柏原市
おたすけガイドブック

≪くらしの情報編≫



住み慣れた地域・自宅で、いつまでも暮らせるように、
さまざまなサポートがあります!!

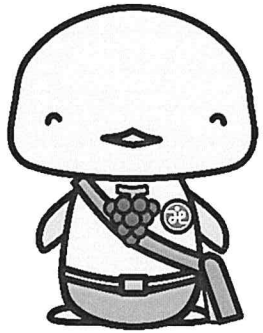
「柏原市　おたすけガイドブック」(Vol.6) 発行にあたって

私たち柏原市高齢者いきいき元気センター(柏原市地域包括支援センター)では、介護や健康、医療など様々な面から、地域で暮らす高齢者のみなさまを支えるために活動しています。

高齢者のみなさまが住み慣れた地域で安心してすこやかに暮らせるよう、また、楽しみをもって暮らしていけるよう、様々なお店や活動の情報を集めました。みなさまの暮らしや活動の参考にしていただければ幸いです。

柏原市おたすけガイドブックご利用のお願い

この冊子の情報は、令和4年3月時点でのものです。ご利用時には変更されている場合がありますので、ご利用の際は新しい情報を直接お店などにお聞きください。



もくじ

「くらしの困ったのお手伝い情報」

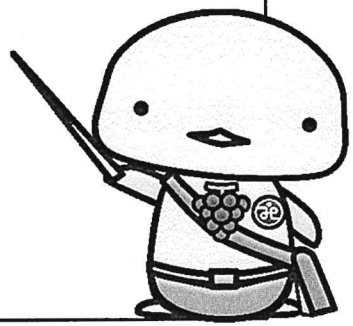
○お弁当を配達してくれるお店…… 1～3ページ
○家事を手伝ってくれるところ…… 4～5ページ
○買ったものを家まで届けてくれるお店‥ 6～7ページ
○介護タクシー…… 8～9ページ
○自費ベッド・車いす（介護保険外）……10～11ページ
・その他……12ページ
○家で理美容サービスを受けられるお店‥13ページ
○お医者さんを探したい……14～16ページ
○柏原市の高齢者福祉サービス……17～19ページ

「教室・サロンなど交流の場」……20～32ページ

「ボランティアなど活躍の場」……33～38ページ

「家族会など」……39～41ページ

「トラブル・いざという時の相談場所」……42～48ページ



お弁当を配達してくれるお店

名前・住所・電話番号	料金	配達できる地域	内容		その他
ライフデリ　柏原・藤井寺店 柏原市国分西2-1-36 ☎072-977-0460	普通食おかずのみ530円(税込み)～	柏原市内全域	朝食 昼食 夕食 土日祝 配慮食 安否確認	○ ○ ○ ○ ○ ○	・朝食はパン・ジュース等で、昼・夕食配達時にお届け。 ・刻み食(+60円)。ご飯大盛(+60円)。おかず大盛(+60円)。ご飯グラム指定(無料)。おかゆ可。 ・アレルギー、カロリー調製食、ムース食、透析食、腎臓食、やわらか食　対応可。
配食のふれ愛　八尾店 八尾市東山本新町3-7-21 ☎ 072-921-3322 ケイタイ 080-4866-6297 FAX 072-921-2536	1食 345円(税込み)～ 配達料なし	柏原市内全域	朝食 昼食 夕食 土日祝 配慮食 安否確認	× ○ ○ ○ ○ ○	・おかゆ、きざみ食、栄養調製食各種、ムース食等　対応可。 ・ホームページにて様々な情報を発信しています。http://www.fureai-yao.com
本家かまどや　国分店 柏原市国分西2-2-28 ☎ 072-978-1100	800円～ 配達料なし	国分地区 (一部地域除く)	朝食 昼食 夕食 土日祝 配慮食 安否確認	× ○ ○ ○ × ×	・月曜定休 ・配達時間 10:00～13:00 / 17:00～20:00

