

# 仲間と過ごす場所 老人福祉センターへ ようこそ

地域で高齢の方が安心して交流できる施設が各区にあることをご存じですか。生活に役立つ介護予防教室への参加や、貸室でのクラブ活動、娛樂室での囲碁・将棋などができる老人福祉センターを紹介します。

問 長寿支援課 (☎228-8347 FAX228-8918)

## 自分にあった利用を

### ● さまざまな教室に参加する

各区のセンターでは、脳トレ講座や健康体操教室などを1回1時間から、10~30人程度で実施しています(一部申し込みが必要)。初めての方も参加できます。



実施内容はセンターごとに異なります。堺老人福祉センターでは卓球やオセロの貸し出し、南老人福祉センターではパンや野菜の出張販売を行っています。



### ● グループで貸室として利用する (要申込)

10人以上のグループで大広間や娛樂室などを利用し、クラブ活動もできます。

## 利用者の声

### 外に出る楽しさを知り、前向きに

広報紙で紹介されていたことをきっかけに通い始め、今では体操や脳トレ、歌広場(合唱)などに週2回参加しています。最初は引っ込み思案で話せませんでしたが、他の参加者に声を掛けてもらい、次第に人前で話せるようになりました。スタッフさんが名前を呼んでくれるのもうれしく、ここに来れば誰かと話せる安心感があります。次は卓球にも挑戦したいと思っています。



来てよかったと思ってもらえるような場所にしたいです。不安なことがあれば、丁寧に説明します。気軽に来てください。

東老人福祉センター  
スタッフ



## 基本情報

**対象** 市内在住の60歳以上の方

**時間** 9~17時15分

**休み** 日曜日、祝休日(敬老の日を除く)、  
12月29日~1月3日

▶施設の窓口で運転免許証などの本人確認書類を提示し、利用証を作成します

▶居住区以外の老人福祉センターも利用できます

堺老人福祉センター	堺区協和町3丁128-4	☎244-7155 FAX243-4078
中老人福祉センター	中区八田南之町162	☎281-2701 FAX281-2702
東老人福祉センター	東区役所内	☎287-8150 FAX287-8160
西老人福祉センター	西区役所内	☎275-0850 FAX275-0860
南老人福祉センター	南区御池台5丁2-7	☎299-3232 FAX296-2478
北老人福祉センター	北区常磐町1丁25-1	☎255-6380 FAX252-2436
美原老人福祉センター	美原区黒山782-10	☎362-3939 FAX362-1798

詳しくは  
こちら→

