

このはな生活支援 コーディネーター通信

vol. 30
2026.9

このはな生活支援コーディネーター通信では、みなさんが元気に暮らすために役立つ情報や地域の取組みを紹介しています。

社会福祉法人大阪市此花区社会福祉協議会 生活支援体制整備事業 〒554-0002 大阪市此花区伝法 3-2-27 此花ふれあいセンター ☎6462-1224 FAX6462-1984

『ノルディックウォーキング入門編』を 開催します!

「ノルディックウォーキングに関する講話」と
「ノルディックポールを使ったストレッチと
ウォーキングの体験」を行います♪

こんな人におすすめ!

- これからウォーキングを始めようと思っている人
- スポーツは苦手だけど運動不足を解消したい人
- 体力に自信のない人や通常の歩行に不安や悩みがある人



開催日時 10月20日(火)、10月27日(火)、11月10日(火)
いずれも時間は 午前10時30分～正午

開催場所 講話・・・此花区民一休ホール
体験・・・正蓮寺川公園 ※雨天時は此花区民一休ホールにて実施

対象者 此花区在住でおおむね60歳以上の方

定員 20名程度(申込先着順) ※3回とも参加できる方優先

ポールレンタル料 ノルディックポールレンタル料として各回500円
※参加者から講師に当日支払い(欠席分は費用発生無し)
※ノルディックポール持参の場合はレンタル料不要

問い合わせ・申込 此花区社会福祉協議会 電話または来館により申込
TEL: 06-6462-1224



参加料
無料

「第3回 地域のあれこれ話しましょう！」

～続けてよかったこと、これから続けたいことはなんですか？～

元気にいきいき暮らし続けるために
必要な地域資源について考え、取組みを
始めるきっかけをつくるための話合いの
場です。

「続けてよかったこと」「これから続けたいこと」についてみなさんと共有しましょう♪



※今年度は、開催日によって会場と参加対象者が異なります

日時 令和8年9月29日(火)
午前10時30分～正午

場所 此花区役所(講堂A・B)

対象 南西部地域包括支援センター
担当地域に在住の
おおむね65歳以上の方

西九条1丁目～7丁目 春日出北1丁目～3丁目 西島3丁目(15番～27番)
北港1丁目・2丁目 春日出中1丁目～3丁目 西島4丁目(2番)
朝日1丁目・2丁目 春日出南1丁目～3丁目 西島5丁目・6丁目
梅町1丁目・2丁目 四貫島1丁目・2丁目 島屋1丁目～6丁目
梅香1丁目～3丁目 桜島1丁目～3丁目 常吉1丁目・2丁目

日時 令和8年10月29日(木)
午前10時30分～正午

場所 此花区社会福祉協議会
此花ふれあいセンター

対象 此花区地域包括支援センター
担当地域に在住の
おおむね65歳以上の方

伝法1～6丁目 高見1～3丁目
西島1丁目、2丁目、3丁目1番～14番、
4丁目1番

此花区の65歳以上の方が
「続けてよかったこと」「これから続けたい」
と思うことを応援したい方もご参加可能です。

定員 各回30名程度

申込方法 電話・来館により申込
(お名前・住所・連絡先を伺います)

申込・問合せ先 此花区社会福祉協議会 **06-6462-1224**

地域の皆さんとの交流の機会として、ご参加お待ちしております♪

