

生野区地域包括支援センター 包括だより

イク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

すかいプロジェクトを知っていますか？

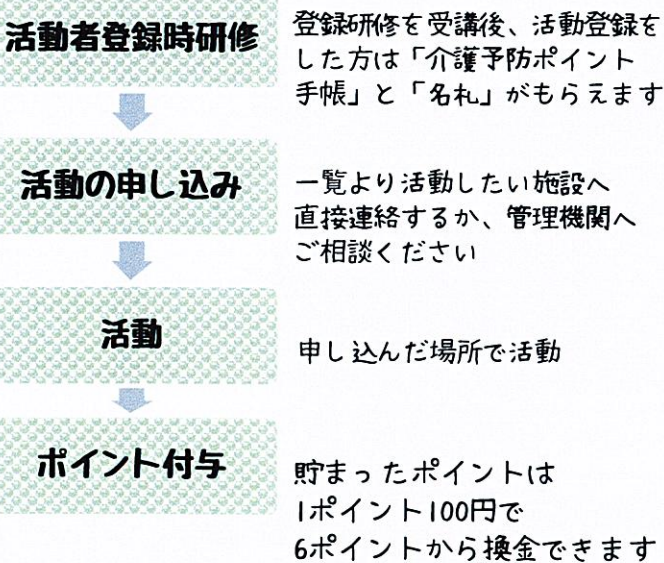
すこやかに
かいご予防で
いい人生

「自分はまだ元気だから、今のところ必要がない」と考えている方も、元気なうちから介護予防に取り組むことが大切です！



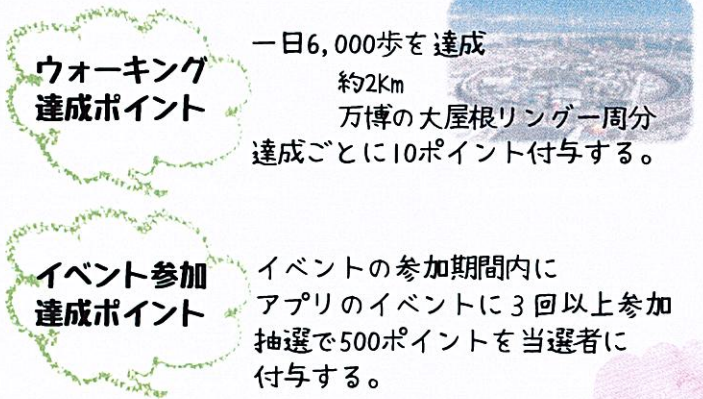
介護予防ポイント事業

大阪市内にお住いの65歳以上の方が、社会福祉施設等での介護支援活動や子ども支援活動、利用者の自宅で生活支援活動を行った時にポイントがもらえます



アプリを使って運動・外出

「おおさか健活マイレージ アスマイル」のアプリを利用し、65歳以上の大阪市民が「歩数」や「イベント参加回数」の条件を達成すると、「大阪市独自ポイント」がもらえます



独自ポイントが500ポイント貯まると電子マネー（500円相当）と交換可能