

# いちよう学園 受講生募集!

毎年開催している講座です。  
以前に受講された方もお気軽にご参加ください。

**東淀川区 老人福祉センター**  
淡路4-1-6  
申込み・お問い合わせは  
**TEL.6322-0173**

## 高齢者の生きがいと健康づくり推進事業 熱闘!! ボウリング大会 参加者募集!



**9/13 金**  
ラウンドワン  
東淀川店 3階にて  
**10:15集合**

**内容**  
ボウリング2ゲーム  
★入賞・飛び賞賞品あり

参加費...1,640円  
(ゲーム代・貸靴代・保険代)  
※靴をご持参の方は1,260円  
※ラウンドワンの会員の方は100円引き

定員...20名(先着順)  
申込...来館にて8/15(木)~  
受付参加費を添えて

**対象** 市内在住の60歳以上の方

一緒に  
楽しみませんか!

**日時・内容** (3回以上出席された方に修了証をお渡します)

1	9/17 火	●開講式 ●「老人クラブについて」のお話
2	9/24 火	●健康講座「チューブでゆったりストレッチ」
3	10/1 火	●靴と健康「足の骨格に合わせる靴選び」
4	10/8 火	●社会見学「パナソニックミュージアム」
5	10/15 火	●「ボランティア活動について」 ●修了式

### 参加費無料

(ただし社会見学時の  
交通費などは実費負担)

**場所**...④以外は、  
東淀川区老人福祉  
センターにて開催

現地  
集合

**時間**...13:30~

**定員**...50名(先着順)

**申込**...電話または来館にて  
8/15(木)~受付

※内容は、一部変更する場合があります

**対象** 市内在住の60歳以上の方(センターの利用証をお持ちでない方は、ご連絡ください)



## カフェ「オレンジドーナツ」(第21回)を開催します!

地域にお住まいの方の交流の場です。  
どなたでもお気軽にご来店ください!

当日は、「介護予防についてのお話・簡単な運動のご紹介」(13:30~14:00)やモールのマスコットづくり(随時)などの楽しいイベントを予定しています!

介護や福祉の専門相談もできます。介護や介護している家族の相談をしたい方、認知症の相談をしたい方など、お気軽にお越しください!



メニューは  
コーヒー・紅茶・  
ジュースなど  
一律200円!

ドーナツ1個  
ついてます!  
※品切れの際は  
ご了承ください

お問い合わせ...東淀川区キャラバン・メイト連絡会事務局(区社協内)  
(前日まで)TEL.6370-1630 (当日は)TEL.6326-6700

**日時** 10/5(土)13:00~16:00  
**場所** 特別養護老人ホーム  
「ともしび」(東中島5-19-3)



## 「認知症サポーター養成講座」参加者募集!

講座を受講することで「認知症」を正しく理解し、誰もが安心して暮らせる地域を目指す取り組みです。ぜひご参加ください。

日時	場所	申込締切
① 10/18(金)	つどいホール(淡路3-13-37)	10/11(金)
② 12/6(金)	区在宅サービスセンター ほほえみ(菅原4-4-37)	11/29(金)
③ 2/15(土)	ビハラーこのみ園(菅原7-15-14)	2/7(金)

※時間は、いずれも 14:00~15:30 ※開催日の正午時点で、大雨等の警報が発令されている場合は中止します。

**内容**  
① 症状と治療・予防  
② 本人や家族への接し方  
③ 認知症サポーターの役割  
④ 身近な相談窓口など

定員...各会場30名(先着順)  
※定員を超えた場合のみ、お断りのご連絡をいたします。  
◎希望日を選択し、下記の事務局まで電話でお申し込みください。

参加費無料

申込み・お問い合わせ...東淀川区キャラバン・メイト連絡会事務局(区社協内) TEL.6370-1630 FAX.6370-7330

## 日頃から災害に備えましょう!

集中豪雨や大きな台風・地震の発生が心配です。いざというときに備え、学校等の避難場所や経路を確認し、防災対策グッズなども準備しておきましょう!

避難場所が遠い場合は、高齢の方や障がいのある方などは避難に時間がかかります。近隣の安全なマンション等に一時的に避難できるよう、あらかじめ場所を確保しておくことも大切です。また、風雨の激しいときに避難するのはかえって危険ですから、早めの避難を心がけましょう。安全が確保されているなら自宅待機も避難方法のひとつです。

## 「不大阪市防災アプリ」をご利用ください!

「大阪市防災アプリ」の主な機能

- ① 災害情報の取得
- ② 避難場所や経路の表示
- ③ 家族などへの安否メールの送付
- ④ 居場所を知らせる防災ふえ
- ⑤ 災害伝言板のご利用その他



お問い合わせは...  
**社会福祉法人 大阪市東淀川区社会福祉協議会**  
〒533-0022 大阪市東淀川区菅原4-4-37  
東淀川区在宅サービスセンター「ほほえみ」内  
●月~金曜/9:00~19:00 ●土曜/9:00~17:30  
●休館日/日曜、祝休日、年末年始(12/29~1/3)  
TEL.6370-1630 FAX.6370-7330  
「ほほえみ」は菅原2 交差点の北西角にあります。

賛助会員・ボランティア活動・地域活動・介護予防事業・生活福祉資金・共同募金等に関する事は上記の電話番号までご連絡ください。

※「ほほえみ」へのアクセスはバスのご利用が便利です!(駐車場は障がい者専用枠1台のみ)

