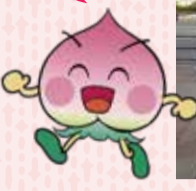


「ももフレ」参加者募集

フレイルとは「加齢に伴い心身の機能が衰えた状態」をいうよ。フレイルが進むと要介護状態になるため、予防することが大事だよ!

昨年開催した「定年退職後の社会参加と健康について考える～正しいウォーキングで街歩き～講座」の参加者で、ウォーキングやフレイル講座を毎月、第2火曜日午前10時から開催しています。フレイル予防の観点から「ももフレ」というグループ名に変わり、元気に楽しく活動しています。ぜひ、気軽にご参加ください。



※マスクは撮影の為、一時的に外しております。

今後の予定	2月14日(火)	3月15日(水) (予定)	4月11日(火) (予定)
	午前10時～正午 集合場所:ふれあいセンターもも3F フレイルセミナーと次年度計画	午前10時～正午 集合場所:大阪メトロ「天神橋筋六丁目」駅北改札口 今昔館と天神橋筋商店街ウォーキング	午前10時～正午 集合場所:大阪メトロ「天満橋」駅1Fスターバックスコピー前 お花見・大川、造幣局

参加される方はふれあいセンターももまで前日までにご連絡ください。 ☎06-6763-8139

中央区地域包括支援センターの事業紹介

家族介護の会 やすらぎ

～今まで介護をしてきた、現在介護をしている方のつらい場～
やすらぎでは交流会で介護の話をしたり、講師を呼んで介護・運動・栄養などについて勉強しています。会員にお話を聞いてみました!



やすらぎは、家族を介護した人や現在介護をしている人が参加しています。悩みを打ち明けると先輩から「私はこうしていた」と経験を聞いたり地域包括支援センター職員からアドバイスをもらったこともあります。今、介護している方、そのうち必要になるかもと思われる方、気軽にご参加ください!

日時 毎月第1水曜日 午後1時30分～3時
場所 ふれあいセンターもも (中央区上本町西2-5-25)

詳しくはこちら



ふれあいセンターもも

デイサービス利用者大募集

ふれあいセンターももでは少人数制のデイサービスを提供しています。少人数制なのでゆったりと過ごせる空間になっています!詳しくはQRコードから動画を閲覧できますのでぜひご覧ください。無料体験・見学もしていますので興味がある方はお電話ください!



無料体験・見学
できます!

動画はこちら



問合せ ふれあいセンターもも (中央区上本町西2-5-25) ☎06-6763-8139

認知症サポーター養成講座

～認知症になっても安心して暮らせるまちをつくるために～



認知症サポーターとは認知症を理解し、認知症の人を支援する応援者です。

終了後、「認知症サポーターカード」が渡されます。認知症サポーターカードは認知症の人とその家族を支援する目印です。

日時 2月25日(土) 午前10時～11時30分
場所 ふれあいセンターもも (中央区上本町西2-5-25)
参加対象 中央区在勤・在住・在学の方
定員 15名(申込み先着順)
申込み・問合せ 中央区社会福祉協議会内中央区キャラバン・メイト事務局 ☎06-6763-8139 FAX06-6763-8151
☒momo@osaka-chuo-shakyo.com

申込みフォーム



ご存知ですか? 「あんしんさぼーと!!」

「あんしんさぼーと」は、認知症や知的障がい・精神障がいのある方が、安心して自立した生活が送れるよう福祉サービスの利用援助や日常の金銭管理などの生活支援を行います。

生活の中でこのようなお困りごとはありませんか?

<p>福祉サービスは利用したいが、複雑な手続きができない</p> <p>福祉サービスの利用に不安がある方へ</p> <p>福祉サービスなどの利用補助</p>	<p>自分で銀行などに行き、生活費を引き出せず困っている</p> <p>金銭管理や支払い手続きの代行します</p> <p>金銭管理サービス</p>	<p>通帳や印鑑など、どこに置いたか思い出せず困っている</p> <p>通帳・証書類の紛失や盗難を防止します</p> <p>預かりサービス</p>
---	--	--

利用できる方
認知症、知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が不十分な方で、大阪市内に在住し、契約時に意思確認ができる方です。

サービス利用料
サービス内容や課税状況等によって利用料が異なります。詳しくは、お問い合わせください。

詳しくはこちら



受賞 おめでとうございます
令和4年度大阪市社会福祉大会
大阪市長表彰・感謝【敬称略】
地域福祉推進功労者(社会福祉協議会役員)
〈感謝〉 梶川 和隆、柴田 裕旦、南 良和
地域福祉推進功労者(ボランティア)
〈表彰〉 年中夢球隊
バルーンアート同友会

共同募金へのご協力ありがとうございました



10月から12月まで「赤い羽根共同募金」運動を行いました。多くの地域、企業の皆さんからご協力をいただきましたことに厚くお礼申し上げます。この募金は地域の福祉活動などに役に立てられることとなります。今後とも共同募金へのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

登録していますか? 中央区社会福祉協議会のLINE@

中央区社会福祉協議会、中央区地域包括支援センター、子ども・子育てプラザ、南・東老人福祉センターのイベントや講座の情報をいち早くお届けします。これで先着順のイベントに乗り遅れることもありません!!

