

生野区地域包括支援センター 包括だより



イフノクチイキホウカツシエンセンター
生野区地域包括支援センターは高齢者のみなさまの

< 暮らし > や < 介護 > の相談窓口です

相談無料・秘密厳守

参加費
無料

令和7年度 おかちやま脳トレ教室 参加者募集

5月から「令和7年度 おかちやま脳トレ教室」が始まります！

おかちやま脳トレ教室は、日頃の生活の中で
ご自身で取り組むことができる認知症予防を目的に毎月開催しています。

内容は運動・頭の体
操・栄養や口腔ケア
など現在調整中です。
お楽しみに！

日 時：毎月第2木曜日 13時30分～15時（予定）

場 所：生野区社会福祉協議会 2階 多目的室

申込方法：**お電話でお申し込み下さい 06-6712-3103**

定 員：30名（定員を超えた場合はお断りすることがあります）

対 象：生野区地域包括支援センター圏域にお住いの65歳以上の方で、

基本的に毎月参加できる方（勝山・東桃谷・西生野・生野・林寺の一部・舍利寺の一部）

申込・問合せ先：社会福祉法人 大阪市生野区社会福祉協議会

生野区地域包括支援センター

3月は自殺対策強化月間です

ひとりで
悩まないで

みんなが安心して
暮らすために…

話してみませんか あなたの気持ち



大阪市こころの健康センター



《こころの悩み電話相談》

06-6923-0936

※月～金曜日（祝日・年末年始除く）9：30～17：00



《こころの健康相談統一ダイヤル》

0570-064-556

※月～金曜日（祝日・年末年始除く）10：00～17：00