

～助け合うまち伏尾台～

# 地区福祉委員会の活動



詳しくは**2～3P**  
を開いてみてね！

**保存版**

一人暮らしに  
なったら  
この先ちょっと  
不安…



ご近所のちょっとした  
お手伝いなら  
私にも出来るかしら？

**安心して暮らせる  
伏尾台をめざして  
活動しています**

子育ての悩みは  
みんなでおしゃべりして  
楽しく解決！



現役ママスタッフ活躍中です！

**Q** 会員会費を  
払ったら何か  
しなければ  
いけないの？



**A** 「会員」といっても  
何かをしなければ  
ならないわけではありません。  
地域福祉を推進する社会活動  
を金銭的に支えていただいて  
います。

2300  
世帯中496口です。

伏尾台の今年度の会員数は

め、会員数に応じて還元金と  
して当地区に戻ります。

一口）で賄われています。

集める会費（一般五〇〇円／

でいます。

活動資金は毎年5月頃より

活動しています。

の地区福祉委員会に分かれて

組織で、池田市にも「池田市

「社会福祉協議会」は全国

委員会とは…

地区福祉



# ～伏尾台地区福祉委員会の活動～

## 街かどサロン ふれあいサロン 「伏尾台」

お友達づくりにも  
是非どうぞ

毎週月・木・金・水曜不定期 9:30～15:00 第1コミセン2階  
対象: 65才～ 午前中は脳トレ、健康体操などの介護予防教室。  
午後は、歌、囲碁、麻雀、大正琴、手芸、英会話などの趣味活動を実施中。  
手作り昼食も好評です。(コロナ対策の為昼食提供、中止中)  
参加費(昼食込 750円 午前のみ 120円 午後のみ 200円)

連絡先 角田 小川

## ※ ひとり暮らしの会 「マシュマロ」

65才以上のお一人暮らしの方のための会です。  
地域の中でお友達を作りませんか?  
年数回集まって食事会に出かけています。

連絡先 事務局 ☎753-9473

孤立せず、  
つながりを  
大切に!!

## ※ 男性料理教室



参加者  
募集中!

毎月第4水曜日 10:00～13:00 第1コミセン調理室  
「買い出しから後片づけまで、しっかりやり切ることがモットー!!」  
栄養士会「葉菜の会」に指導して貰っています。参加費 1,000円

連絡先 青木

## ※ チャレンジ料理教室 つくったろう 「作喰太郎倶楽部」

第1水曜日 9:30～13:00 第1コミセン調理室  
参加者は「和気あいあい」と作ってみたい料理もリクエスト  
してそれなりに作り方をマスター!?しています。参加費 1,000円

連絡先 角田



## ※ 古江台ホール 喫茶ボランティア

第1・3・4木曜日 14:00～16:00まで。  
特別養護老人ホーム「古江台ホール」に喫茶ボランティアのお手伝いにいき  
ます。お茶を出したり、おしゃべりしたりしています。

連絡先 荒木

お手伝いできる方大募集

## ウォーキングの会



第3水曜日 9:30～ 伏尾台センター「虹の部屋」集合。  
池田周辺を5～7km歩いています。  
参加費 350円(交通費も必要です)※健康管理は各自で責任をお持ち下さい。

連絡先 角田

## ワンコイン たすけあい

協力者募集中!!

ちょっと助けて!にお応えします。30分500円で簡単な家事援助。  
例えば…電球の取り替え、簡単な草とり、水まき、ゴミ出し、など。

連絡先 事務局 ☎753-9473 (要予約)

## カーボランティア 「伏尾台」

伏尾台内で車の移動を必要とされる高齢者・足の悪い方  
ご利用下さい。(急な申し出はお断りする場合があります)  
費用: 片道 200円 ※往復利用時は 400円となります。

連絡先 事務局 ☎753-9473 (要登録)

カー  
ボランティア  
さん  
大募集

## 車イス・プロジェクター の貸し出し(無料)

旅行時などのお出かけにもどうぞ!!ハッピークラブ(旧伏小)・  
虹の部屋(第1コミセン横)にあります。

連絡先 事務局 ☎753-9473



## 「清拭布づくり」 ボランティア

古切手も集めています!!