お弁当を配達してくれるお店

名前・住所・電話番号	料金	配達できる地域	内容		その他
家族弁当 柏原市国分本町2-7-15 ☎ 072-977-8585 FAX 072-977-5057	800円～ 配達料なし	柏原市内全域	朝食 昼食 夕食 土日祝 配慮食 安否確認	× ○ ○ ○ × ○	定期利用者の配達についての単価は要相談
(株)ジョイントけんたくん 松原市天美我堂3-65 ☎ 0120-234-534	500円～	柏原市内全域	朝食 昼食 夕食 土日祝 配慮食 安否確認	○ ○ ○ ○ × ×	冷凍のお弁当をお届けします(クール便で対応)。1度に5食以上のご注文。(送料一律800円。5,000円以上の購入で送料無料。支払手数料はお客様負担)
ほっかほっか亭　法善寺店 柏原市法善寺4-9-8 ☎ 072-972-4163 FAX 072-972-4164	1,500円～ 配達料なし	法善寺近辺	朝食 昼食 夕食 土日祝 配慮食 安否確認	× ○ × ○ × ×	配達時間　11:00～14:00

お弁当を配達してくれるお店

名前・住所・電話番号	料金	配達できる地域	内容		その他
123　柏羽藤店 藤井寺市道明寺6-16-10 ☎ 072-930-1230 FAX 072-930-1231	1食540円～ 配達料なし	柏原市内一部配達不可(要相談)	朝食 昼食 夕食 土日祝 配慮食 安否確認	○ ○ ○ ○ ○ ○	カロリー・塩分調整食、タンパク・塩分調整食、透析食、やわらか食、ムース食　あり。 ※お一人様一回限り無料
大阪いずみ市民生活協同組合 和泉市テクノステージ2-1-10 ☎ 0120-884-900	お弁当 560円～ おかずのみ 500円～	柏原市全域 (一部配達不可)	朝食 昼食 夕食 土日祝 配慮食 安否確認	× × ○ △ ○ ×	・月～金の祝日はお届け可。 ・配慮食は直接お問い合わせください。 ・土日用の冷凍おかずを用意しています。
在宅高齢者配食サービス事業 柏原市高齢介護課 柏原市安堂町1-55 ☎ 072-972-1570	550円	柏原市全域	朝食 昼食 夕食 土日祝 配慮食 安否確認	× ○ × × ○ ○	ケアマネジャー等によるアセスメント書類の提出が必要。見守り・栄養改善が必要とされた方のみ利用可。

家事を手伝ってくれるところ（介護保険外）

名前・住所・電話番号	内容	料金	その他
柏原市シルバー人材センター 柏原市安堂町1-55 ☎ 072-972-1583	家事援助サービス	○定期契約　家事援助:1時間1,100円　身体介助:1時間 1,200円　○スポット契約　1時間1,200円～　事務手数料別途あり	○剪定　1時間　1,600円　○除草　1時間1,100円　○宛名書き/賞状筆耕　内容により料金設定あり　※事務手数料及び諸経費別途あり
柏原市社会福祉協議会 **くらしのサポートサービス** 柏原市大県4-15-35 ☎ 072-972-6786	家事援助サービス	平日　1時間　700円 AM9:00～PM5時 土日祝・上記時間外 1時間　900円	○庭掃除　○代筆・話し相手　○その他掃除、買い物などの簡易な日常生活上の援助
ケアサービスハウス　ゆうふく 柏原市平野1-8-4 ☎ 072-970-0888	掃除、買い物等の家事援助	30分　1,000円	8時からの対応可能
	病院内の付き添い等の身体介助	30分　800円	
	食事介助等の身体介助	30分　1,500円	

家事を手伝ってくれるところ（介護保険外）

名前・住所・電話番号	内容	料金	その他
ハローライフサポート 柏原市太平寺1-8-3 ☎ 072-970-0086	居室内・トイレ・お風呂の掃除、調理など（上記以外のご要望があれば、お気軽にご相談ください）	（介護保険外） 30分　1,000円 （介護保険サービス＋介護保険外の場合） 30分　860円	原則、介護保険制度サービスに準じますが、ご要望に応じてご意向にそえるよう対応させていただきます。（ご意向にそえない場合は、ご容赦いただけますと幸いです）
ダスキン太子 南河内郡太子町太子63-3 ☎ 0120-889-501	家事お手伝いサービス（洗濯、買い物、拭き掃除、アイロンがけ、掃除機かけ、食器洗い、布団干し、庭掃除、花の水やり）	1回2時間　7,700円 （2週間に1回以上） 1回のみの場合 8,800円	○お掃除おまかせサービス　例）3DK1週間に1回19,800円～ ○お片付けサービス　例）収納スペースの整頓 2人2時間　17,600円～

