

中央区社協
キャラクター
ももつぴい

中央区

社協だより

2026年
8月 VOL. 79

令和8年8月4日(火)発行

ふれあいセンターもも

Autumn volunteer

秋のボランティア体験

参加者
募集

この秋はボランティアにチャレンジしてみませんか？

新たな「出会い」や「発見」を通して素敵な秋の思い出をつくりましょう！



①区民まつりでの区社協ブースのお手伝い

日時	10月18日(日) 11時～15時30分
内容	ゲームコーナー等のお手伝い(予定)
場所	史跡難波宮跡 (中央区法円坂1)
定員	各5名(先着順) 午前の部: 11時～13時 午後の部: 13時30分～15時30分



締め切り 10月13日(火) 申込み TEL06-6763-8139(担当:ボランティア・市民活動センター)

②大阪城近辺でクリーンアップボランティア

日時	10月24日(土) 午前9時～10時※雨天延期 振替日: 10月31日(土)
内容	大阪城周辺の清掃活動及び花壇の手入れ
場所	城見緑道公園(中央区城見1-1)
定員	15名(先着順)



CoCoネットフェスタ

～コミュニケーションとコミュニティで地域の支え合い～

参加費
無料

日時	令和8年9月15日(火)14時～16時(受付開始13時45分)
場所	J:COM中央区民センター2階ホール (大阪市中央区久太郎町1-2-27)
内容	1部:若年性認知症講演会 (NPO法人認知症の人とみんなのサポートセンター 代表理事 沖田裕子氏と当事者) 2部:体験コーナー 主催:CoCoネットちゅうおう(中央区認知症高齢者支援ネットワーク) 共催:大阪市中央区家族介護支援事業
問合せ	中央区地域包括支援センター TEL 06-6763-8139 中央区北部地域包括支援センター TEL 06-6944-2116

大阪・関西万博に
出展していた企業の
介護予防機器を
体験できます

中央区メンズクラブ

～一流を目指す男の健康講座～

今回は男性限定の料理教室。無理のない範囲で
新しい自分に挑戦する姿勢を応援します。

日時	8/17(月)9/14(月)10/19(月) 11時～13時
内容	健康体操と簡単な調理
対象	60歳以上の男性
参加費	500円～1,000円程度(内容により異なる。保険代含む。)
申込・問合せ	中央区社会福祉協議会 TEL 06-6763-8139 生活支援コーディネーター 御木、福井、岩村



詳細はこちら！



令和8年度 高齢者福祉月間事業のご案内

いずれも中央区民の方が対象で、必ず申し込みが必要です



金婚夫婦観劇会

結婚50年を迎えられるご夫婦を
「なんばグランド花月」にご招待します

(協力:吉本興業株式会社)

対象	昭和50年9月1日～昭和51年8月31日の間に 結婚された区内在住のご夫婦
とき	9月15日(火)11時00分開演 (9時30分より受付・撮影)
定員	40名(20組) 【申込み多数の場合抽選となります】
内容	観劇、記念撮影、お祝い品贈呈など
記入事項	「金婚夫婦観劇会」と明記のうえ、 ●ご夫婦の氏名(ふりがな) ●住所 ●婚姻年月日 ●電話番号 をハッキリとご記入ください。

※記入内容に不備がある場合申込みを無効とさせていただきます場合があります。

敬老観劇会

「なんばグランド花月」にご招待します

(協力:吉本興業株式会社)

対象	70歳以上の区民 (2人まで同時申込み可能。 いずれも70歳以上の方に限る) ※おひとりでも申込み可能です。
とき	9月29日(火)19時00分開演 (18時00分より受付)
定員	50名【申込み多数の場合抽選となります】
記入事項	「敬老観劇会」と明記のうえ、 ●申込者全員の氏名(ふりがな) ●住所 ●年齢 ●電話番号 をハッキリとご記入ください。

