

2025年3月

生活支援コーディネーター

～ささえあいの地域づくりを目指して～

ニュース

第1層(豊中市域)

第2層(日常生活圏域)

第3層(小学校区)

発行 社会福祉法人 豊中市社会福祉協議会 地域支援課

〒561-0881 豊中市中桜塚 2-29-31 豊中市地域共生センター東館 2F ☎ 06-6848-1279

健康マージャン教室

令和6年12月から
蛍池老人憩の家にてスタート。

「飲まない」「吸わない」「賭けない」をモットーに、牌の種類を覚えて少ない組み合わせを集めるところから始めるので初心者がイチからスタートするのに最適な教室になっています。マージャンは手指を動かして思考力や創造力、記憶力、コミュニケーション能力が上昇するといわれています。マージャンをやったことがない人は一度挑戦してみませんか。

開催期間:4月8日(火)から毎月第2・第4火曜日
(全8回)を予定

場所:蛍池老人憩の家(蛍池駅下車すぐ)
蛍池中町3-2-1 ルシオーレ北館4階

講師:石端伸次郎さん
(大阪麻雀連合会理事長)

参加費:2,000円(8回分)

定員:16名



健康コーラス 「アンダンテ」



初心者向けのコーラスグループです。
体操や呼吸法などやさしい発声練習からはじめて、
ゆっくり楽しく歌いましょう。

実施日:毎月第3火曜日

場 所:大塚会館(岡町南2-6-10)

会 費:月100円(保険代)



歌って元気にうたごえ広場

令和6年1月から隔月でうたごえ広場を開催しています。会場は創立60年の歴史を持つ喫茶店「ベルウッド」です。生ピアノとギターに合わせてオールディーズのナンバーを歌います。楽器のできる方も大募集。歌いながら健康づくり仲間づくりを行っていきます。ぜひご参加ください。

次回:4月26日(土) 13時~15時

ベルウッド(本町1-12-12)

参加費:1,000円(ワンドリンク付き・会場代)



多文化共生ボランティア (タブボラ)に参加しませんか。

豊中には約7000人の外国にルーツのある方がいます。
地域でちょっと外国人の相談にのったり交流できる「ホストファミリー」ならぬ「フレンドファミリー」を募集します。

○帰国子女の方

○海外赴任の経験のある方 一緒にください。

学びながら、ネパール、フィリピン、ベトナム、ウクライナ等の地域の親子と交流・サポートしていきます。



現在40名のメンバーがグループに分かれサポートを企画しています。

お問い合わせは市社協地域支援係 ☎ 06-6848-1279

ぜろ フレイル0作戦!