買ったものを家まで届けてくれるお店

名前・住所・電話番号	配達条件	料金	配達できる地域	内容		その他
ライフ国分店 柏原市国分本町1-1 ☎ 072-977-8551	詳しくはサービスカウンターまでお問合せください。	個口数による(詳しくは7ページ)	大字高井田・石川町・片山町・玉手町・旭ヶ丘1～3丁目・国分西1～2丁目・国分本町1～7丁目・国分市場1～2丁目・国分東条町・田辺1～2丁目	お買い上げの商品(一部商品を除きます)		
(株)万代　柏原大県店 柏原市大県3-13-43 ☎ 072-973-5571	4,000円(税抜き)以上のお買い物。店内清算済のものに限る。	無料 ※4,000円(税抜き)以下のお買い物では、配達いたしかねます。	柏原周辺(詳しくはお店で確認してください)	生鮮 冷凍 惣菜 特売品 大型 	× × × ○ ○ 	配達時間は13:00～16:00。時間指定はできません。
フレッシュマーケット　アオイ柏原法善寺駅前店 柏原法善寺4-2-5 ☎ 072-929-8638 FAX 072-929-8538	お買い上げ金額2,000円以上	店舗にお問い合わせください。	2km圏内(一部地域除く)	生鮮 冷凍 惣菜 特売品 大型 日用品	○ × ○ ○ ○ ○	毎日の食卓に「おいしい」をいっぱいに！

国分店

らくらくお助け便

当店でお買上げの商品が対象です。(一部商品を除きます。)

お買物商品
当日お届けします。

お客様ご自身で袋分けして
サービスカウンターへ
お持ちください。
マイバッグのご持参または
レジ袋(有料)をご購入ください。

詳しくはサービスカウンターまでお問い合わせください。

※天候や混雑状況により3時間以内にお届け出来ない場合もございます。
※配達時間の指定は出来ません。受付から3時間を経過して、お客様がご不在だった場合は、キャンセル扱いとさせていただき、受付店舗でのお引き取りとさせていただきます。その際、配達料のご返金はいたしかねます。また、お客様ご都合による再配達には再度、配達料が発生致します。あらかじめご了承ください。

受付時間 開店～夕方5時まで

あさ10時より配達受付後3時間以内に配達します。
※あさ10時までの受付商品はお昼1時までにお届けします。

お買上げ 税込5,000円以上で 1回の配達が 5個口までの場合に限り

※上記条件に該当しない場合は、下記の料金となります。

配達料 税込 110円

個口数					
1～5個	6～10個	11～15個	16～20個	21～25個	以降5個口毎
330円	550円	1,100円	1,650円	2,200円	+550円
受付料金(税込)					