※記入内容に不備がある場合申込みを無効とさせていただきます場合があります。



記入例

5420062
中央太郎 宛
中央区上本町西2-5-25
昭和00年0月0日
電話番号

金婚夫婦観劇会
ちゅうおうたろう
中央太郎
ちゅうおうももこ
中央桃子
中央区上本町西
2-5-25
昭和00年0月0日
電話番号

5420062
中央太郎 宛
中央区上本町西2-5-25
敬老観劇会
ちゅうおうたろう
中央太郎
ちゅうおうももこ
中央桃子
中央区上本町西
2-5-25
太郎〇〇歳 桃子〇〇歳
電話番号

お申込み方法

いずれも往復はがきでお申込みください。(※重複申込不可)

往信用 はがきの裏面に記入事項を、返信用 はがきの表面に代表の方の住所・氏名をご記入のうえ、

8月20日(木)〈必着〉までに直接下記へお申込みください。

お申込み先

〒542-0062 中央区上本町西2-5-25 ふれあいセンターもも
社会福祉法人 大阪市中央区社会福祉協議会 ☎06-6763-8139

\\ 大人も!子どもも!みんなで学ぶ! /

“福祉教育”体験してみませんか?

ふれあいセンターももでは、車いす体験・アイマスク体験・高齢者疑似体験などの『福祉教育』をおこなっています。福祉学習を通じて、高齢者や障がい者の方々への理解を深め、お互いに「助けあい」「支え合って」生きていくことの大切さを学びます。学校・地域・企業のみならず、「相手の気持ちを知る」「支え合う大切さを学ぶ」きっかけとして、ご活用いただいています。また、福祉教育のお手伝いをしてくださるボランティアさんも募集中です。体験希望、ボランティア参加、どちらもお気軽にお問い合わせください。



講師の調整や
プログラムの企画・実施を
お手伝いします!



車いす体験のようす



アイマスク体験のようす

認知症サポーター & キャラバン・メイト

認知症サポーターとは…認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者」のことです。

キャラバン・メイトとは…「認知症サポーター養成講座」を企画・開催し、認知症サポーターの育成を担う、所定の研修を修了した講師役のボランティアです。

\\ 活動のきっかけや伝えたいこと /

ボランティアを始めたきっかけは西日本豪雨災害でした。そして仕事で高齢者と接することが多く家族から相談を受ける中で「認知症」の方が多いことがわかり「認知症サポーター養成講座」を知りました。初めは他区で受講し、制度が変わったタイミングで中央区にて再度受講しました。その後、講師役となる「キャラバン・メイト」の養成研修も受講しました。日々活動をする中で、どの地域でも独居の方が多いと感じています。まずは地域行事などに参加して知り合いを増やし、横のつながりを作ってほしいと思っています。

中央区キャラバン・メイト連絡会

中央区キャラバン・メイト連絡会は、偶数月第2水曜に開催しています。認知症サポーター養成講座・フォローアップ講座の企画、ももカフェの運営を行っています。中央区では、認知症に対する理解を広げていくため、キャラバン・メイトだけではなく認知症サポーターのみなさんにも参加を呼びかけ一緒に活動をしています。



キャラバン・メイト
認知症サポーター
なつが ひでゆき
長栗 英之さん

認知症サポーター養成講座
と き 8月17日(月) 14:00~15:30
と ころ ふれあいセンターもも
定 員 15名(申込み先着順)
対 象 中央区在住・在勤・在学の方
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
TEL 06-6763-8139 FAX 06-6762-8151



交流会も不定期で
開催しています!



連絡会の様子



中央区社会福祉協議会
地域支援担当
TEL 06-6763-8139

中央区社協には
福祉教育推進員が
います!

たすけあう

ききえる

あなたの近くの 身近なボランティアさん

つながる



\\ ボランティアコーディネーターと一緒に考えます! /

ボランティア活動を始めませんか?

「自分の得意なことを活かしたい」「何か地域の役に立ちたい」などそんな思いをボランティア活動で形にしてみませんか。個人で気軽に参加できる活動から、団体・グループで取り組める活動まで、様々なボランティアがあります。中央区ボランティア・市民活動センターでは、ボランティアをしたい人、必要とする人をつなげる役割を担っています。また、自分にあったボランティアを知りたい!どんなことができるの?といったご相談も受け付けています。みなさんの「やってみたい」をぜひボランティア活動で!



