

ひがよどで

つながる

高齢になっても、誰もが住み慣れた東淀川区で自分らしく生活できるように、高齢者の介護予防に取り組む生活支援コーディネーターが調べた情報をお届けします。



「ボッチャ」ってなに？

～ヨーロッパ生まれの“パラリンピック”正式種目～

ボッチャは、年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらずすべての人が一緒に競い合えるスポーツです。



屋外でも行えます

ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、いかに近づけるかを競います。赤・青2チームに分かれ、それぞれ6球ずつのボールを投げたり転がしたり、他のボールに当てたりして、ジャックボールをねらいます。上から投げて下から投げて、あるいは蹴ってもOKです。



コートサイズ:5m×3m
(公式サイズより一回り小さいです)

“体験会”を開催しました!

簡単なルールで誰もが楽しめる競技です!



「淡路福祉会館」が新しくなりました

うちの地域は
こんなこと
やっています！

淡路



令和5年4月に淡路4丁目から現在の場所(淡路5丁目4-12)に移転しました。

平屋建てでバリアフリー化された、みんなにやさしい会館です。



「ふれあい喫茶」
毎月第1土曜日
10時～正午
13時～15時
(スマホ相談会は
不定期開催です)



ふれあい喫茶
スマホ相談会

スマホ・LINEの使い方
ココをちょっと教えてほしい、
との簡単なご質問にお答え
しました。

スマホサポーター デビュー！

昨年度開催の
「スマホサポーター養成講座」
修了者がサポーターとしてデ
ビューしました！



ほほえみギャラリー



高齢者のつどいの場を知りたい、高齢者のつながりづくりに取り組みたい等、お気軽にご相談ください。

大阪市東淀川区社会福祉協議会 生活支援コーディネーター

〒533-0022 東淀川区菅原4-4-37 在宅サービスセンター「ほほえみ」

TEL : 06-6370-1630 FAX : 06-6370-7330