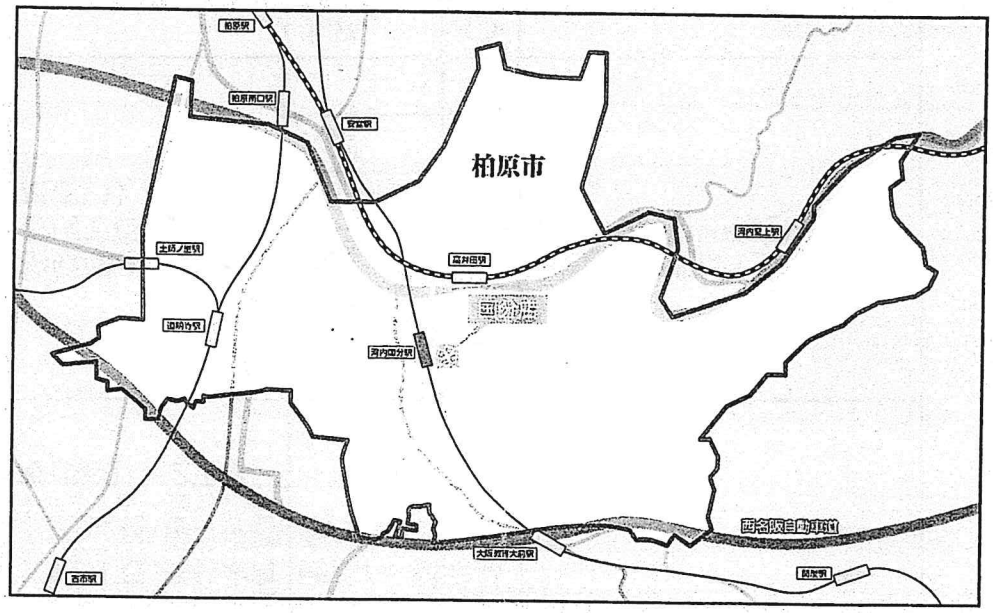
※1個口の重量は15kg以内とさせていただきます。

★お届け出来ない場所：河川敷、公園等住所のない場所、官公庁へのつけ届け、病院(入院患者)、入場時間が決まっている場所など。
★配達出来ないもの：要冷蔵品、アイス、氷、冷凍食品、ギフト、進物、植物、昆虫等生き物、自転車、組み立て済家具、設置が必要な家電、1個15kg以上のもの、長さ175センチ以上・幅130センチ以上・高さ110センチ以上の物、一人で移動が出来ないもの。

2020年8月～

らくらくお助け便

国分店 配達エリアマップ



取扱い店
国分店

配達地域
〈柏原市〉
大字高井田、石川町、片山町、玉手町、旭ケ丘(1～3丁目)、国分西(1～2丁目)
国分本町(1～7丁目)、国分市場(1～2丁目)、国分東条町、田辺(1～2丁目)
〈藤井寺市〉
道明寺(1～6丁目)、国府(1～3丁目)、惣社(1～2丁目)、梅が園町、船橋町、北條町

※詳細についてはサービスカウンターまでご確認ください。

介護タクシー

名前・住所・電話番号	営業日	営業時間	初乗り料金	その他料金	その他
ケアタクシー　宮井 柏原市平野1-1-17 ☎ 080-6180-3040	月～土	要相談	670円	○身体・知的障害　1割引き ○介助内容により別料金	※要予約
介護タクシー　ゆう 柏原市平野1-12-37-202 ☎ 0120-015-394 ☎ 090-9877-9844	―	8時～20時	680円	○迎車回送　680円 ○車いす貸出　1,000円 ○フルリクライニング車いす貸出　2,000円	中型車両
みんなのかいごたくしー ゆうふく 柏原市平野1-8-4 ☎ 072-970-0888	月～土（日祝休み）	8時～17時	小型車 680円 中型車 680円	介助料　1回30分　800円 深夜及び早朝　2割増	※当日依頼の受付は17時まで

介護タクシー

名前・住所・電話番号	営業日	営業時間	初乗り料金	その他料金	その他
ケアタクシー　善 柏原市玉手町25-72 ☎ 080-5634-1378	月～土	※要相談	640円	○身体・知的障害　1割引き ○介助内容により別料金あり	※要予約
福祉タクシー　らくや 柏原市国分本町7-4-77 ☎ 080-5323-5231	月～土	8時～19時	680円	時間制の場合、30分ごとに2,800円	
介護タクシー　和ーなごみー 柏原市大正1-3-33　rasisa r3 ☎ 072-971-5300	無休	7:00～ 21:00	時間制初乗り　10分 730円	○加算料金　10分ごと　730円 ○迎車回送料金　730円 ○深夜早朝（22時～翌朝5時）2割増し ○身体・知的障害1割引き ○遠距離　9000円を超える金額について1割引き ○基本介助料1回30分（室内・院内） 500円	同行介助 ご相談ください

自費ベッド・車いす（介護保険外）

名前・住所・電話番号	営業日	営業時間	自費ベッド（月額）	自費車いす（月額）	その他
シルバークロス 福祉住環境相談所 柏原市河原町3-34 ☎ 072-971-0333	月～金 第2・4・5土	9:00～ 18:00	1500円（ベッド本体・マットレス・サイドレール2本）		要支援1～ 要介護1
ヘルスサポート　しおん 柏原市田辺1-1-29 ☎ 072-974-9366	月～土 （祝日も営業）	9:00～ 17:00	○1モーター　1000円 ○2モーター　1500円 ※いずれもベッド本体・マットレス・サイドレール2本	500円	
ダスキンヘルスレント 藤井寺ステーション 藤井寺市小山8-4-7 ☎ 072-952-3423	月～土 （日祝休み）	9:00～ 18:00	○1モーター　900円 （背上げ） ○2モーター　1200円 （背上げ・足上げ・高さ）	500円	