QRコードから登録してください!



上記に関するお問い合わせ ☎ 06-6763-8139 FAX 06-6763-8151
メール: chuo-tiiki-katudow@shakyo-osaka.jp (メールまたはFAXの場合は氏名、ご住所、連絡先を明記の上、お申込みください。)

中央区 社協だより

2023年2月 VOL.70

発行所 社会福祉法人 大阪市中央区社会福祉協議会
〒542-0062 大阪市中央区上本町西 2-5-25
ふれあいセンターもも (中央区在宅サービスセンター)
TEL 06-6763-8139 FAX 06-6763-8151
http://www.osaka-chuo-syakyo.jp

ももっぴいフェイスブック 中央区社協 ホームページ
facebookで情報発信しています。
中央区社協キャラクター ももっぴい

ふれあいセンターもも

イベントや講座に関しましては新型コロナウイルス感染症防止のため、内容等に急な変更を伴う可能性がございます。ご了承ください。

東老人福祉センターからのお知らせ

申込み・問合せはコチラ

在宅医療講演会④ 「認知症の予防・対策について」

中央区東老人福祉センター
中央区農人橋1-1-6
TEL:06-6941-7719

専門医にお越しいただきます。ご興味のある方はぜひご参加ください。
日時 2月15日(水) 午後2時～3時
場所 中央区東老人福祉センター
参加対象 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要)
講師 吉川内科 吉川 岳男 先生
費用 無料 **定員** 20名(要申込・先着順)
締切 定員になり次第終了
申込み 電話・窓口にて受付



春の寄せ植え講習会

色とりどりのお花で春を感じてみませんか?

日時 3月9日(木) 午後2時～3時30分
場所 中央区東老人福祉センター
参加対象 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要) **費用** 1,500円
定員 20名(要申込・抽選) **受付期間** 2月15日(水)～3月2日(木)まで
申込み 電話・窓口にて受付。抽選の上、当選した方に連絡します。



認知症は怖くない! 共に生きようシリーズ④ 「自分や家族が認知症になった時の備え」

あらかじめ自分の希望を誰かに伝えておくことは重要な事です。大切な財産を守る方法を一緒に考えませんか。

日時 3月16日(木) 午後2時～3時30分
場所 中央区東老人福祉センター
参加対象 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要)
講師 ファイナンシャルプランナー 池田 光政氏
費用 無料 **定員** 20名(要申込・先着順)
締切 定員になり次第終了
申込み 2月15日(水)から、電話・窓口にて受付



南老人福祉センターからのお知らせ

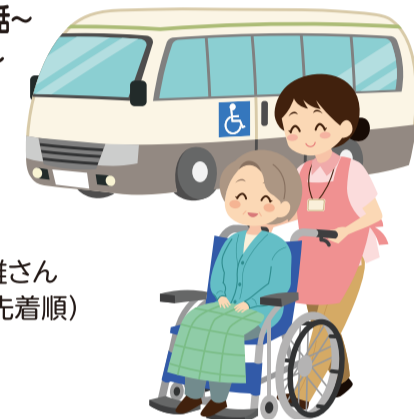
申込み・問合せはコチラ

寝たきりにならない生活習慣&介護タクシーの利用方法について

中央区南老人福祉センター
中央区島之内2-12-6
TEL:06-6213-2172

～健康寿命って? 健康で過ごしていただくためのお話～
～介護タクシーの便利な使い方について～

日時 3月23日(木) 午後2時～3時
場所 中央区南老人福祉センター
参加対象 市内在住の60歳以上の方
講師 看護師 渡辺 ひとみさん
ハッチケアタクシー 初瀬川 初雄さん
費用 無料 **定員** 20名(要申込・先着順)
締切 定員になり次第終了
申込み 電話・窓口にて受付



