

初心者向け スマホ相談会 「ナニワモバイルお助け隊」

- ◎スマホを買ったものの、使いこなせない…
- ◎QRコードの読み取りってどうするの？
- ◎写真を撮ったり、撮った写真を友だちに送りたい！
- などスマホのお困りごとはありませんか？



相談
無料
要予約

シニアのスマホボランティア「ナニワモバイルお助け隊」にご相談ください。

毎月第2金曜日 【初心者向け】社会福祉協議会スマホ相談会 10:00～11:00

毎月第3火曜日 【初心者向け】浪速区老人福祉センタースマホ相談会 13:30～14:30
(浪速区老人福祉センター 浪速区下寺2-2-12)

両日ともに、定員6名 【要予約】

浪速区社会福祉協議会 ☎06-6636-6027までご予約お待ちしております。



「ナニワモバイルお助け隊」ではスマホボランティアも募集中です。
スマホの簡単な操作ができる方、一緒に活動しませんか？毎月1回、定例会のなかで、スマホボランティア向け勉強会もやっています。
詳しくは浪速区社会福祉協議会までご連絡ください。

シニア男性サークル 「なにわ100男」



浪速区でのシニア男性の居場所づくりサークルができました！
名前は「なにわ100男」。なにわひゃくだんと読みます。
シニア男性の仲間づくり、活躍の場づくりにぜひご参加ください。



5月は「天王寺動物園ブラ歩き」、6月は「お試し健康マージャン」、7月はりそな銀行の「金融詐欺未然防止講座」、8月は「eスポーツでボーリング大会」、9月は明治安田の「健康測定会とフレイル予防講座」を開催しました。

今後ですが
10月は区役所の男性の料理教室とのコラボ 「うどん打ちにチャレンジ！」(予定)
11月27日(木) 10:00～ 「第1回・健康ウォーキング」(予定)
12月25日(木) 10:00～ 「健康マージャン講座」などを計画中です。

要予約

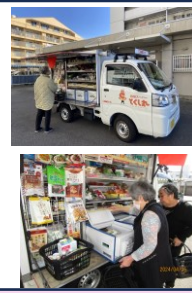
浪速区在住・60歳以上・電話連絡が可能な方が対象となります。
詳しくは浪速区社会福祉協議会 ☎06-6636-6027までご連絡ください！

買い物支援 「移動スーパー とくし丸」

事前注文
可能です

立葉地域の大浪橋住宅集会所前に、毎週木曜日の14:00から移動スーパー「とくし丸」がやってきます。

どなたでもご利用いただけますのでお近くの方はのぞきにきてくださいね！



社会福祉法人 大阪市浪速区社会福祉協議会

☎556-0011 浪速区難波中3-8-8 浪速スポーツセンター1階

☎(06)6636-6027 FAX(06)6636-6028

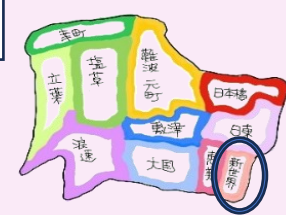
なにわええまち通信 (浪速区生活支援コーディネーターだより)

2025年度
12号

浪速区は大正14年4月1日に南区(現中央区)から区分によって誕生し、令和7年には区制100周年を迎えます！
歴史ある浪速区は、11地域に分かれており、各地域にシニア世代の方々が集う場があります。
そんな各地域の魅力ある集いの場を順次ご紹介します！

新世界の集いの場

新世界老人憩の家



新世界地域ではふれあい型高齢者食事サービスと、百歳体操を開催しております。百歳体操は体操後に、第2火曜日は脳トレ、第4火曜日はヨガもやっていて大変、好評です！

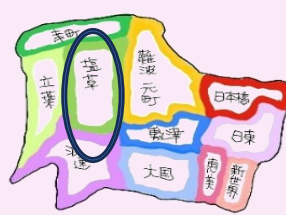
また、年2回ほど、ふれあいお楽しみ会も開催しています。
9月に、地元で活動されている歌手や、ギター演奏者をお呼びし、コラボコンサートを開催しました。

全て、事前の申し込みが必要となりますので、新世界老人憩の家までご連絡ください。



塩草の集いの場

塩草連合老人憩の家



塩草のふれあい型高齢者食事サービスは、偶数月は第1と第3水曜日、奇数月は第1水曜日に開催しています。

また奇数月の第3金曜日にはお誕生日会を開催。お祝いムードに包まれます！
ふれあい喫茶の「にこにこ」では手作りのミックスサンドとミックスジュースが大人気！！おいしいですよ～。



毎週火曜日に開催している百歳体操では、最終火曜日に歌やゲームを楽しみながらお茶会をしていて、楽しい時間を皆で過ごしています。
塩草地域のみなさま、事前予約がいるものもありますが、お気軽におこしくださいね！



