

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！)

2024年
9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！

そんな歴史ある浪速区は、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。

今号から各地域の魅力ある集いの場を
順次ご紹介します！



元町

100歳体操は80代の方が多いで、65歳～70代の方のご参加お待ちしております！

食事サービス（有料）は現在40名の利用者さんが登録中。お弁当、おやつ、手作りのみそ汁付き。食後は、感染症予防に留意しながら、みんなで楽しく歌ったり踊ったりしていますよ。

元町地区の老人会「元友会」ではバス旅行などの楽しい企画や玉方などを開催しております。どうぞ怖がらずに（笑）のぞいてみてくださいね！

連絡先

元町老人憩いの家
(地域の相談窓口)

06-6645-1283

浪速区老人クラブ連合会
事務局 06-6643-0792



難波

浪速区スポーツセンター 1階

食事サービス
(有料)

お弁当と手作りのみそ汁付き。食後にコーヒーとお菓子が付きます。警察からの情報や、区役所からのお知らせなどためになるお話も聞けますよ！ご参加お待ちしております。



百歳体操

イスに座り、映像を見ながらゆっくりとした動きの体操をします。体調に合わせて、イスの背もたれを使い立ち上がったような体操もあります。いつでも元気に動けるよう一緒に楽しく体操しましょう！！



連絡先

浪速区社会福祉協議会
地域支援担当 06-6636-6027

日本橋

日本橋連合会館では百歳体操の後に、ラジオ体操をやっていきます。ラジオ体操後には、皆さんお楽しみのお茶会。95歳の方も参加して下さっていますよ。

最大35名が登録している食事サービス（有料）は、お弁当と地域の方の手作りみそ汁付き。季節のイベントごとに赤福やチョコレートなどのプレゼントがあります。ご近所さんが集まって一緒に食事をする楽しさを知っていただきたいです。日本橋振興町会集会所では毎月2回ふれあい喫茶（グーチョコキバー）も開催しています。お気軽にお越しください！



連絡先

日本橋連合会館 (地域の相談窓口)
06-6645-1283



編集後記

どちらのサポーターとも地域の方が楽しく過ごせるよう工夫して企画されています。どの活動に参加してサポーターさんが笑顔で迎えてくださり楽しいひとときが過ごせますよ。私たちも時々参加させていただき楽しい時間をすごしています。



問い合わせ先

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

元日本橋小学校

★パソコンクラブ★



30年くらい前から活動しています。現在は11～12名ほどが集まりパソコンだけでなくスマホの相談も受け付けています。お気軽にお越しください！

★陶芸★

土をこねて好きなものを作ります。お茶碗や湯呑、一輪挿しなど、土に触れると癒されますよ！ぜひご覧ください。



コーラス

★わたぼうし★
童謡、唱歌、懐かしの名曲を仲間と一緒に歌ってあげませんか。あなたのお話を待っています！



連絡先

生理学習ルーム事業担当
06-6647-9743

日本橋ふれあい喫茶グーチョコキバー

皆さんの憩いの場です。コーヒー、紅茶に毎月工夫をこらしたお菓子つき。どなたでも参加OKです！



連絡先

浪速区社会福祉協議会 地域支援担当
06-6636-6027



今号から浪速区にある通いの場を紹介していきます。食事サービスや喫茶、体操や趣味の集まりなど、地域を豊かな居場所に参加してみませんか？最初はなかなか勇気が... どの方は浪速区社協までお電話ください！お近くの居場所まで一緒に行きます。お出かけするのに良い季節です。地域の居場所へ let's go!!



難波

元町

日本橋

の通いの場を紹介します

GoGo

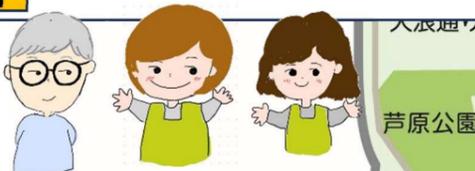
※各地域の高齢者食事サービスは65歳以上で事前申し込みが必要です。社協地域支援担当(06-6636-6027)までお問い合わせ下さい。昼食代は別途いただきます。



1 難波地域集会所 難波中3-8-8 (浪速スポーツセンター1階)

ふれあい型 高齢者食事サービス 毎月第3(水) 12:00~

百歳体操 毎週(月・金) 14:30~



※各地域の百歳体操は60歳以上の方が対象です。参加希望の方は浪速区保健センター地域派遣活動担当(06-6647-9968)までお問い合わせください。

2 元町老人憩いの家 元町3-9-16

ふれあい型 高齢者食事サービス 毎月第2(木) 11:30~

百歳体操 毎週(月・木) 13:30~

いすヨガ 毎週(火) 11:00~



3 難波元町西会館公園の家

元町2-14

元気はつらつ教室 (介護予防教室) 第4(火) 13:30~

※各各地域の元気はつらつ教室は65歳以上の方が対象です。参加費は無料。参加申し込みは社協介護予防担当(06-6636-6027)までお問い合わせください。



日程等は諸事情により変更される場合があります。



4 日本橋連合会館 日本橋西1-8-18

ふれあい型 高齢者食事サービス 第3(水) 13:30~

百歳体操 毎週(月・木) 13:30~

元気はつらつ教室 (介護予防教室) 第3(火) 11:30~



5 元日本橋小学校 日本橋3-2-27

パソコンクラブ 第3(金) 19:00~

コーラス わたぼうし 第2、第4(土) 14:00~

陶芸教室 第2(火) 13:00~16:00



元日本橋小学校での集いの場は社協生活支援担当(06-6636-6027)までお問い合わせください。

6 御蔵跡振興町会事務所 日本橋東1-1-8

御蔵跡振興町会レトロな「おしゃべりサロン」 おくらと

第2、第4(金) 13:00~15:00



7 日本橋振興町会集会所 日本橋5-16-43

ふれあい喫茶 グーチョコパー 毎月第1・3(土) 13:00~15:00

