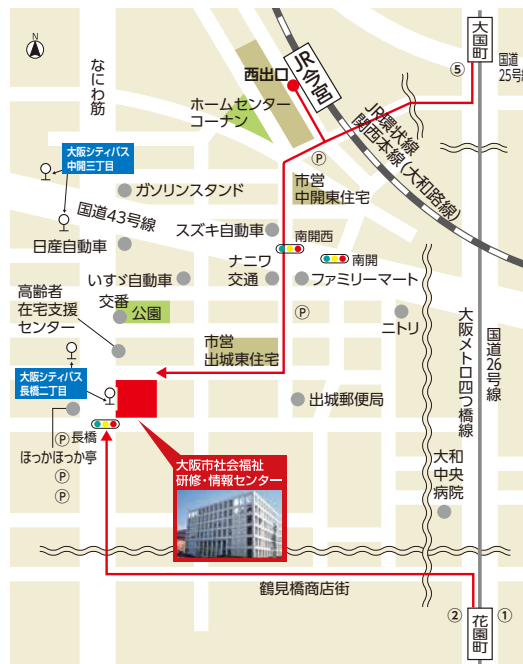
電話や窓口での受付は、9:30から17:00まで。

☎06-4392-8200 FAX06-4392-8206

※インターネットでの予約可能な期間は、利用日の6か月前から利用日の1週間前までです。

FAXでの申込み可能な期間は、利用日の6か月前の9:30～利用日の3日前までです。

詳しくは、ホームページの【貸室のご案内】をご覧ください。



■会議室等の使用料

利用できる貸室および料金は、次のとおりです。ご予約は利用日の6か月前からです。

(単位:円)

室区分	利用人員のめやす	時間区分	午 前	午 後	夜 間	全 日
			9:30～12:30	13:00～17:00	18:00～21:00	9:30～21:00
4階	会議室	99	3,800	5,100	3,800	11,400
	会議室 東	45	1,900	2,600	1,900	5,800
	会議室 西	54	2,900	3,800	2,900	8,600
	介護実習室	36	5,700	7,600	5,700	17,100
	演習室	18	1,000	1,300	1,000	3,000
5階	大会議室	144	5,800	7,700	5,800	17,400

交通／ご来所には【大阪シティバス】【JR】【大阪メトロ】をご利用ください

●大阪シティバス

【長橋二丁目】バス停すぐ
52系統(なんば～あべの橋)【中開三丁目】バス停徒歩5分
80系統(鶴町四丁目～あべの橋)

●JR大阪環状線・大和路線

【今宮】駅から徒歩約10分

●大阪メトロ・四つ橋線・御堂筋線

【花園町】駅(①・②出口)から徒歩約15分

【大国町】駅(⑤出口)から徒歩約15分

所在地／〒557-0024 大阪市西成区出城2丁目5番20号

設置主体／大阪市

運営主体／(指定管理者)
社会福祉法人 大阪市社会福祉協議会

電 話／☎06-4392-8200(代表)

ファックス／FAX06-4392-8206

U R L／https://www.wel-osaka.com

Facebookもチェック



X(旧Twitter)もチェック

「ウェルおおさか」に
広告を掲載しませんか

詳しくはお問合せください…

大阪市社会福祉研修・情報センター

☎06-4392-8201 FAX06-4392-8272 ✉kensyu@shakyo-osaka.jp



人権啓発キャッチコピー

【テーマ】人権全般

それぞれが 寄り添うことで 広がる輪

にしむら たき 多喜さん(令和5年度「人権に関する作品募集事業」キャッチコピー 中学生の部 佳作)