

# 中央区ボラセ♥ンだより

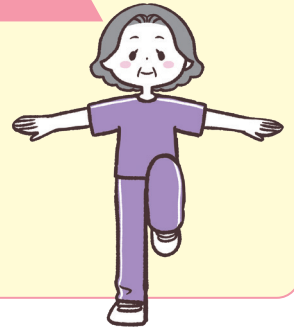


2026年  
4月・5月  
合併号  
vol.88

イベントボランティア募集 ヘルスチェックの測定ボランティアを募集します！

## ヘルスチェックとは…

健康状態や体力を把握し、日ごろの生活から食事の工夫や運動への意識づけをおこなうことで、健康維持につなげる取り組みです。実際に、体組成や運動機能を測定し、専門職による健康相談などができるブースを巡回してヘルスチェックをおこないます。



**内容** 受付・ヘルスチェックブースでの測定  
(体重・身長測定、歩行チェック、片足立ちチェック等)

**日時** 令和8年 5月18日(日) 午後1時30分～3時

**場所** J:COM中央区民センター(ホール)  
住所 大阪市中央区久太郎町1丁目2-27



**募集人数** 10名

**対象** 活動当日と下記の事前体験会に参加できる方

**締切り** 4月30日(木)

**持ち物** 水分補給ができるもの・動きやすい服装

**申込・問合せ** 中央区ボランティア・市民活動センター(小山・渋谷)  
TEL 06-6763-8139



**事前体験会**

※活動当日の流れや活動内容を事前に体験いただけます。

**日時** 令和8年 5月12日(火) 午前9時30分～11時30分

**会場** 桃谷会館 **住所** 大阪市中央区上本町西2-5-25





デイサービスで

「夢楽らいぶ」一座

あったかい手オールスターズ



## Lastパフォーマンスを開催しました!

2月12日~20日の間で、ふれあいセンターもも2階デイサービスでボランティアグループによるLastパフォーマンスを開催しました。

当日は、ボランティアさんによる音楽やマジックを披露し、利用者も楽しく過ごされていました。

デイサービスでのパフォーマンスありがとうございました!これからもふれあいセンターももをよろしくお願いたします。  
中央区在宅デイサービスセンターのご利用は令和8年2月末で終了しました。



おもしろマジック倶楽部

みんなでオカリナを楽しむ会

DuoAK

### エコキャップ 仕分け活動 がらくたかい 「我楽多会」

次回活動日(予定) 4月11日(土) 5月9日(土)

時間 午後1時30分~3時30分

場所 ボランティア・市民活動センター

交通費 なし



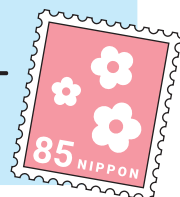
### 古切手ボランティア

次回活動日(予定) 4月7日(火) 5月12日(火)

時間 午後1時30分~3時30分

場所 ボランティア・市民活動センター

交通費 なし



### ボランティア登録受付中!

ボランティア活動したい!こんなことしてみたいな!  
などボランティア活動に興味・関心のある方は  
下記「中央区ボランティア・市民活動センター」までお問い合わせ  
ください!



### LINEお友達募集中!

中央区社会福祉協議会公式LINEです!ふれあい  
センターもも、老人福祉センター、  
子ども・子育てプラザなどから  
情報を発信しています!右記の  
二次元コードからご登録ください!

公式LINE



発行

中央区ボランティア・市民活動センター 大阪市中央区上本町西2-5-25

TEL 06-6763-8139

FAX 06-6763-8151

MAIL tiiki@eos.ocn.ne.jp

