



地域福祉通信

地域の方とつながり
新しい仲間ができる

地域の見守りとつなぎ役

社会貢献につながる

民生委員・児童委員

として活動してみませんか？

◎民生委員・児童委員とは

民生委員法に基づき、厚生労働大臣の委嘱を受け、地域の担い手として、市内で約120名の方が活動しています（非常勤の地方公務員にあたります）。

また、児童福祉法に定められた児童委員を兼ねており、子どもや子育て家庭の相談支援とともに、児童の健全育成活動にもあたっています（民生委員・児童委員の一部は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当する主任児童委員に指名されます）。

◎行政や専門機関への「つなぎ役」

地域住民の立場に立って、住民からの生活上の心配ごとや困りごと、子育ての不安などの相談に応じ必要な支援を受けられるよう、行政や専門機関への「つなぎ役」としての役割を担っています。



【お問合せ】

摂津市民生児童委員協議会事務局
（保健福祉課内）
電話：06-6383-1386

注目!

健幸マイレージにご参加の皆さん



令和6年度のポイント付与は2月28日までです!

2,000ポイント以上達成された方は、ポイント数に応じて参加賞がもらえます。また、6,000ポイント以上達成した方には、抽選でカタログギフトが当たります。歩数データの送信や健（検）診の自己申告は2月28日まで（郵送の場合は必着）に済ませてください。

ハガキ投函は
余裕をもって



※詳細左記QRコードよりご確認ください。

【お問合せ】

保健福祉課
電話：06-6383-1386

食のお役立ち情報

毎月19日は



「2月1日はフレイルの日」

フレイルを予防しましょう！

～おいしく食べて健康に
暮らしましょう！～

フレイルとは、年齢を重ねることで心身の機能が衰え始める状態です。フレイルは栄養、運動、口腔、社会・心理の4つの機能の低下によって起こります。

フレイル予防は日々の習慣と結びついています。おいしく食べて、楽しく運動し、しっかり歯を磨いて、社会参加を意識した生活を送り、フレイルを予防していきましょう！

フレイル予防の4つの柱

- ①「栄養」：たんぱく質をとり、バランスよく食べる。
- ②「運動」：歩いたり、筋トレをする。
- ③「口腔」：歯を磨き、歯科健診を受ける。
- ④「社会・心理」：就労や余暇活動、ボランティア等に参加する



【市クックパッド】



フレイル予防のレシピや、ウォーキングに関する動画を公開中です。



【市ウォーキング動画】



【ウォーキングコース&健康器具動画】

【お問合せ】

保健福祉課

電話：06-6383-1386

物価高騰に対する 支援給付金のご案内

エネルギー・食料品価格などの高騰により、生活への影響が大きい令和6年度住民税非課税世帯に対する支援として、1世帯につき3万円を支給します。また、令和6年度住民税非課税世帯のうち、18歳以下の児童が属する世帯に加算給付として、対象児童1人につき2万円を支給します。

対象となる世帯へは、後日通知を送ります。詳細につきましては、市ホームページでご案内します。

振り込め詐欺など にご注意を

不審な電話や郵便があった場合はすぐに市や摂津警察署に連絡を！



詳細はこちらへ⇒



3万円を支給



2万円を加算支給

例) 大人2人+児童2人世帯=7万円支給

【お問合せ】

摂津市給付金コールセンター

電話 06-6170-1538

午前9時～午後5時15分(土日祝を除く)

高齢者の安心相談窓口

摂津市地域包括支援センター

ご本人やご家族、地域の方々や関係機関からの相談を受けて介護保険や福祉、医療など、適切なサービスや支援を提案します。

●相談無料 ●秘密厳守

元気に過ごすお手伝い

高齢者の皆さんがいつまでも元気に過ごせるよう、健康づくりや介護予防の取組を支援しています。

権利を守る

高齢者の権利を守るため、高齢者虐待防止、成年後見制度の活用支援、消費者被害防止などに取り組んでいます。

安心して暮らせる仕組み作り

地域住民、医療・介護・福祉の関係機関、行政と協力し、高齢者が安心して暮らせる仕組み作りを進めています。

ホームページやYouTubeもあります！



◀地域包括支援センター
ホームページ二次元コード



◀地域包括支援センター
YouTube二次元コード

◀摂津市地域包括支援センター▶

三島2丁目5番4号

電話：06-6383-1377

◀摂津市地域包括支援センター 鳥飼分室▶

鳥飼本町1丁目9番45号

電話：072-646-5101

鳥飼分室は、総合相談のみ受け付けております。

健康・生きがい 就労トライアル説明会

高齢者の福祉施設等で3か月間(週2回、2時間程度)サポートの仕事を行うものです。

※3か月のトライアル期間終了後も継続して就労することが可能。

短時間の勤務であるため、フルタイム勤務に不安を感じる方でも、自分の体力に応じて働くことができます。経験のない方でもできる仕事内容ですので、まずはお気軽に説明会にご参加ください。

説明会

日時：3月3日(月) 午後2時00分～午後4時30分

場所：摂津市立コミュニティプラザ

コンベンションホール

対象者：60歳以上の摂津市民 ※資格不問

申込：高齢介護課へ(応募フォーム・電話・窓口)

定員：40人(先着順)



【応募フォーム】



【お申込み・お問合せ】

高齢介護課 高齢福祉係

電話：06-6170-1561



2024年度 第2回ヒューマンセミナー

「精神障がいへの理解を深める」 ～正しい理解と地域支援～

精神障がいへの正しい理解を深め、精神障がいのある人がいきいきと暮らせる社会の実現のため、一人ひとりが地域社会の一員としてできることを考えます。

講師 大阪府精神障害者家族会連合会

会長 大野 素子 氏

日時 2月27日(木) 午後2時00分～3時45分
(開場：午後1時30分)

会場 コミュニティプラザ3階 コンベンションホール

定員 100名(先着順)

申込み 人権女性政策課へ電話・FAX・WEBで
2月19日(水)までに申し込み

※1歳～就学前児の一時保育あり

同時にお申込みください(要予約)



WEB申込み二次元コード

【お申込み・お問合せ】

人権女性政策課

電話：06-6383-1324

FAX：06-6319-5970

大切なひとに伝えておこう

～今から始める終活と相続～

終活を始めたいけどいつ頃から？何から始めたらいい？など誰もが知っておくと役立つノウハウを学び、将来設計に役立てる。親の終活と一緒に考え、積極的に向き合うため具体的に何から始めればいいのかを学び、いざというときに備える。

日時：2月22日(土) 午後2時00分～午後4時00分

会場：男女共同参画センター交流室(コミュニティプラザ内)

講師：山田 容子 氏(オフィス・ラ・クレ代表)

対象：市内在住・在勤・在学の方

定員：20名(要申込)

参加費：無料

※1歳～就学前児の一時保育あり

(2月17日(月)までに要予約)



WEB申込み二次元コード

【お問合せ】

男女共同参画センター

電話：06-4860-7112