自費ベッド・車いす（介護保険外）

名前・住所・電話番号	営業日	営業時間	自費ベッド（月額）	自費車いす（月額）	その他
株式会社　アエル　介護事業部 大阪市鶴見区緑1-15-17 ☎ 06-6655-1310	月～土（日・祝祭日、年末年始12/30～1/4休み）	9:00～18:00	○1000円　2モーター、サイズはレギュラーサイズのみ。マットレスは固め（通常の固さ）。 ○1500円　2・3モーター、サイズ、マットレスの固さが選択可能。	800円（介助・自走用標準車いす）	
らくふく 八尾市本町5-1-12-102号 ☎ 072-943-2822	月～日（祝祭日・年末年始除く）	9:00～18:00	1500円　1～3モーター	500円	取扱商品に自信あり
フランスベッド（株）メディカル堺営業所 堺市北区黒土町3000-3 ☎ 072-270-0040 080-3038-7983（柏原市エリア担当　中島）	月～土（日・祝祭日、夏期8/13～8/15、年末年始12/31～1/3休み）	9:00～17:45	○1000円　1モーター（背上げ） ○1300円　2モーター（背上げ・高さ昇降） ○1500円　3モーター（背上げ・高さ昇降＋脚上げ）	1500円（自走式・介助式）	別途配送料4400円（税込・解約時の引取り料含む）を商品お届け時に申し受けます。上記の価格は介護保険証をお持ちの方、ご担当のケアマネジャーによる給付管理業務を受けておられるご利用者に限ります。

その他

〈補聴器〉

名前・住所・電話番号	営業日	営業時間	自費ベッド（月額）	自費車いす（月額）
パナソニックエイジフリーショップ八尾中央 八尾市萱振町4-44-7 ☎ 072-991-0745	月～土	8:45～ 17:45	ポケット型・耳かけ型・耳あな型 58,000～790,000円	○無料相談・お試し承ります。 ○ご自宅までお伺いします。

家で理美容サービスを受けられるお店

名前・住所・電話番号	営業日	営業時間	料金	その他
へあ～さろん　えむ&えむ 柏原市今町1-1-23 ☎ 072-972-2072 http://hs-emuemu.com	男性：月・火 女性：水・木・金。土日祝は午後のみ。	ご相談ください	男性・女性ともにカット　3,700円 顔そり等は別途	訪問・送迎は予約制。出張費・送迎は無料。　時間はご相談ください。
福祉・訪問美容　和み 柏原市田辺2-10-64 ☎ 080-3867-7531 http://nagomi-hair.club	予約優先制	8:00～ 18:00	○カット　4400円　○カット・シャンプー・ブロー7,700円～　○カット・カラー12,100円～　○カット・パーマ13,200円　○カラー塗布のみ4,400円〈初回・定期予約10%OFF〉	介護施設　応相談（人数により異なります）

お医者さんを探したい

【歯医者】

名前・住所・電話番号	受付日	受付時間	内容
柏原市歯科医師会 在宅歯科ケアステーション 柏原市玉手町18-64（太田歯科医院内） ☎ 072-978-4618 FAX 072-977-1616	月水金	9:00～ 13:00	「歯が痛い」「入れ歯があわない」など診てもらいたいけど、通院できない時はご相談ください。訪問診療できる歯科医院をご紹介、連絡調整します。 ※ 詳しくは、15ページをご覧ください。

【医療の相談】

名前・住所・電話番号	受付日	受付時間	内容
柏原市在宅医療・介護連携推進センター 柏原市法善寺1-7-9 ☎ 072-972-0885（内線1132）	月～金 （土日祝・年末年始を除く）	8:45～ 17:00	「かかりつけ医や往診してくれるお医者さんを探したい」「訪問看護の相談をしたい」など在宅で医療を受けたいときはご相談ください。（相談無料） ※ 詳しくは、16ページをご覧ください。