★身近な場所でみんなで体操をしませんか? ～ぐんぐん元気塾～



	主催	活動日	活動時間帯	活動場所
1	大池地区社会福祉協議会	毎週月	10:00~11:00	本町会館
2	刀根山校区福祉委員会	毎週水	14:30~15:10	刀根山小学校北館1F多目的教室
3	桜井谷地区社会福祉協議会	毎週木	10:00~11:00	桜井谷会館
4	螢池校区福祉協議会	毎週木	10:30~12:00	螢池老人憩の家
5	箕輪校区福祉委員会	第1~4土	13:30~14:30	箕輪小学校多目的室
6	野畑校区福祉委員会	第1~4月	13:00~14:30	向丘住宅集会所
7	上野地区社会福祉協議会	毎週木	10:15~11:30	堀田会館
8	少路校区福祉委員会	毎週金	10:30~11:30	緑丘会館
9	北緑丘校区福祉委員会	第1土・第2~5金	10:00~12:00	北緑丘団地22号棟集会室
10	東豊中校区社会福祉委員会	第1~4金	9:30~10:30	東豊中第2団地集会所大洋室
11	東豊台校区福祉委員会	第1~4木	10:00~12:00	シャレール東豊中集会所
12	上新田地区社会福祉協議会	第1~4金	13:00~14:00	竹林会館
13	西丘校区社会福祉協議会	第1~4木	10:00~11:00	西丘コミュニティセンター集会室
14	南丘校区福祉委員会	第2・4木	10:00~11:00	豊千南会館集会室
		第1・3木	13:30~14:30	
15	北丘校区福祉委員会	毎週水	13:00~14:00	北町会館2階
16	東泉丘校区福祉委員会	毎週木	10:00~11:00	永寿園とよなか
17	桜塚校区福祉委員会	毎週水	10:00~11:00	くらしかん
18	南桜塚校区福祉委員会	毎週木	①10:00~11:30 ②13:30~15:00	南桜塚会館
19	克明校区社会福祉協議会	毎週水	10:00~11:30	人権平和センター老人憩の家
20	熊野田校区福祉委員会	毎週火	14:00~15:00	おひさまこ保育園
21	泉丘校区福祉委員会	毎週水	10:00~11:00	アルビス旭丘中央集会所
22	緑地校区福祉委員会	毎月第1・2・4水、20日	10:00~11:00	長興寺会館 集会室
23	北条校区福祉委員会	毎週木	10:00~12:00	北条西会館
		毎週水	13:30~14:00	若竹中自治会館
24	小曾根校区福祉委員会	毎週火	9:30~11:30	南郷の家
25	寺内校区福祉委員会	毎週水	10:00~10:30	寺内会館 和室
26	豊南校区福祉委員会	第1・3火・第4水	10:30~11:30	豊南会館
27	高川校区福祉委員会	毎週水	10:00~11:00	高川センター
		毎週金(第3除く)	10:00~11:00	高川会館
28	原田校区福祉委員会	毎週木	13:30~14:30	大塚会館
29	中豊島福祉推進協議会	毎週月	10:00~11:30	服部地域福祉活動支援センター
30	豊島北福祉委員会	毎週月	10:30~11:30	豊島北老人憩の家
31	豊島西校区福祉委員会	毎週木	13:00~15:00	上津島センター2階集会室
32	豊島校区福祉委員会	毎週水	10:00~11:40	服部南センター
33	島田校区福祉委員会	毎週木	13:00~13:30	島田センター 3階
34	野田校区福祉委員会	毎週火	10:30~11:30	市営野田第2住宅集会所
		毎週木	10:00~11:00	庄内東センター
35	庄内西校区社会福祉協議会	毎週火・金	10:30~11:30	庄本複合施設2F
36	庄内南校区社会福祉協議会	第1~4月	13:30~14:30	島江大黒会館



週1回、下肢筋力を維持する
「とよなかパワーアップ体操」などを
実施しています。

【問合せ】 地域支援係 ☎06-6848-1279

ちから わざ おもい
あなたの**力・技・思い**地域で生かしてみませんか？

★ボランティア活動してみませんか？

・とよなか地域ささえ愛ポイント事業

65歳以上の方が福祉施設や地域でのボランティア活動を行うことでポイントが貯まり、活動支援金として交換できます。まずは説明会にお越しください！

日 時：第1月・第4火10時～12時

場 所：豊中市すこやかプラザ2階 会議室

【問合せ】ボランティアセンター ☎06-6848-1000

・校区福祉委員会活動

市社協では小学校区単位に校区福祉委員会を組織化し、身近な地域での助け合い活動を進めています。各校区福祉委員会では、地域の実情に合わせてさまざまな活動を展開しています。

- ・ふれあいサロン
- ・子育てサロン
- ・一人暮らし高齢者への配食
- ・こども食堂 など



【問合せ】地域支援係 ☎06-6848-1279

★特技を活かして活動したい方は？
介護予防お助けバンクにご登録ください

地域の高齢者対象の介護予防講座で、体操、ヨガ、アロマテラピーなどみなさんの特技を活かしてみませんか？



【問合せ】地域支援係 ☎06-6848-1279

★時間はあるので
何かの役に立ちたいという方は…？

・安心サポーターになりませんか

所定の1日研修を受講すれば、安心サポーターとして市社協のくらしささえあい事業の担い手として活動にご参加いただけます。15分200円で高齢者のちょっとした困りごとのサポートや、産前産後の家事援助などの活動があります。地域福祉活動支援センターで毎月研修を実施しています。（裏面参照）



★裁縫が得意な方は…

・お針箱サポーターになりませんか？



高齢者からのズボンの裾上げやボタン付けなどの簡単な針仕事を請け負っています。上記のサポーター研修を受講後、活動に参加できます。月1回、地域福祉活動支援センターで活動しています。（裏面参照）