第3月曜日 10:00～11:30 第1コミセン横「虹の部屋」で古くなった  
木綿のTシャツやシーツをハンカチ大に切り揃えて福祉施設に提供してい  
ます。古布は第1コミセン1Fの箱に入れて下さい。化繊はご遠慮下さい。

連絡先 事務局 ☎753-9473 (担当: 片山)

※コロナ感染対策の為、ただ今休止中

あなたも委員会活動に参加しませんか。お気軽にお問い合わせ下さい。

☎072-753-9473

## ティーサロン 「しゃべり場」



お互いに「助けて!」と言える近所づくりをめざし、世代を越えて  
楽しくおしゃべりしています。お茶代 100円

①ティーサロン「爽」: 府営住宅集会所

第1・3火曜日 10:00～12:00

連絡先 事務局 ☎753-9473

②しゃべり場ビューハイツ: ビューハイツ集会所

第3火曜日 13:30～15:30

連絡先 堀江

③ティーサロン5丁目: 第2コミセン

第2水曜日 10:00～12:00

連絡先 堀江

④大人のフリースペース: 第1コミセン

第1木曜日 10:00～12:00

連絡先 藤原



## いきいき百歳体操

毎週土曜日(但し第4土曜日は除く) 第1コミセン 10:30～12:00  
椅子に座って両手両足に重りをつけてスローで行う体操です。

連絡先 野口

## ラジオ体操

健康づくり!仲間づくり!そして安否確認も♡ おまけの体操もしています  
月曜: 南公園 火・水・木曜: 中央公園 水・金曜: 1丁目第2公園  
7月～9月/7:30～ 10月～6月/8:30～

## 花の会 ボランティア

第1水曜日・第3木曜日 10:00～1時間半程度、フラワーポットや公園  
の花壇の花植えや手入れをしています。

連絡先 小原



お花好きな人集まれ!!



## 伏尾台 リサイクルの会

5月と11月にセンター「夢の広場」でフリーマーケットをしています。  
不用品をリサイクルして下さい!!どなたでも出店できます。

連絡先 生駒

ボランティア募集中!!

## ※ しょうがいしゃの会 「パンダ」

仲間や地域の皆さんとともに、ハッピークラブで年3回料理教室を開催  
しています。参加者の皆さんは毎回楽しみにされています。

連絡先 東

## ※ 「東山作業所」 ボランティア

第2・4金曜日 13:00～15:00  
しょうがい者の方と一緒に軽作業のお手伝いをします。

連絡先 東

## 子育てサロン 「汽車ポッポ」

第2・4水曜日 10:00～12:00 コミュニティプラザ内  
就園前の子ども・保護者の方集まれ!!子育ての悩みも  
ありましたらどうぞ!!おもちゃいっぱい楽しいです。

連絡先 野田

コロナ対策で参加は予約制となっています。



## 毎月1日清掃デイ

毎月1日 9:00～1時間程度  
清掃活動を呼びかけています。皆さんご参加下さい!



# 緑友会 参加者募集

新たなグループ活動  
も参加OKです!!

## 緑友会の 活動案内

- ◎主な行事…総会・懇親会／敬老の集い／新年会／食事会／GG大会／輪投げ大会
- ◎毎月《緑友会便り》を発行しています。
- ◎原則60歳以上の方です。※年会費1,200円 ※年会費＝途中入会・月割計算です)

### 卓球



責任者：乙名 博  
日 時：毎週水 15:30 ～ 17:30  
場 所：旧伏小体育館

### カラオケ



責任者：岸本 進  
日 時：第2水・第3火・第4火 13:00 ～ 17:00  
場 所：第2コミセン

### グラウンドゴルフ



責任者：吉村 康男  
日 時：毎週火・木 9:30 ～ 12:00  
場 所：中央公園

### 歩こう会



責任者：川下 忠男  
日 時：春&秋第4土 事前連絡  
場 所：近郷

### 将棋



責任者：吉村 康男  
日 時：毎週金 14:00 ～ 17:00  
場 所：第1コミセン

### 茶話の会



責任者：川口 暁子  
日 時：毎月 適時事前連絡  
場 所：1丁目川口宅

ホームページ 伏尾台で暮らす。 検索 して下さい。情報いっぱい♡ 広報誌「福祉ふしお台」もご覧下さい。

ほそごう地域コミュニティ推進協議会(伏尾台地区)管理