



# ひまわり通信

梅の言葉は凛とした姿から「高潔」「忍耐」「気品」

特定非営利活動法人  
「NPO千の風」

ひまわり栗生発行 NO118

2025年3月

## 街デイ連絡協議会で要望 市長の街デイ見学とお食事が実現

市内4つの街デイが連携して新しく着任された原田市長に「街かどデイハウス」のことを知ってもらおうと連名で要望書を提出しました。

### ●主な要望事項

- ・街デイに見学にきてください
- ・懇談の場をもってください

市長は市内4ヶ所の街デイを見学され3ヶ所の街デイで利用者さん、スタッフとともに食事をされました。わが「ひまわり」には1月31日来られました。富士さんの大奮闘で美味しく、ボリューム満点の食事を完食されました。自慢の昼食と利用者さんの街デイへの期待の声は市長に届いたはずす。



## 街デイ連絡協議会と市長との懇談

2月13日(木)本庁市長室で、各街デイ担当者との要望懇談の場を持つことができました。昨今の物価高騰のなかでの街デイの運営が厳しいことや、街デイが地域の高齢者にとって「よりどころ」になっていること、元気な方が、ある日要支援の判定を受けて街デイが利用できなくなることがないよう、また、「物価高騰対策」を時限的に実施してほしいなど要望を出し懇談をしました。要望懇談会に先立ち、各街デイの見学を行い街デイのことを理解していただくことができました。これからも継続できるよう取り組んでいきたい旨。

終始、和やかな中、「これからも街デイに頑張ってください健康長寿のまち箕面市へ」と市長の抱負を聞かせていただくことができました。



## オーラルフレイルってご存じですか？

2月4日(火)運動教室1部2部に歯科衛生士さんが来られオーラルフレイルについての講話がありました。

オーラルフレイルからフレイル(体の機能の低下)それが進むと介護に進むので、お口の変化に意識を持つ事が大切と言われていました。

特に奥歯が大切で奥歯でしっかり噛めないと体のバランスが悪くなり転倒のリスクが高まり、窒息や認知症発症のリスクもあるとの事。



▲入れ歯でも構わないから80歳で20本を維持

### ●運動教室スタッフより

日頃は集会所の運動教室の一コマで活動させていただいています依田です。

歌って、鳴らして、動いての活動で、約20分程のお時間をもらっています。

まず血行促進をテーマにウォーミングアップをしっかり目にさせていただいてから、旬の1曲に合わせて、歌う、手作り楽器を鳴らす、足動作を加える活動をおすすめしています。

これまで、デイサービスで活動の場をいただけてきたことや、音楽療法を学んでこられた先輩方の情報やご意見アドバイスいただく機会があり、その経験を生かして、ひまわりの運動教室にご参加くださるみな様が、楽しく元気に活動出来る時間を、これからも提供していきたいと思っています。