音楽ボランティア



読みきかせ
ボランティア



高齢者・障がい者
支援ボランティア

\\ ちょっとお手伝いしませんか? /

「ニコニコ」活動者さん大募集!

中央区にお住まいの高齢者、障がいのある方、子育て中の方を対象に買い物、掃除、外出の付添い、電球交換、水やり、家具の移動など1時間程度の「ちょっとお手伝い」をしてくださる方を募集します。ニコニコできる助け合い活動を一緒に始めませんか?

中央区社会福祉協議会 ふれあいセンターもも

申込先・問合せ 上本町西2-5-25

TEL 06-6763-8139 FAX 6763-8151

活動日時 9:00~17:00(日、祝日除く)

活動対象者 どなたでも

申込み 電話、窓口にて(活動者ボランティア保険要加入350円~)



\\ スマホ操作でわからないことをお助けします! /

地域のスマホサポーター

スマホサポーター養成講座を受講したスマホサポーターが地域で活躍しています。ふれあいセンターももや老人福祉センター、各地域の会館でスマホ相談室を開催しています。日頃のスマホ操作でわからないことをサポーターがお助けします。スマホサポーターの活動に関心のある方、スマホ相談室の開催に関しては、下記にお問い合わせください。

問合せ 中央区社会福祉協議会(地域支援担当) TEL 06-6763-8139



スマホサポーター
養成講座のようす

\\ 次回のスマホ相談室のお知らせ /

日時 令和8年9月15日(火)午前10時~11時30分

①10時~10時30分 ②10時30分~11時

③11時~11時30分

場所 東老人福祉センター(中央区農人橋1-1-6)

内容 メールの送り方・アプリの入れ方・インターネット検索の方法
LINEで写真を保存・送信する方法など...

対象 大阪市内在住の60歳以上の方

申込み・問合せ 東老人福祉センター

TEL 06-6941-7719

例えば...

- ★個人ボランティア
- ★保育ボランティア
- ★音楽ボランティアグループ
- ★子育て支援ボランティアグループ
- ★高齢者・障がい者支援ボランティアグループ

【みんなの絵本の広場】

～お気に入り、みつけた！～

お気に入りの絵本や懐かしい絵本、お子さんやお孫さんに読んであげたい絵本を探しに来ませんか？外国語の絵本や写真集、動物折り紙コーナーもありますよ！

日時 9/4(金)午後1時30分～4時30分
9/5(土)午前10時～正午
午後1時～3時

絵本の会島之内さんによる
絵本の読み聞かせの時間あり

場所 中央区子ども・子育てプラザ 2階

対象 小さいお友達からおじいちゃん
おばあちゃんまでどなたでも

申込み 不要

共催／大阪市立島之内図書館



【音を楽しむコンサート】

～オトノキセキ～



中央区にある相愛中学校・高等学校の吹奏楽部による
演奏を楽しみませんか？

小さい子どもから高齢者まで年代を超えて楽しめる音楽♪

日時 9/12(土) 開場：14時10分 開演：14時30分

場所 J.COM中央区民センター(中央区久太郎町1-2-27)

対象 乳幼児とその保護者及び児童(小中学生)
南老人福祉センター利用者

申込み 8月22日(土)～9月10日(木)まで

申込先 中央区子ども・子育てプラザ利用者
窓口・電話(06-6213-2171)
南老人福祉センター利用者
中央区南老人福祉センターだより9月号をご覧ください。

※学校及び会場へのお問合せはご遠慮ください。

【中央地区募金会】

令和8年1月～3月に実施しました、共同募金テーマ型募金「生活困窮者への食糧支援～食[しょく]と職[しょく]でお困りごとをサポート～」へのご協力ありがとうございました。

中央区内の企業、団体、個人の皆様方からたくさんのご協力をいただきました。

募金総額

277,137円

募金については、フードパントリー等での食糧支援に活用させていただきます。
また、令和8年10月～12月には、赤い羽根の共同募金を予定しています。
ご協力のほどよろしく願いたします。