中央区子ども・子育てプラザからのお知らせ

申込み・問合せはコチラ

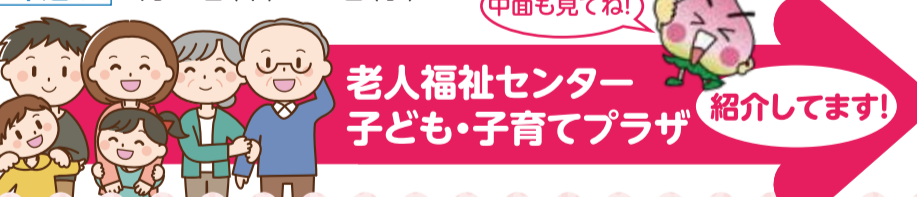
出張ひろば 環境実験教室 「イオンと食べ物」～SDGsを楽しく学ぼう～

中央区子ども・子育てプラザ
中央区島之内2-12-6
TEL:06-6213-2171

日時 3月30日(木) 午前10時30分～正午
内容 環境実験「イオンと食べ物」
食べ物を通じて地球の環境を考えよう!
もりのみやキューズモールのバックヤード見学・中央区住みます芸人 kento fukaya(ケントフカヤ)さんも来るよ!
場所 もりのみやキューズモールBASE 1階 会議室 (中央区森ノ宮中央2丁目1番70号)

参加対象 小学生・中学生 **講師** 宝塚仮説実験授業研究会 藤本 清美さん
定員 20名(事前申込制・先着順) **締切** 定員になり次第終了
申込み 3月16日(木)～29日(水)まで

中面も見てね!



老人福祉センター 子ども・子育てプラザ 紹介してます!

私たち中央区 子どもの居場所連絡会です!

中央区社会福祉協議会が事務局を担っています「中央区子どもの居場所連絡会」は中央区近辺の子ども食堂や学習支援など、子どもの居場所活動を実施している14団体と地域住民、企業などみんなで力を合わせて子どもの未来を応援する団体です! QRコードから団体一覧と令和3年度の報告書を確認できますので見ていただき、いつでも遊びに来てください!



ボランティアを募集している団体もございますので気になる方はぜひご連絡ください!



子どもの居場所一覧



R3年度活動報告書



来て! 見て! 参加して!



つながり

老セン!
東・南老人福祉センター



みんな「もも」の仲間だっぴい!

行っと子プラ!
子ども・子育てプラザ



大阪市内にお住いの60歳以上の方の生きがいづくりや社会参加を支援するための施設です。各種講座の開催やイベントの実施、サークル活動の支援及び、各種相談に応じます。

Q 利用証はどこで作る?
登録するのにお金がかかるのかしら?

A 利用証の発行は無料です。
来館時に本人証明書をご持参ください。
即日発行します!

Q サークルに参加したいけど、
私に合うかどうか心配...
サークル会費も高いのかしら?

A 入会前に1回は無料で見学・体験ができます!
会費は低価格で安心。



Q 女性が多そうだけど、
男性も参加できるのかな?

A 割合はまだまだ少ないですが男性の
利用者の登録も増えています! 東は囲
碁サロンの利用者が特に多いです!

Q 講座やイベントに参加する
にはお金がかかるのかな?

A 無料の講座もたくさんありますが一部
材料費など有料のものもあります。

『楽しい』が
見つかる!
多彩な講座・
イベント

東



すこやかマッサージ&ダンス 背骨コンディショニング体操 ハーバリウム グラスアート 季節の寄せ植え

毎月楽しみ!
大人気の
Higashiの脳トレ

医師による
在宅医療
講演会

百歳
体操

東・南
合同事業
共催事業



ウィンターコンサート 歴史ウォーキング いきいき発表会

南



健康維持シニア体操 けん玉で楽しく運動しよう!! 落語「笑亭快朗」 トールペイント

ちゅうおう
おもちゃ病院

中央区でおもちゃドクター養成講座を修了した人を
中心とした「おもちゃ病院」を毎月開催しています。
・テレビゲームやエアガン、ガスガンなど危険なおもちゃはなせません。
・一部部品代がかかる場合があります。
・大阪市在住の方に限ります。
・原則、お子様と一緒に来てください。

日時 毎月第1土曜日 午後1時~3時
場所 中央区子ども・子育てプラザ
南老人福祉センター2階会議室
問合せ 中央区子ども・子育てプラザ
TEL:06-6213-2171(要予約)



