



令和4年度「スポーツ活動・文化活動などにおける市立学校児童生徒に対する市長・教育長表彰」において浪速区内の児童が表彰されました

大阪市教育委員会が令和4年度のスポーツ活動・文化活動などにおいて顕著な成果をあげた児童・生徒、個人・団体の教育長表彰者が決定しました。また特に優れた成果をあげたものについては、大阪市長並びに大阪市教育委員会教育長の連名により表彰されます。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、残念ながら表彰式は中止となりましたが、浪速区では、次のとおり区内児童が表彰されました。



左:黄龍輝さん 右:黄碧純さん



藤後七海さん

市長・教育長表彰

学校名	学年	氏名	区分	表彰理由
浪速小学校	5年	とうご ななみ 藤後 七海さん	個人	2022全日本ジュニア体操競技選手権大会女子Bクラス個人総合 第一位

教育長表彰

学校名	学年	氏名	区分	表彰理由
栄小学校	1年	こう たつあき 黄 龍輝さん	個人・空手	第22回全日本少年少女空手道選手権大会 一年男子形 第三位
	3年	こう あずみ 黄 碧純さん		第22回全日本少年少女空手道選手権大会 三年女子形 準優勝

問合 区 市民協働課(教育・学習支援) TEL 6647-9743 FAX 6633-8270

大国地域と浪速地域で「浪速区個別支援プラン」づくりを進めています!

災害時にひとりでは安全に行動できない高齢者や障がい者の方の避難支援に必要な情報をとりまとめた「浪速区個別支援プラン」(個別避難計画)づくりを進めています。

ご近所の助け合いである「共助」のひとつとして、地域で共有し活用していきます。これまでに、地域の方と区役所の職員が一緒に、支援が必要な方を家庭訪問し聞き取りを行うなど取り組んできました。

令和5年度はさらに6地域に取組を広げ、拡充を図っていく予定です。



問合 区 市民協働課(市民協働) TEL 6647-9734 FAX 6633-8270



みんなつながる地域の輪

地域の見守り活動や各地域の様々な活動などを幅広くお知らせしている当コーナー。今回は「百歳体操 その1」です。

「百歳体操 その1」

百歳体操って?

百歳体操とは、いくつになっても元気で楽しく生活するための体操で、DVDを見ながら手首足首におもりを付け、ゆっくりと動かし筋力をつける運動です。

こんな方におすすめです!

- ① 最近、短い距離でも歩くのがしんどくなってきた。
- ② 若いころよりもつまずくことが増えた。
- ③ これからも、できるだけ自分の足で歩いて移動したい。



浪速区の各地域では、皆さんが集まって定期的に百歳体操を開催しています。60歳以上の方なら、どんなたでも参加できますよ。5月号では、難波・元町、立葉、塩草、浪速、大国の各地域をご紹介します。

地域	曜日・時間	開催場所
難波・元町	毎週月・金曜日 14時30分～	難波地域集会所
	毎週月・木曜日 13時30分～	元町老人憩の家
立葉	毎月第1・2・4木曜日 13時30分～	立葉老人憩の家
	毎週月・木曜日 13時30分～	大浪橋住宅集会所
塩草	毎月第1・3・4水曜日 10時30分～	塩草老人憩の家
	毎週火・金曜日 9時45分～	ローレルコート難波コミュニティールーム
浪速	毎週月曜日 13時30分～	浪速地域ネットワーク事務所
大国	毎週水曜日 ①10時～ ②11時～	大国集会所

元町老人憩の家で、百歳体操に参加されている地域福祉サポーター田水さんに聞いてみました!

Q.百歳体操は難しいですか?

A.おもりをつけたり外したり、最初は少し戸惑うかもしれませんが、でも動きが単純でゆっくりなので、じきに慣れますよ。

Q.参加者はどんな感想を言われていますか?

A.「生活にリズムがついて、気持ちに張りが出ます」とか「体操に来られていない方がいると心配です。お互い見守り、見守られているように思うので、自分自身も安心です。」との声を伺っています。

Q.初めての参加でも、本当に大丈夫でしょうか。

A.大丈夫ですよ。やり方はお教えしますし、DVDを見ながらそれぞれで行うので、できなかったらどうしようというような心配もありません。男性の参加も大歓迎!本当に気軽に参加してみてください。



6月号は「百歳体操 その2」です。敷津・恵美・新世界・日東・日本橋の各地域の会場をご紹介します。

問合 【見守り活動について】見守り相談室(浪速区社会福祉協議会) TEL 6636-6027

【見守り事業について】区 保健福祉課(高齢者支援)

TEL 6647-9859 FAX 6644-1937

【百歳体操について】区 保健福祉課(地域保健活動担当)

TEL 6647-9968 FAX 6644-1937

浪速区
社協だより

みんないっしょに わになろなにわ



浪速スポーツセンター1階にある、浪速区社会福祉協議会です!

先日、浪速区で活動しているボランティアさんに親睦を深め、交流していただくとう「ボランティア交流会」を開催しました。参加者は総勢20人。自己紹介や活動内容の紹介を行ったあと、エコキャンドル作り、ボランティアさんによるインド楽器「シタール」の演奏、「一人の手」の合唱などを行い大変盛況でした。「コロナ禍は本当に大変だったけれど、これからは地域とのかかわりを増やしたい。」「一緒に活動する人を増やしていきたい。」との力強い声が聞かれました。

社会福祉協議会では、地域のボランティア活動に力を入れています。「ボランティア活動してみたいけど、何をすればいいの?」「私の得意なこと、生かせないかな?」などなど、ぜひご相談ください。

問合 浪速区社会福祉協議会

TEL 6636-6027

