



ひとり親
家庭応援!!
企画

フードパントリー 開催します!



区民の方々や企業・団体のご寄付で集まった
「フード&日用品ドライブ」を活用し、
区内在住の「ひとり親世帯」の方を対象に、
食料品や日用品を無料で配付します。

スーパーのカゴ
2杯分の
食品と日用品を
配付します!

「子ども食堂テイクアウト」や
「お菓子詰め放題(※)」も!
ぜひお子様とご一緒に
ご参加ください♪
(※)当日参加できるお子様限定です。



きたちゃん

開催
日時

2026年7月11日(土)
9:30~16:40 ※事前申込みが必要です

開催
場所

北区在宅サービスセンター
(大阪市北区神山町15-11 大阪市北区社会福祉協議会)

対象

大阪市北区在住のひとり親世帯のうち
「ひとり親家庭医療証」をお持ちの方
80世帯(多数抽選) ※生活保護受給世帯は除く

申込
方法

下記受付時間より第3希望まで選び、お申込みください。 ※ご希望に添えない場合もございますがご了承ください。

申込期間

6月5日(金) 10:30~6月23日(火) 17:00

①9:30 ②10:10 ③10:50 ④11:30 ⑤12:10
⑥13:30 ⑦14:10 ⑧14:50 ⑨15:30 ⑩16:10

※所要時間30分程度
※受付時間外の申込みは
無効となります。

申込先

大阪市北区社会福祉協議会 地域支援担当 ☎06-6313-5566
URL (<https://www.osaka-kitakusyakyou.com/contact/>) またはQRコードより



お願い

◎『ひとり親家庭医療証』を必ずご持参ください。ご提示のない方は入場をお断りする場合があります。◎食料品等を持ち帰るための大きめのマイバッグを複数枚お持ちください。◎受付時間通りにご来場いただきますよう、ご協力お願いします。◎駐車場を設けておりませんので、お車でのご来館はお断りしています。◎自転車でお越しの際は、指定の場所をご利用ください。

■主催(問い合わせ先): 大阪市北区社会福祉協議会

■協力: 無印良品 グランフロント大阪・四海樓 HEPFIVE店・大阪西ライオンズクラブ・大阪みおつくしライオンズクラブ・お好み鉄板がるぼ・大阪天神橋ライオンズクラブ・大阪若獅子ライオンズクラブ・大阪梅田東ロータリークラブ・中西金属工業株式会社・よつ葉乳業株式会社・三井住友信託銀行株式会社 梅田支店 阪急梅田支店 大阪ローン営業部・株式会社三菱UFJ銀行 天満支店・大阪信用金庫 天六支店・アキレス株式会社・カルビー株式会社・株式会社池田泉州銀行 職員労働組合・ECC社会貢献・国際交流センター・株式会社アシスト・有限会社プレスワールド・三栄電気工業株式会社・個人(順不同)



ほくちゃん

まちのみんなで
フレイル予防
しませんか?

フレイルとは

加齢によって心身の機能が低下し、健康と要介護状態の中間にあたる「虚弱な状態」を指します。

予約不要 参加無料!

まちけん広場

楽しみながらできる健康づくりがいっぱい!

体操やモルック体験と一緒にフレイル予防を始めませんか?
座って楽しめる体験をご用意しています!ぜひお越しください!

日 程

7月7日(火)

時 間

10:30~12:00 お好きなお時間にお越しください。

場 所

北区民センター(北区扇町2-1-27)

内 容

北ワハハ体操、モルック体験、体力測定
健康に関する相談会など

問合せ先

06-6313-5566
北区社会福祉協議会 生活支援コーディネーターまで

北区社協発祥

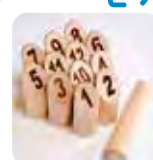
北ワハハ体操

北ワハハ体操とは、歌を歌いながら楽しく体を動かすことができる体操です。

YouTubeをチェック



モルックとは



フィンランド発祥のスポーツ。木製の棒を投げて遊ぶ世代を問わず誰でも楽しめるスポーツです。

あなたの地域の 身近な相談窓口

地域社会福祉協議会はもっとも身近な地域の福祉組織です

地域社会福祉協議会は福祉コミュニティに欠かせない市民相互組織です。北区社会福祉協議会と協働して、それぞれの地域の課題を一緒に解決できるよう取組みを進めています。

北野 10
北野コミュニティセンター
神山町15-12
☎06-6362-8181

会長 山名 達郎 (やまな たつろう)
地域福祉コーディネーター 庄田 佳子 (しょうだ よしこ)

堂島 11
堂島会館
堂島2-2-26
☎06-6345-2688

会長 三宅 一郎 (みやけ いちろう)

中之島 12
中之島会館
田付 晃司 (たづけ こうじ)
お問い合わせは北区社協へ
☎06-6313-5567

豊仁 13
豊仁地域集会所
長柄中3-4-2
☎06-6881-2844

会長 松岡 文子 (まつおか ふみこ)
地域福祉コーディネーター 加藤 康子 (かとう やすこ)