申し込み・問合せ先

中央区東老人福祉センター
☎06-6941-7719

中央区南老人福祉センター
☎06-6213-2172

老人福祉センターでは教室・同好会も行って
いますのでお気軽にお問い合わせください。

☆中央区子ども・子育てプラザってこんなところ☆

子どもたちの自由な遊び、保護者同士の交流、親子のふれあいイベントや講座の開催など、子育てに役立つ様々な情報を提供しています。

つどいの広場事業

☆つどいの広場

親子で一緒に遊べる空間です。開設時間帯はスタッフが常駐しています。
育児相談もできますのでお気軽にご相談ください。

日時 火曜日~土曜日 午前10時~正午、午後1時~3時
参加対象 0歳~就学前までの子どもと保護者

☆乳幼児ルーム

おもちゃを設置し、自由に遊べる部屋を開放しています。
※スタッフは常駐しておりません。

日時 日曜日 午前10時~11時30分、午後0時30分~2時
参加対象 0歳~就学前までの子どもと保護者

親子での利用はもちろんのこと、おじいちゃんやおばあ
ちゃんとお孫さんの利用も大歓迎です!

祖父母の参加可能な講座の一例をご紹介します。

絵本の読み聞かせ エンジョイえいご おんがく遊び など
大体30分~40分程度の講座がございますので、ぜひご参加ください。

児童健全育成事業

児童の遊び場は和室と軽運動室で行います。人気
の遊びは、カードゲーム・エアホッケー・シール作り
など。ボール遊びも少しずつ解禁しています。

日時 火曜日~金曜日 午後3時30分~5時
土曜日・日曜日 午前9時~正午、午後1時~4時30分
※長期休みは土日の時間帯での利用

参加対象 小学生・中学生・高校生



保護者の方は送迎のみとなっております。
イベントや講座に関しては親子講座を実施していることもあります。

ファミリー・サポート・センター事業

“ファミリー・サポート・センター事業”って
何?? 子育てを援助してほしい人(依頼会
員)と、援助したい人(提供会員)が登録
し、会員同士がお互いに支えたり、支えら
れたりする子育ての相互援助活動です。



依頼会員 概ね生後3か月~10歳未満の子ども
がいる中央区にお住まいの方

依頼利用料 1時間 800円~900円
他に交通費、食費、おやつ代などが
実費負担になります。

提供会員 子どもを預かることのできる中央区に
お住まいの方※資格や経験、男女を問いません
が講座受講が必要です。

お問合せ先

来館前に必ず電話予約及び事前相談をお願いいたします。
☎06-6213-2170(火~日:9時~17時30分 ※月曜・祝日・年末年始は休館)

場所

中央区子ども・子育てプラザ内
(中央区島之内2-12-6)

また、世代間交流など南老人福祉センターとの
共催講座などもあります。

例 ミニ夏祭り、伝承遊び、おもちゃ病院、
将棋大会など



講座やイベントの参加だけでなく、ボランティアとして参加して
くださる方もいらっしゃいます。

例 おもちゃ病院のおもちゃドクター ※養成講座受講が必要
将棋大会の判定員・子どもとの対局ボランティア など



ふれあいセンターもも こんな場面でつながっています!

お問い合わせの電話・FAXはこちら

TEL:6763-8139 FAX:6763-8151

●老人福祉センター編
(生活相談)

そうですね!
一度お話しに
伺います!

サポート内容

- ・高齢者の総合相談
- ・介護保険申請のサポート
- ・地域福祉コーディネーターの見守り
- ・認知症高齢者等見守りメールの登録

問合せ先 中央区地域包括支援センター/見守り相談室

●老人福祉センター編
(ボランティア)

いいですね!
お話しを伺うときに一緒に活動を
相談できればと思います!

サポート内容

- ・ボランティア活動の紹介(カテゴリー紹介)
- ・活動部門/清掃、子ども食堂、外出支援、学習支援、子育て支援、スポーツ、野外活動など
- ・パフォーマンス部門/楽器演奏、合唱、手話など

問合せ先 中央区ボランティア・市民活動センター

毎月
ボランティアに
関する情報を
発信しています!

詳しくは
こちら



●子ども・子育てプラザ編
(ボランティア)

ありがとうございます!
今将棋の相手をして
くれるボランティアを
探しているところでした!

サポート内容(ボランティア紹介)

- ・講座中の子どもの見守り
- ・イベントの飾り付け
- ・各講座のお手伝い(内容は要相談)など

問合せ先 中央区ボランティア・市民活動センター

●子ども・子育てプラザ編
(子どもの居場所)

ありがとうございます!
お住まいの地域など
お聞きしてからご提案
させていただきます!

サポート内容

- ・子育てサロン、子育てサークルの紹介
- ・つどいの広場、乳幼児ルームの紹介など
- ※詳しくは上記をご確認ください!

問合せ先 ふれあいセンターもも/中央区子ども・子育てプラザ