社会福祉法人 大阪市浪速区社会福祉協議会

なにわええまち通信

(浪速区生活支援コーディネーターだより)

2025年度
11号

浪速区は大正14年4月1日に南区(現中央区)から区分によって誕生し、令和7年には区制100周年を迎えます！

歴史ある浪速区は、11地域に分かれており、各地域にシニア世代の方々が集う場があります。

そんな各地域の魅力ある集いの場を 順次ご紹介します！



恵美の集いの場

恵美会館

要連絡



恵美会館では**元気はつらつ教室**と**百歳体操**を開催。百歳体操後にはラジオ体操も行っていますよ。体操後はお楽しみのお茶会。お茶を飲みながら、和気あいあいとお話しをしています。地域のお得な情報交換の場となっていて、次回の予定を確認しあうのも恒例です。また、月に1回ほど百歳体操の後に椅子に座ってできるヨガも開催します。今後も皆さんに喜ばれるような企画を考えていますので恵美須西地域にお住いの方、お気軽に恵美会館までお問い合わせください。



恵美会館の**ふれあい型高齢者食事サービス**ではみなさん仲良く、楽しくお食事しながらお話しされています。年2回ほど保育園児との交流会もあります。

要連絡



ふれあい喫茶「ほほえみ」はどなたでもご参加いただけます。他地域からも来られていますよ。明るく華やかな雰囲気の中、たくさんの方がお話しを楽しまれています。おすすめはアラジントースターで焼くサクサクトースト。おいしいですよ！

恵美グランド

要連絡



グランドゴルフ：広い恵美グランド全面を使うので良い運動になります。年1回連合の大会もありますよ！無理せず、各自のペースでできるので、恵美須西地域にお住まいで興味のある方は恵美会館までお問い合わせください。

生活支援コーディネーターからのお知らせ



浪速区でのシニア男性の居場所づくりサークルができました！
名前は「**なにわ100男**」。なにわひゃくだんと読みます。
シニア男性の仲間づくり、活躍の場づくりにぜひご参加ください。

詳しくは浪速区社会福祉協議会 生活支援コーディネーター
(06) 6636-6027までご連絡ください！



日東の集いの場

日東老人憩の家・浪速区老人福祉センター

日東老人憩の家では、身近な相談窓口として「地域福祉サポーター」がお話をうかがいます。浪速区民やそのご家族を対象に車椅子の貸し出しも行っています。常時駐在ではありませんので不在の場合は下記、社会福祉協議会までご連絡ください。

浪速区老人福祉センターでは、**百歳体操・元気はつらつ教室**などを開催しております。詳しくは館内設置の浪速センターだよりをご覧ください。浪速区社会福祉協議会の公式ホームページや公式LINEでも発信しております。



要連絡

日東雲井橋会館

要連絡



雲井橋会館では、**ふれあい型高齢者食事サービス**（日東在住65歳以上）と、**ふれあい喫茶「愛」**を開催しています。明るく和やかな雰囲気の中、皆さんお食事とお話しを楽しまれています。

「愛」のおすすめはミックスジュース。ほとんどの方が注文されますよ！

食事サービスは事前予約が必要ですが、喫茶はどなたでもご利用できます。お気軽にお越しくださいね。

日本橋南振興町会集会所



要連絡



日本橋南振興町会集会所では、**ふれあい型高齢者食事サービス**（日東在住65歳以上）や美味しいカレーを提供する「**あじさい**」、**百歳体操**や**元気はつらつ教室**を開催しています。皆さん笑顔で参加されていますよ！



集う場「にちなんサロン」



毎週火曜日10時から日本橋南振興町会集会所にて開催しております。第1火曜は大正琴、第3火曜はピアノ演奏があります。コーヒーや紅茶を飲みながら、お話しませんか？誰かと話すことで日ごろのストレスが発散されるかも！方言ラジオ体操もおすすめです。お気軽にお越しくださいね。

日本橋5丁目住宅東集会所

毎週火曜日の**百歳体操**では口腔体操も組み合わせてやっています！不定期ですがカラオケなどもやっていますよ！終わった後には近所の喫茶店でお話しするのも楽しみの一つです。

要連絡



日本橋西振興町会集会所



ふれあい喫茶「そよかぜ」

美味しいコーヒーや紅茶、ジュースを各100円にてご用意しております。音楽を聴きながら、楽しくおしゃべりしませんか？どなたでも大歓迎です！



社会福祉法人 大阪市浪速区社会福祉協議会

☎556-0011 浪速区難波中3-8-8 浪速スポーツセンター1階

☎(06)6636-6027 FAX(06)6636-6028