



# 皆で一緒に！

第23号

(令和5年秋号)

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しております。

「**つるいっぴカフェ**」を  
鶴見区在宅サービスセンターにて再開します  
**11月 24日(金) 14:00~15:30**  
お待ちしております



## カフェボランティア養成講座

無料

日時：①10/27(金) ②11/10(金) ③11/17(金)  
④11/24(金)

場所：鶴見区在宅サービスセンター(諸口5丁目浜6-12)

時間：①②③…13:30~15:30  
④…13:00~16:30

- 内容：①「**カプラでチームワークを高めよう**」  
(講師：エール株式会社 居関 和江氏)
- ②「**ドリップコーヒーの淹れ方を学ぼう**」  
(講師：ひろ珈琲 代表 卯田 裕子氏)
- ③「**カフェの模擬練習**」
- ④「**つるいっぴカフェで実演してみよう**」



カプラの作品例



対象：鶴見区在住・在勤で、全4回受講後に**カフェボランティア**として活動できる方

定員：15名(先着順)

申込：☎(06-6913-7070) または申込フォーム



申込フォーム↑



## 鶴見区 生活のしおり

ケアマネさんから教えてもらった高齢者の暮らしに役立つ生活支援情報を、ウェブで掲載中。

※新しい情報随時更新中!



「鶴見区 生活のしおり」はこちら

# 1町会 1マンションの町会長さんにズームイン！

(令和4年度「居場所づくり講座」を開催後、令和5年度7月に「居場所づくり相談会」を実施。1町会1マンションの町会長さん3名も参加され、マンションの集会所での居場所づくりについて、熱い思いを語っていただきました。)

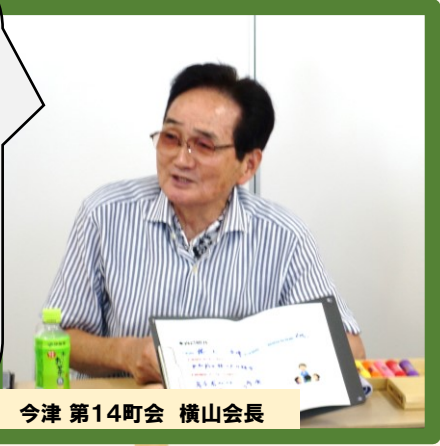


築46年 240戸マンション。  
高齢者約135人以上。  
コロナ禍前まで、集会所では「切り絵」「さんごの会」「カラオケ」と沢山の高齢者が集っていたが、コロナ禍はほとんどのイベントが休止になった。5類に入ったので、元気に明るく健康第一で集会所に集ってほしいので**ポッチャや体操**も開始。10月からは**カラオケ**も再開予定です。

築35年、270戸マンション。現在の住民は900人弱で、うち70歳以上は約200人。町会長と民生委員を兼務して23年目。21年前に高齢者の居場所『シニアクラブ』を立ち上げた。

きっかけは、「マンションはドアを開けて会話することが少ないため、高齢者が孤独になりがち」との思いから、当初は『ふれあい喫茶』も月1回開催。コロナ禍前までは毎月約90人が参加していたが、コロナ禍となり、すべてを休止した。

今年の4月から『シニアクラブ』を再開し、**コーラスの鑑賞**と新しく**ポッチャ**を実施。初めての高齢者も参加する中、大盛況！これからもポチポチ楽しいことを考えて行くよ！



今津 第14町会 横山会長



今津 第12町会 福地会長

茨田西 第7町会 横山会長

築40年268戸マンション。  
高齢者約248人  
「居場所づくり講座」と「居場所づくり相談会」に参加した。「スマホで大阪市の防災アプリが見れるように」「普段から住民同士がSNSでつながれるように」との思いから、今回『**スマホの勉強会**』を集会所で開催予定。

## おしえて！ パソコン・タブレット

日時：毎月第3水曜日（おおむね）

午前10時～正午

場所：鶴見区老人福祉センター 1階 講義室

参加費：無料 ※パソコンは各自ご持参ください！

申込：老人福祉センター（前月20日以降）

定員：10名（要予約・先着順）

Wi-Fiあり

YouTubeで音楽や映像を楽しみたい♪  
Instagramやフェイスブック、SNSに  
興味はあるけどよくわからない?? など  
みんなで楽しみながら学んでいます！



発行  
問合せ

社会福祉法人 大阪市鶴見区社会福祉協議会  
鶴見区諸口5丁目浜6-12 鶴見区在宅サービスセンター内  
TEL.06-6913-7070 FAX.06-6913-7676（生活支援コーディネーター）