できるときに できることを
みんなで少しずつ

★男性で農業に興味のある方は…？
豊中あぐりに参加しませんか



アクティブシニアの養成を目的に、農業を通じた介護予防の活動として、現在8か所の畑の運営をしています。また、年2回、「豊中あぐり塾」と題して、野菜作りと地域福祉について学ぶ講座を開催しています。

【問合せ】地域支援係 ☎06-6848-1279

★手芸やモノづくりが得意な方は？
道端の駅に出品しませんか

高齢者の手作り品を市社協が運営する「びーの×マルシェ」にて、「とよなか道端の駅」として販売しています。根付や小物入れ、切り絵など丹精込めて作った商品が集まっています。

- ・びーの×マルシェ
- 豊中市宝山町6-5
- 営業日時：月～金曜日
- 10:00～15:00



【問合せ】地域支援係 ☎06-6848-1279

★昔のお話を語りたい方は？…
豊中ヒストリアにご協力ください

戦争体験や昔の暮らしのお話を「豊中ヒストリア」としてDVDにまとめて学校での福祉教育の教材として活用したり、YouTubeで放映しています。

【問合せ】地域支援係
☎06-6848-1279

豊中社協TV
QRコード→



★認知症の方や介護中の家族が
参加できる場所は？

おれんじカフェに参加しませんか

生活圏域ごとに地域包括支援センターと生活支援コーディネーターが協働で認知症当事者や介護者家族が参加できるカフェを開催しています。



【問合せ】地域支援係 ☎06-6848-1279



豊中のボランティア
イメージキャラクター「ボランちゃん」

地域福祉活動 支援センターの 取り組み

安心サポーター養成研修 福祉お針箱

東豊中地域福祉活動 支援センター

豊中市東豊中町5-3-1
東豊中老人憩の家4階
TEL 06-6850-8038



安心サポーター養成研修

第3木 13:00~15:00

福祉お針箱

第2木 13:00~15:00

北丘地域福祉活動 支援センター

豊中市新千里北町3-1-2-1
2階
TEL&FAX 06-6835-2110



安心サポーター養成研修

第1火 10:00~12:00

福祉お針箱

第3火 10:00~12:00

高川地域福祉活動 支援センター

豊中市豊南町東1-1-2
高川介護予防センター3階
TEL 06-6335-1560



安心サポーター養成研修

第2月 13:00~15:00

服部地域福祉活動 支援センター

豊中市服部本町5-2-8
服部介護予防センター2階



安心サポーター養成研修

第4木 10:00~12:00

福祉お針箱

第3木 10:00~12:00

庄本地域福祉活動 支援センター

豊中市庄本町3-1-15
庄本複合施設1階
TEL 06-6335-2590



安心サポーター養成研修

第1金 13:00~15:00

福祉お針箱

第3金 13:00~15:00(準備中)

高齢者の困りごとを安心サポーターが応援します
ちょっとした困りごとがあるときは…
福祉便利屋事業



高齢者の
ちょっとした
困りごとに
対応する
サービス

便利屋電球取り替え

利用料200円/15分

年会費300円(市社協で対応する場合のみ)

メニュー限定:買い物同行・話し相手・家具の移動・電球交換・ゴミ出し・分別・重いものの移動・大型ごみの搬出・簡単な日曜大工・携帯電話操作・簡単な針仕事・草むしり・荷物の入れ替え・見守り・安否確認

※介護保険など公的サービスが利用できる場合は、そのサービスが優先になります。

下記の校区では校区福祉委員会で福祉便利屋事業を調整しています

大池・刀根山・上野・少路・北緑丘・東豊台・東丘・西丘・北丘・東泉丘・南桜塚・泉丘・豊南・寺内・原田・豊島西・豊島・島田・野田

～上記校区以外にお住まいの方は市社協で対応します～

簡単な針仕事は

「福祉お針箱」へ

ズボンの裾上げやボタン付けなどを裁縫の得意なお針箱サポーターが対応します



ご依頼
大募集中!

1作業400円～ 金額は依頼により異なります
地域福祉活動支援センターで
お針箱サポーターが活動中です!