

堺区

トピックス of さかい

- 地域活動推進係 TEL:072-226-2987 FAX:072-226-1952
- 堺基幹型包括支援センター TEL:072-228-7052 FAX:072-228-7058

堺区事務所 ブログ

堺区事務所

社会福祉法人
堺市社会福祉協議会
〒590-0078 堺市堺区南瓦町3番1号
堺市役所本館3階
E-mail sakai@sakai-syakyō.net

堺区地域 交流セミナー

ちょっとそこのあなた！ フレイルちゃいますか？

主催：堺市・堺市医師会
協力：堺市における医療と介護を
すすめる関係者会議
(いいともネットさかい)

フレイルとは、加齢に伴い心身の活力が低下した状態で、健康な状態と要介護状態の中間的な段階です。放置すると健康や生活機能を損なうおそれがある一方で、早く気づき、適切な予防をすることで、心身の機能を取り戻すことができます。フレイルについて正しく知り、いつまでも元気で自分らしい生活を続けるためのポイントを一緒に学びませんか？

日時 令和8年 **12月3日(木) 14:00～16:00**
(受付開始 13:30)

場所 **堺市総合福祉会館ホール** (南瓦町 2-1)

内容 **第1部** 基調講演 「いつまでも歩ける体づくり
～整形外科医が教えるフレイル予防～」

講師 阪堺病院 整形外科 武井 聡 先生

第2部 「今すぐ始めよう！～ロコモ体操でフレイル予防～」

第3部 地域で支える介護予防

定員 350名 (要予約・参加無料)

申込 下記申込先または申込フォームより
※手話通訳・要約筆記をご希望の方は、予約時に
お知らせください。11月5日(木)まで。



申込
フォーム

11月26日(木) 締切



⚠ 本セミナーは、9月から先着100名
で申込受付を開始しています。

問合せ・申込先 堺基幹型包括支援センター TEL:072-228-7052 FAX:072-228-7058

高齢者の総合相談窓口へ ご相談ください

地域包括支援センターでは、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門的なスタッフを配置し、高齢者や家族の総合相談、虐待の防止・早期発見、介護予防ケアマネジメントなどを行い総合的に高齢者の生活を支援します。



名称	住所	電話番号	担当区域 (小学校区)
堺第①地域包括支援センター	海山町 3-150-2 (ハートピア堺隣)	222-8082	三宝・ 錦西市・英彰
堺第②地域包括支援センター	今池町 4-4-12 (みあ・カーさ内)	229-9240	錦・錦綾 浅香山・三国丘
堺第③地域包括支援センター	京町通 1-21 (グレース堺敷地内)	223-1500	熊野・少林寺 安井・榎
堺第④地域包括支援センター	協和町 3-128-11 (愛らいふ内)	275-8586	神石・新湊 大仙・大仙西
堺基幹型包括支援センター	南瓦町 3-1 (堺市役所本館内)	228-7052	堺区全域

堺区の「こども食堂」を 応援しよう！



●こども食堂って？

こども食堂は、こどもたちやその保護者、地域の皆さんが気軽に集まり、無料または低価格で温かい食事を楽しみながら交流できる地域の居場所です。

堺区では、令和8年7月現在、23か所のこども食堂が活動しており、それぞれの特色を生かしながら、地域に根ざした取組を行っています。

●フードドライブ実施のお願い

企業や学校、お近くの集まりなどでフードドライブにご協力いただける団体様を募集しています。

●ご寄付のお願い

こどもたちが安心して過ごせる居場所づくりのため、ご寄付を受け付けています。ご寄付を検討いただける場合は下記までご相談いただくか、直接下記口座までお振込みください(振込後は下記までご連絡をお願いします)。

皆さまからの温かいご支援、ご協力をお願いします。

ご寄付先

ゆうちょ銀行 9900 店番 408
店名 四〇八店 口座番号 7878397
口座名称 堺区子ども食堂ネットワーク

問合せ 地域活動推進係
☎ 072-226-2987

こども食堂の
詳しい情報は

