旭区社協だより

第77号 令和4年6月発行

編集/発行 社会福祉法人 大阪市旭区社会福祉協議会
〒535-0031 大阪市旭区高殿6-16-1 旭区在宅サービスセンター内(あさひあったかセンター)
6957-2200 FAX 6957-7282 asahiswc@star.odn.ne.jp
旭区社協HPへリンク https://sansan-asahi.or.jp

令和4年度

ちょっと聞きたい座談会を開催!

お茶会もあるよ♪

コロナを意識しながら生活する時間が長くなりました。「最近見かけないけど、あの人は元気かな?」と思うことはありませんか。そんな地域の人や友達、家族とさえ顔を合わせづらく、つながりを感じにくくなった今だからこそ、「人とのつながり」やそこから生まれる温かさを、ホッと一息♪つきながら、ゲームを通して体験してみませんか?

中宮地域
- 日時 6月29日(水) 午後1時30分～3時30分
- 場所 中宮老人憩の家 (旭区中宮3−16−2)
- 対象 中宮地域住民
- 定員 10人 (申込み先着順)

生江地域
- 日時 7月5日(火) 午後1時30分～3時30分
- 場所 生江老人憩の家 (旭区生江1−4−31)
- 対象 生江地域住民
- 定員 10人 (申込み先着順)

城北地域
- 日時 7月6日(水) 午後1時30分～3時30分
- 場所 城北集会所 (旭区赤川1−4−3)
- 対象 城北地域住民
- 定員 10人 (申込み先着順)

参加費:無料

- 内容 ①助け合い体験ゲーム ②ちょこっとお茶会
- 申込み 電話もしくはFAXでお申込ください。
- 申込先 旭区社会福祉協議会 生活支援コーディネーター TEL:6957−2200　FAX:6957−7282

こんなゲームです!

男のカフェ 火の鳥

コロナになんか負けへんで!

男のカフェ「火の鳥」は毎月元気に開催中! ¥100 お菓子付

※コロナ対策を実施したうえで開催します。ご協力お願いします。

- 日時 毎月第2金曜日 午後1時30分～3時30分

これからの予定

7月8日　8月12日　9月9日

- 場所 旭区在宅サービスセンター内 (旭区高殿6−16−1)

※HPやお電話で開催状況をご確認のうえ、ご来場ください。

参加費:無料

あさひあったか通信 増刊号 発行キャンペーン!

「健康寿命はのびるよいつまでも♪」挑戦者大募集!

景品もあるよ♪ 内容はお楽しみ・・・

「教えてもらった体操、このやり方で合ってるか心配…」「自分なりに運動には気を遣っているけど、効果は不明…」と感じたことがある方は少なくないはずです・・・。

そこで、今の身体の状態を知ることができる体力測定や、あさひあったか通信で紹介している体操を教えてもらいながら一緒に体験してみませんか? 頑張って運動を続けている方も、これから頑張ろうと思っている方も、関心のある方はご参加ください! 一緒に元気な身体づくりをめざしましょう♪

第1回目
- 日時 令和4年7月12日(火) 午後1時30分～3時30分
- 内容 ①今の身体の状態をチェック! 体力測定 ②リハビリ専門家の理学療法士による正しい体操指導
- 講師 旭区理学療法士会

第2回目 ※第1回目の参加者のみ
- 日時 令和4年10月11日(火) 午後1時30分～3時30分
- 内容 ①3か月間の効果は!? 体力測定 ②これまでの体操からステップアップ楽しい体操指導
- 講師 旭区理学療法士会

- 場所 旭区民センター　大ホール (旭区中宮1−11−14)
- 対象 旭区にお住いの65歳以上の方 第1回目・第2回目の両日とも参加できる方
- 定員 50人 (事前申込・先着順)
- 申込み 電話もしくはFAXでお申込ください。
- 申込先 旭区社会福祉協議会 生活支援コーディネーター TEL:6957−2200　FAX:6957−7282
- 主催 旭区社会福祉協議会　旭区3地域包括支援センター　旭区理学療法士会

※第1回目終了後、参加者の方々には、習った内容を3か月間、無理のない範囲で個人的に取り組んでいただきます。
第2回目でも再度体力測定を行い、取り組んだ効果を確認してみましょう。

紙面に掲載の記事について

- 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止または開催内容に変更がある場合がございますので、ご了承ください。
- 参加をご希望される場合は、必ず事前にお申込みをお願いします。お申込みの無い方のご参加はお断りすることがありますので、ご了承ください。
- 熱がある(37.5度以上)、倦怠感があるなど、体調の悪い方は参加をお控えください。
- 参加には必ずマスクの着用、検温、手指のアルコール消毒にご協力をお願いします。