



皆で一緒に!

第12号
令和2年12月

2025年には団塊の世代の方が、すべて75歳以上になります。住み慣れた地域でいつまでも健康で暮らせるように、高齢者の元気につながる「介護予防や生活支援」についての情報をお届けいたします。



ライン LINE 操作をやさしく教える ボランティア養成講座

便利なコミュニケーションアプリのひとつである、LINE(ライン)というのをご存じでしょうか？
コロナ禍でなかなか会えない友人と顔を見ながらLINE無料通話ができると、「元気そうでよかったわ〜。」と、交流ができます。
また、美しい夕焼けをスマホで撮り、知り合いにLINEメールを送ったら、「わあ、この夕焼けきれいだね〜。」など、その感動を一緒に共有することもできます。そんな便利なLINEを使いこなしてみませんか？



日時 令和3年1月15日(金)、22日(金)、29日(金)
2月5日(金)、12日(金)、19日(金)
6回講座 13:30~15:00

場所 鶴見区在宅サービスセンター
(所在地:大阪市鶴見区諸口5丁目浜6-12)

内容 LINEに関する必要な知識を習得し、LINEを教えてほしいシニアに(優しく・易しく)教えられるよう、グループで練習する。

講師 株式会社Regal Cast「スマホ教室」の指導者

対象 次の①~④の要件すべてに該当する方。
①自分でスマートフォンを所有している。
②鶴見区内在住で60歳以上。
③全6回参加。
④LINE操作を教えるボランティアグループとして活動ができる。

定員 12名(令和2年12月28日締切)
応募多数の場合は抽選の上、後日結果を通知。

参加費 無料(ただし、通信料は自己負担。)

申込 ☎06-6913-7070にて、
①住所 ②氏名 ③TELをお知らせください。

LINEの操作を教えてほしいシニアの方にやさしく教えるボランティアグループを作り、皆で一緒に楽しく活動してみませんか。



※3密にならないよう、感染症予防対策を講じて行います。なお、参加される方には、自宅での検温・マスクの着用・手指消毒の徹底にご協力をお願いいたします。
※新型コロナウイルス感染症の影響により、延期・中止になる場合がございます。ご了承ください。



生活支援サービスのご紹介

おおさか パルコープの 移動販売車

おおさかパルコープの移動販売サービスは、大阪市内では鶴見区が初めて。令和2年4月からの開始以来、利用される住民と販売スタッフとの信頼関係も深まり、地域のニーズに合った品揃え（新鮮なお刺身や温かいコロッケなど）になっています。現在、一日あたり70名以上の住民がご利用中。自宅から出て、ご近所さんと少し会話しながら、その時に欲しい物を自分で選び、購入しています。これもひとつのコミュニケーションの場ですね。



※商品の価格は全て店頭と同一価格でご提供。お支払いは現金のみで、商品1点ごとに10円の販売手数料が加算されます。お店のポイントカードはご利用できません。



～販売について～

毎週金曜日



- ①10:15～11:00頃
茨田東第3住宅 5棟-6棟の間
- ②11:00～12:00頃
茨田大宮第2住宅 17棟付近
- ③14:15～15:00頃
茨田大宮第1住宅 駐輪場付近
- ④15:00～15:45頃
茨田大宮第2住宅 3棟-4棟の間

『コミュニティサロン交流会』の報告

令和2年10月23日(金)に、
『コミュニティサロン交流会』を開催いたしました。

第1部では、講師の「りあっぷ(鶴見区在宅リハビリテーション連絡会)」の理学療法士さん達から、フレイル予防の講話をお聴きした後、イスに座った状態での『ラジオ体操』を皆で一緒に体験。第2・3部のグループワークでは、在宅リハビリについての質問やサロンの情報交換を行いました。

参加者アンケートのご意見をもとに、今後も開催していきたいと思えます。
居場所づくり・人との交流・社会参加に興味関心のある方は、次回ぜひご参加くださいね！



グループワーク



イスに座った
状態での
『ラジオ体操』



生活支援コーディネーターが調べた情報です。
把握しきれていない情報は追加していきますので、ご連絡ください。