歯医者さんの訪問診療

ご案内

歯や歯ぐきの痛み

診て欲しいけど



入れ歯の悩み、調整など

通院できない……

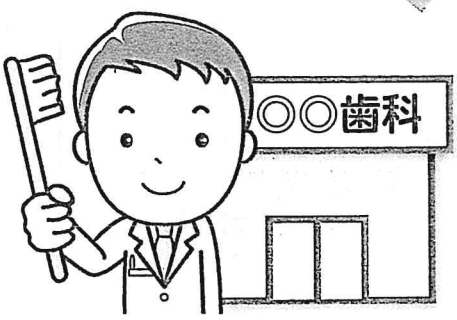
自宅や施設で歯科治療、口腔ケアを行います

※受診には健康保険証及び介護保険証をご用意下さい。

訪問

相談

訪問診察できる歯科医院をご紹介



依頼

歯科医院に連絡対応の調整を行います

お問い合せ

柏原市歯科医師会

在宅歯科ケアステーション

〒582-0028　柏原市玉手町18-64　太田歯科医院内

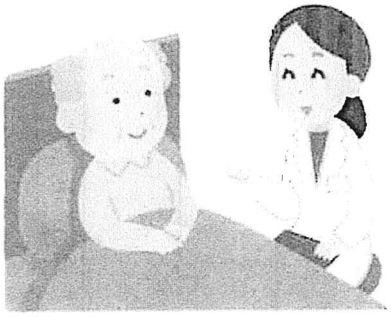
受付時間　月 水 金 曜日 9:00～13:00

電　話　072-978-4618

FAX　072-977-1616

柏原市在宅医療・介護連携推進センター をご利用ください

市立柏原病院では柏原市からの委託を受け、地域の高齢者を支える医療・介護関係者のための相談窓口を設置しています。高齢者が医療や介護を必要とする状態になっても、住み慣れた地域で自分らしい生活を続けることができるよう、在宅医療と介護を一体的に提供していくための支援を行います。



在宅での看取りや緩和ケアを行っている医師を紹介してほしい

かかりつけ医や往診をしてくれる医師を探している

訪問看護導入について相談したい

【相談ダイヤル】

072-972-0885（内線1132）

月～金曜日 8:45～17:00
（土日祝・年末年始を除く）

○相談無料
○まずはお電話にてご相談ください

在宅医療・介護連携支援コーディネーターがご相談を伺います



市立柏原病院　地域医療連携係
令和元年10月

柏原市の高齢者福祉サービス　　柏原市高齢介護課　☎972-1570

緊急通報装置貸与サービス

一人暮らしの高齢者等が急病になったとき、ボタンひとつでコールセンターに通報される緊急通報装置を貸与　します。

対象者	65歳以上の一人暮らしの方や高齢者のみの世帯等
費用負担	無料（ただし、維持費として毎月40～50円程度電話代に加算されます。）

紙オムツ給付サービス

在宅でおむつを使用している寝たきり高齢者等を介護する家族の負担を軽減するため、紙オムツを支給します。

対象者(すべての要件を満たす方)	要介護度３以上が3ヶ月以上継続している方
	3ヶ月以上、同居する家族から介護を受け、在宅生活を継続していること
	本人、同居する家族は1年以上柏原市民であること
	本人、同居する家族全員が住民税非課税であること
サービス内容	１ヶ月5,000円を限度とした紙オムツを現物支給

福祉理容サービス

寝たきり等で外出が困難な高齢者の自宅に理容師が訪問し、出張理容をおこないます。

対象者	本市に住民票のある65歳以上で寝たきりの方等で自力で理容店に行けない方
費用負担	無料（ただし年に4回が限度）

在宅配食サービス

買い物・炊事等が困難な一人暮らし高齢者等の自宅に、安否確認もかねて栄養のバランスのとれた昼食を定期的に配食します。

対象者	65歳以上の一人暮らし又は高齢者世帯等の方でアセスメントにより栄養改善が必要と判断された高齢者
費用負担	食材費等相当額

生活安全支援用具給付サービス

火の始末等に不安のある認知症・寝たきり・一人暮らし高齢者等に、火災警報器・自動消火器・電磁調理器を給付します。

対象者	本市に住民登録のある65歳以上の寝たきり高齢者・一人暮らし高齢者等の方で、心身機能低下により防火等の配慮が必要な方
費用負担	所得段階に応じて、費用負担あり。