南老人福祉センター

申込先・問合せ 島之内2-12-6 TEL 06-6213-2172

シニア向けスマホ講座

スマホの詐欺対策

- ・スマホの詐欺のリスクを知る
- ・スマホ詐欺への対策方法を知る

とき 9月11日(金)13:30～15:00

ところ 中央区南老人福祉センター

対象 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要です)

講師 ソフトバンク(株)西日本スマホ推進課スマートフォンアドバイザー

費用 無料

定員 20名(要申込・先着順)

申込み・締切り 電話・窓口にて 定員になり次第終了



歌広場

歌の苦手な人・得意な人・

歌の好きな人集まれ～♪

ピアノの生演奏に合わせて歌いましょう！

おひとり様でも安心してご参加いただけます！

とき 10月13日(火)10:30～11:30

ところ 中央会館(島之内2-12-31)

対象 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要です)

講師 一ノ瀬 美貴子さん

費用 100円(当日徴収)

定員 75名(要申込・先着順)

申込み・締切り 電話・窓口にて 定員になり次第終了



東老人福祉センター

申込先・問合せ 農人橋1-1-6 TEL 06-6941-7719

ウェルネスダーツ体験教室

70歳からでも始められる人気スポーツ！

とき 令和8年10月13日(火)14:00～15:30

ところ 中央区東老人福祉センター

講師 日本ウェルネスダーツ協会

対象 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要です)

費用 無料

定員 18名(要申込・抽選)

申込み 9月15日(火)から電話・窓口にて受付

締切り 10月6日(火)



みんなで歌おう！～あの懐かしいフォークソングをもう一度～

あの人気講座が帰ってきた！歌って元気になろう！改め…

とき 令和8年10月30日(金)14:00～15:30

ところ 中央区東老人福祉センター

講師 佐藤 美弥子 先生

対象 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要です)

費用 無料

定員 50名(要申込・先着順)

申込み 9月15日(火)から電話・窓口にて受付

令和7年度

決算報告

資金収支計算書の内容を報告します。
決算報告の詳細については、
本会ホームページで公表しています。

■収入の部 (円)

会費収入	847,000
寄附金収入	4,012,907
経常経費補助金収入	43,939,180
受託金収入	178,997,046
事業収入	435,813
介護保険事業収入	49,042,303
受取利息配当金収入	1,155,605
その他の収入	2,394,877
施設整備等収入	64,010
その他の活動収入	1,141,800
合計 ①	282,030,541

■支出の部 (円)

人件費支出	209,017,266
事業費支出	46,397,676
事務費支出	21,124,206
共同募金配分金事業費	2,804,970
分担金支出	377,360
助成金支出	3,017,307
負担金支出	613,941
施設整備等支出	7,420,180
その他活動支出	1,107,277
合計 ②	291,880,183

当期資金収支差額合計(①-②)	△ 9,849,642
前期末支払資金残高	119,134,071
当期末支払資金残高	109,284,429

大阪市社会福祉協議会

終活相談事業「将来あんしんエール」

7月1日からスタート！

～元気な今だからこそできる、もしものときの
安心の準備を一緒に考えてみませんか～

どんな相談ができるの？

・身寄りがないので先のことが心配

・もしもの時の備えて
何をすればいいの？

・判断ができなくなった時の
備えてどのようなこと？

・財産の相続の方法は自分で
決めておきたい

・遺言書は作っておいた方がいい？

・自分らしい
「尊厳のある最期」を迎えたい

対象者 大阪市内居住者で、“終活”に関心のある方

相談方法 大阪市立社会福祉センター(天王寺区東高津町12番10号)への
来所・面談。電話・FAXによる予約が必要です。費用は無料です。

相談日時 平日10時～12時、13時～16時(原則1時間) 詳細はこちらから▼

予約受付 受付時間は平日9時～17時

問合せ先 大阪市社会福祉協議会福祉部

TEL:06-4303-4180 FAX:06-6765-5607