豊崎東 14
豊崎東地域集会所
※火曜は11:30~14:30
長柄中1-7-25
☎090-1225-4881

会長 川瀬 恵子 (かわせ けいこ)
地域福祉コーディネーター 柴山 ひとみ (しばやま ひとみ)

本庄 15
本庄会館
本庄東2-4-39
☎080-7651-9852

会長 中山 正章 (なかやま まさあき)
地域福祉コーディネーター 保木 紀子 (やすき のりこ)

豊崎 16
豊崎会館
豊崎4-7-1
☎06-6373-4054
☎080-6184-2952

会長 小玉 始 (こたま はじめ)
地域福祉コーディネーター 山本 真子 (やまもと まちこ)

曾根崎 9
曾根崎コミュニティセンター
曾根崎2-15-1
梅田ガーデン2F
☎06-6366-5505

会長 吉沢 克規 (よしざわ かつのり)
地域福祉コーディネーター 早川 皆美 (はやかわ みなみ)

菅北 8
菅北福祉会館
池田町1-50
☎06-6882-4133

会長 上出 明 (かみで あきら)
地域福祉コーディネーター 滋野 京 (しげの みやこ)

済美 7
済美福祉センター
中崎西1-6-8
☎06-6375-2100

会長 中上 隆雄 (なかがみ たかお)
地域福祉コーディネーター 黒田 理江 (くろだ りえ)

北天満 6
北天満会館
山崎町5-21
☎06-6365-1676

会長 岡山 典史 (おかやま のりふみ)
地域福祉コーディネーター 河合 芽美 (かわい めぐみ)

梅田東 5
梅田東コミュニティ会館
中崎西2-4-12
梅田センタービル31F
☎06-6313-5567

会長 原 康之 (はら やすゆき)
お問い合わせは北区社協へ

菅南 4
てんいちゆうゆうホール
天神橋1-18-11
☎090-9040-9409

会長 八十島 義郎 (やそしま よしろう)
地域福祉コーディネーター 金田 貴美子 (かまた きみこ)

西天満 3
西天満地域福祉センター
西天満3-12-19
☎06-6361-1285

会長 岡田 基文 (おかた もとふみ)
地域福祉コーディネーター 中谷 ゆり子 (なかに たゆりこ)

堀川 2
堀川地域集会所
同心1-5-27
☎06-6356-8090

会長 野村 剛 (のむら たけし)
地域福祉コーディネーター 小裕 弘子 (こさこ ひろこ)

滝川 1
滝川公園地域集会所
天満4-7-20
☎06-6352-9720

会長 根本 卓 (ねもと たかし)
地域福祉コーディネーター 梅津 宏之 (うめづ ひろゆき)



お気軽にご相談ください!

地域福祉コーディネーター

地域にお住いで、支援を必要とされる方の相談を受け、必要な関係機関へつなぐ地域の身近な相談窓口です。地域で開催されている「ふれあい喫茶」や「高齢者食事サービス」などの地域活動への案内や、お声かけなども行っています。また、車いすの貸出についてもご相談をお受けしています。

ちょっと
気になる...

こんなとき、
どこに相談すれば...



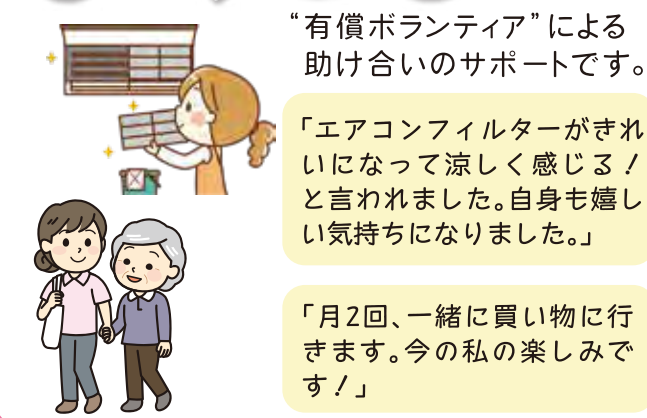
月～金曜日

9:30～12:30

★開館時間は業務の都合上、変更になる場合があります。

住民同士の助け合い活動

まちとも



“有償ボランティア”による
助け合いのサポートです。

「エアコンフィルターがきれいになって涼しく感じる！
と言われました。自身も嬉しい気持ちになりました。」

「月2回、一緒に買い物に行きます。今の私の楽しみです！」

●ご利用には、**利用会員登録**が必要です。

利用会員 (年会費1,000円) **利用料 30分/250円** (ゆうちょ口座より自動引落)

サポート会員 **謝礼金 30分/250円** ★メールを使うことができる方

まちともサポート会員養成講座のご案内

日時 7月14日(火)14:00～15:00

ご利用に興味のある方の
参加も可能です。
お気軽にお申込ください。

定員 15名(応募多数の場合、抽選)

場所 北区在宅サービスセンター4階会議室
(神山町15-11)

内容 「まちとも」の活動を会員の声を
交えて、お伝えします。

持ち物 謝礼金振込先が
わかるもののコピー

申込・問合せ まちとも担当 ☎06-6313-5567

老人福祉センターに来ませんか



利用は、**無料**です!