柏原市の高齢者福祉サービス　　柏原市高齢介護課　☎972-1570

高齢者福祉電話貸与サービス

安否の確認や緊急時の連絡、または社会的コミュニケーションを図るため、連絡手段のない一人暮らしの高齢者等に対し、電話を貸与します。

対象者	本市に居住する65歳以上の一人暮らし高齢者、高齢者世帯等で低所得者の方
費用負担	1ヶ月600円を超えた分の通話料

徘徊高齢者家族支援サービス

「散歩に出かけたままなかなか帰ってこない…」「頻繁に外出する機会が多く見つけるのに大変苦労している…」などでお悩みの家族の方に居場所が検索可能な小型端末を貸与します。

対象者	本市に居住する65歳以上の徘徊癖のある高齢者を在宅介護している家族介護者。
利用料金	使用料　月々500円(消費税別)　　その他、諸費用がかかります。詳しくはお問い合わせください。

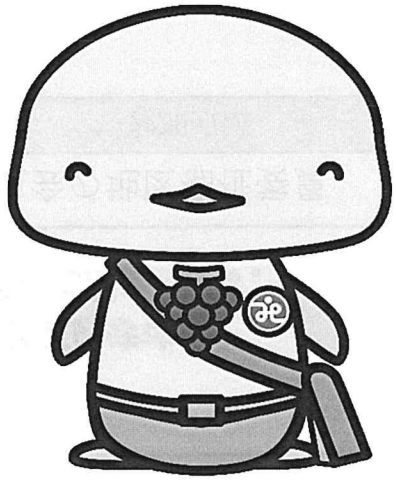
特殊詐欺対策機器無償貸し出し

発信者に警告メッセージ(通話を録音していること)を知らせる機器を無償で貸し出します。

対象者	本市の住民基本台帳に登録され、かつ本市に居住している65歳以上の方。
利用料金	無償

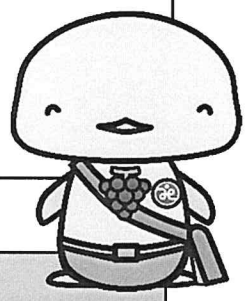
高齢者の方が参加できる活動や教室・サロンなど　地域のさまざまな交流の場をご紹介します。

社会とのつながりを
もって、いきいきと
元気に過ごしましょう。



≪ ふれあいサロン ≫

柏原市では、地区ごとで「ふれあいサロン」をおこなっています。
レクリエーションや茶話会など、地域での交流を目的として実施されています。
※新型コロナウィルス感染予防のため、中止になることがあります。



【対象者】65歳以上でお一人暮らしの方　　【運　営】地区福祉委員会の地区福祉委員

地区名	地区	参加方法
柏原西	本郷・大正・古市・今町	○開催日、開催場所については各地区によって異なります（月1回～年数回） ※各地区の掲示板や回覧板などで実施のお知らせが掲載される場合があります。 《お問い合わせ》 お近くの地区福祉委員会・柏原市社会福祉協議会 (小地域ネットワーク活動担当)まで
柏原東	上市・清州・河原町・堂島町	
堅下北	法善寺・山ノ井	
堅下中	大県・平野	
堅下南	太平寺・安堂・高井田	
国分東	国分本町・国分市場・国分東条町・田辺	
国分中	旭ケ丘・国分西・玉手山	
国分西	片山町・石川町・玉手町・円明町	
堅上	雁多尾畑・青谷・本堂・峠	

○地区福祉委員会とは…高齢者等、様々な福祉問題を抱えている方や住民の方が地域で自立して生活できる福祉のまちづくりを推進する地域住民の自主組織です。

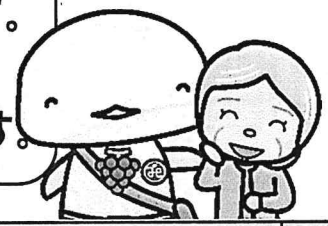
○小地域ネットワーク活動担当とは…地域の方々が自分たちの地区をより良くしていくお手伝いをしています。

《お問い合わせ》柏原市社会福祉協議会　小地域ネットワーク活動担当　☎972-6786

≪ サロン・教室 ≫

✿市の介護予防ポイントの対象です✿

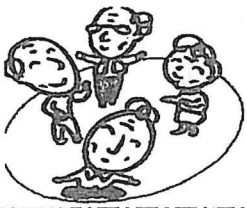
柏原市では、介護予防を目的にさまざまなサロンや教室があります。
楽しみながら介護予防をしませんか？
※新型コロナウィルス感染予防のため、中止になることがあります。



