

案件	令和4年度 第3回 東大阪市社会教育委員の会議 会議概要
日時	令和5年2月13日（月）午後2時00分～午後4時15分
場所	東大阪市社会教育センター 3階視聴覚室
出席者	出席委員 鎌田委員、杉森委員、村田委員、清水（馨）委員、西崎委員、清水（義）委員、千谷委員、北木委員、川口委員、森石委員、鈴木委員、長妻委員、傘委員、井口委員、中島委員（15名）
内容	※配付資料 次第、令和4年度生涯学習出前講座一覧、生涯学習出前講座受講報告書、公民館のお話し資料、社会教育センターパンフレット、介護予防講座資料及び体操チラシ ◎部次長挨拶 ◎議長挨拶 ◎公民館のお話し ◎東大阪市立社会教育センター施設見学 ◎出前講座「介護予防講座」 ◎意見交換会 《事務局》 出前講座について説明 《委員》 親が寝たきりであり、コロナ禍で病院や施設に入れると会えないのは分かっているので家で何とか介護をしている。自分も認知症にならないようにウォーキングなどしている。本日の講義は勉強になった。 《委員》 豊浦の公民分館を利用している。明治時代の建物でとても古いが、手入れをして地域の人々に使っていただいて地域のためにやっていきたい。今日はとても勉強になった。 《委員》 介護予防講座について、要介護や要支援などの専門用語が多く分かりにくかった。介護保険の仕組みについてパンフレット等の配布があれば、介護についての話が入ってきやすいかと思う。 《委員》 若年層向けの初級介護講座など、「今後の自分の親の為に・・・」という講座があれば、突然親に介護が必要になった時など、どこに相談したらよいかなど心得られて良いのではないかな。 《委員》 学校と出前講座の講師がコラボレーションして、介護の世界についてどうしたらいいかなど広めたい。興味を持ってくれる人にもつなげたい。少しずつでも、市の関係の方とも何か一緒に取組が出来ればと考えている。

《委員》

自身の親も講座など受けているが、時間的に30～40分ですぐ疲れてしまう。今日の講座については（1時間）、充実しているが盛り込みすぎ。2回に分けて行う方がよい。

《委員》

アンガーマネジメントなど怒りをコントロールできる講座などあればよい。

《委員》

人前に立つ機会も多いので、立ち姿など気を付けて、出来る範囲で運動している。また健康寿命を延ばせるようにと、リージョンセンターの講座（ゆうゆう倶楽部）を月1回1年通して、西保健センターと一緒に活動している。

《委員》

本日受講した介護予防講座では、持病（腰痛など）をお持ちの方に対して運動する時に気を付けることなどの指示がなかった。注意書きなどあった方がいいのではないか。

《委員》

健康寿命についての話の中で、女性の方が不健康状態の期間が長いと聞いたが、この不健康状態の期間をどのように過ごしたらいいのか。

《委員》

図表が分かりやすく良かった。

《委員》

負担が軽くなるように、また楽に後の人生が健康に過ごせるよう、広めていただき活用できれば良いのではと思う。

《委員》

老人センターや小学校など指導している。自分の力のある限り活動を続けるために、自分の身体に合った体操等続けて、自分がしっかりして皆さんに迷惑をかけないように、また役立つアドバイスなどをできればと考えている。

《委員》

コロナで様々な活動制限されていたが、今年は再び活動できることを願っている。自身も頑張っていきたい。

《委員》

リージョンセンターの企画を行っている。重なっている講座がいっぱいあり、各地で行っている講座をどういう風に皆に告知していったらいいのか考えている。

《委員》

出前講座について、仕組みとして軌道に乗る過程に関わってきた。本日は健康づくり課の介護予防講座であったが、健康づくりや介護予防もあると思うが、もう一方で介護保険の仕組みや行政や公的サービスの問題など様々ある。どんどん広がっていくのでできることできないことをはっきりさせていくことが大事という感想を持った。何でも引き受けられたら一番いいが、出前講座の元々の趣旨は行政に携わっている市役所の方々が仕事に関することに紹介したり啓蒙活動したりすることだと思うので、その範囲で充実させていったらいいのではないかと思う。ただ、もっとこういう話が聞きたいという要望を吸い上げる形で市役所が責任を持つという形とは違った形で工夫し、枝状に発展させて広げていただけたらと願っている。

・次回会議開催：来年度、未定

◎閉会