

# 西区の地域活動情報

## ● 地域のつながりハート事業

地域のつながりハート事業は、各小学校区を単位として地域住民の皆さんで構成される「校区福祉委員会」が主体となって進めている地域福祉活動です。

ひとり暮らしの高齢者など、地域のだれもがつながりをもちながら、安心して暮らせるよう、それぞれの地域の実情に合わせて、特徴ある支え合い・助け合い活動が数多く行われています。

### いきいきサロン



高齢者等を対象にした  
レクリエーションや手芸など

### ふれあい喫茶



コーヒーや軽食などを  
楽しみながらできる集いの場

### 世代間交流活動



高齢者と子どもが歌や  
昔遊びなどを通じて交流

紹介した活動以外にも各校区ではさまざまな取組みが展開されています。

参加したい方や興味がある方は下記までご連絡ください。

堺市社会福祉協議会西区事務所

電話：275-0255

FAX：275-0266

## ● 西区健康づくり自主活動グループ

西区では、ウォーキングや体操、学習グループなど健康づくりのために自主的に活動しているグループがたくさんあります。

いきいき元気に過ごすため、仲間づくりのために参加しませんか！

### ◎ウォーキング

西区内外の名所や旧跡などを楽しく歩いています。  
運動不足の方や生活習慣を改善したい方におすすめです。

### ◎体操

簡単な運動で楽しく筋力アップをめざしています。

### ◎学習グループ

歯や口の健康、食生活の改善など健康の輪を広げる活動を行っています。



西保健センター

電話：271-2012

FAX：273-3646