利用時間/10:00～17:00
(日曜・祝祭日・年末年始は休み)



北老人福祉センター
愛称 “キタロー”
同心1-5-27
☎06-6352-7025

大淀老人福祉センター
愛称 “大淀はつらつセンター”
本庄東1-24-11
☎06-6374-0873

お気軽にご利用ください!



みんなのうた広場
(北老人福祉センター)



男の柔軟塾
(大淀老人福祉センター)

老人福祉センターは、大阪市在住の60歳以上の方が、健康で明るい生活を営むために必要な生活相談等のほか、各種講演会を実施するとともに、社会見学会、サークル活動、レクリエーションを行っています。

「北ボラ」ボランティアグループ紹介

北区で様々な活動をしているグループの紹介です。ご興味のある方は下記までお問い合わせをお願いいたします。

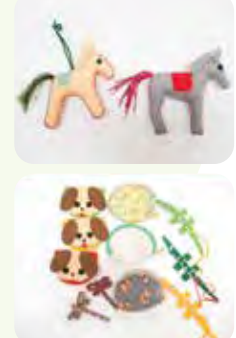
傾聴ボランティア「バラの会」

日時 毎月第2火曜日
14:20～15:30
活動場所 北区社会福祉協議会
活動内容 必要なのは貴方の耳と心だけ
Let's Keicoyoh!! 資格は不要
高齢者施設での傾聴活動を行っています。
活動の見学・体験にいらしゃいませんか?
まずは定例会をのぞいてみてください。



マスコットクラブ

日時 毎週火曜日
10:00～15:00
活動場所 北区社会福祉協議会
活動内容 「明るく元気に朗らかに」をモットーに子育て支援や、福祉施設等地域活動に参加し、みんなと楽しく小物作りをしています。手作り、物作りに興味のある方は活動日に見学にお越しください。



法輪功

日時 月に3回
月曜日13:00～17:00
活動場所 北区社会福祉協議会
活動内容 心と体を鍛える法輪功(ファールゴン)は気功修煉法です。5つの動作を通して体質が改善され、免疫力もアップできます。ステージや公園でみなさんと一緒に体をほぐす活動をしています。



問合せ 北区社会福祉協議会/北区ボランティア・市民活動センター ☎06-6313-5566 FAX 06-6313-2921

みなさんに集めていただいた使用済み切手を寄付しました **17kg**

令和8年2月に、切手ボランティアさんに整理していただいた使用済み切手を北稜中学校の職場体験時に公益財団法人日本キリスト教海外医療協会に送付しました。お送りした切手は換金され、アジア・アフリカでの保健医療に役立てられます。

使用済み切手募集

使用済み切手を集めています。区社協の窓口までご持参ください。少量でも構いません。切手は台紙のまわりおよそ1cmくらいを残し切り取ってください。

ボランティア募集

活動日 毎月第2・4月曜日
13:00～15:00
活動場所 北区社会福祉協議会
活動内容 使用済み切手の整理



北稜中学校
職場体験の様子

広告

そのままでは、
ご家族が
“何もできなくなる”
可能性があります

認知症になる前にできる資産対策を
ご存じですか?

認知症対策から終活・相続までを
トータルサポート

認知症になる前にできる資産対策を
ご存じですか?

認知症対策から終活・相続までを
トータルサポート

年費35～4000の
セミナー・体験イベントを
大阪市内各区の
社会福祉協議会で
開催!

毎日新聞に
取材・掲載
されました!

これらは、全て事前の対策で回避できます

【初回相談無料(予約必要)】
ご相談は対面で、ご自宅・弊事務所
など、ご指定いただけます。

06-6766-4243
kajima@kajima-m.com
大阪市北区天神橋2丁目北1番21号八千代ビル9階

こじま行政書士事務所
行政書士・認知症資産相談士・FP
として、
「高齢者とそのご家族の安心」
をテーマに活動

認知症になる前にできる資産対策を
ご存じですか?

認知症対策から終活・相続までを
トータルサポート

認知症になる前にできる資産対策を
ご存じですか?

認知症対策から終活・相続までを
トータルサポート

年費35～4000の
セミナー・体験イベントを
大阪市内各区の
社会福祉協議会で
開催!

毎日新聞に
取材・掲載
されました!

これらは、全て事前の対策で回避できます

【初回相談無料(予約必要)】
ご相談は対面で、ご自宅・弊事務所
など、ご指定いただけます。

06-6766-4243
kajima@kajima-m.com
大阪市北区天神橋2丁目北1番21号八千代ビル9階

善意銀行へのあたたかい
ご支援・ご寄付を
ありがとうございました。



4 この広報紙は、共同募金の配分金を活用して作成しています。 また、音訳ボランティアグループ「北朗バラの会」による音訳版も作成しています。ご希望の方はお申し出ください。

- 年3回、約100,000部発行。
行政機関、福祉施設や各地域等に
広く配布しています。
- タブロイド版4面中・3面の下段に縦8cm
横6cmを1区画とし、1ページ最大4区画で、
1区画5,000円の料金で掲載できます。