教室名	内 容	開催日時	場 所	詳しくは
いきいきサロン若返り教室	体の体操・脳の体操など	毎月第2金曜 14：00～15：30	今町老人会館	23ページ
物忘れ予防サロン	脳トレなど	毎月1回月曜 14：00～15：05	保健センター オアシス	24ページ
国分物忘れ予防教室	脳トレ・口腔体操など	毎月1回金曜 14：00～15：00	国分合同会館	25ページ
柏原市いきいき百歳体操	座ってできる体操など	月曜　13：30～14：10 木曜　15：00～15：40	柏原西コミュニティ会館	26ページ

※開催日や場所など、詳しい内容は、次のページからのチラシをご覧ください。

《お問い合わせ・お申し込みは…》柏原市高齢者いきいき元気センター　☎　970-3100



いきいきサロン若返り教室のごあんない



身体の体操・脳の体操・などを経験して介護知らずの生活をおくりましょう！！

【開催日時】 ２０２２年度原則毎月第２金曜日

時間　　１４時００分～１５時３０分頃

開催日

４月　８日（金）	１０月１４日（金）
５月１３日（金）	１１月１１日（金）
６月１０日（金）	１２月　９日（金）
７月　８日（金）	１月１３日（金）（２０２３年）
８月１２日（金）	２月１０日（金）
９月　９日（金）	３月１０日（金）

【開催場所】　今町老人会館（７月はオアシス））
住所：柏原市今町１丁目５番３号

【参加対象者】　おおむね６０歳以上の方で今町老人会館まで自分で来られる方（送迎の設備、時間が無いため）

【参加費】　１回１００円（どの日からでも参加出来ます）
（参加費は当日受付にお渡し下さい）
（参加費は会場使用料と行事保険料にあてます。）

【お問合せ】 柏原市高齢者いきいき元気センター
（柏原市大県４－１５－３５・電話９７０－３１００）

【お申し込み方法】申し込み必要（電話等にて）
（今年度は当面の間コロナウイルスの問題で参加者人数
２０名に制限させていただきます。）

主催　柏原市ボランティアグループ『介護予防サポーターズ』
後援　柏原市・柏原市高齢者いきいき元気センター
追記　体操は：体操講師の先生にお願いしています。

＊当日は水分補給の飲物と・タオルをご持参下さい
＊当日は団体行事保険には加入いたしますが、今町老人会館室内及て
オアシス室内のみの補償ですのでご了解お願いいたします。
＊今町老人会館は土足禁止ですので上靴を持参下さい。
＊２０２２年７月は今町老人会館が使用出来ない為
会場はオアシスの３階になります。
この間だけ変更しますので間違いの無いようお願いいたしま
す。

令和４年度

物忘れ予防サロンのご案内

～高齢者のための楽しい実践講座～

脳を活性化し、認知症予防に
取り組みましょう！！

【開催日時】　月曜日　14：00～15：05頃

令和４年　4月4日・5月2日・6月6日・7月4日・
8月1日・9月5日・10月3日・11月7日・
12月5日

令和５年　1月16日（第3月曜）・2月6日・3月6日

※　どの日からでも参加できます

【開催場所】　保健センター　オアシス３階（地域交流ホール）

【参加対象者】　おおむね　６０歳以上　の柏原市民の方でオアシスまで自分で来所できる方

【参加費】　１回１００円　（参加費は当日受付にお渡しください）
※　参加費から団体行事保険（開催会場内のみ補償）をかけます

【定　員】　35名（先着順）　お電話またはFAXにて申し込みが必要です

※コロナ感染拡大予防のため参加当日検温をし、いつもと違う症状のある場合は参加をお控えください。会場の都合により中止することがあります。
必ずマスク着用でご参加ください。

【お申し込み・お問い合わせ】
柏原市高齢者いきいき元気センター　☎　072－970-3100
FAX　072－970-3200

主催　柏原市ボランティアグループ『介護予防サポーターズ』
後援　柏原市高齢者いきいき元気センター

令和４年度　国分物忘れ予防教室　年間予定表

日　時	場　所	内　容	備　考
４月21日（木）	国分合同会館	メイン：脳トレ、口腔体操等	
５月19日（木）	国分合同会館	〃	
６月16日（木）	国分合同会館	〃	
７月21日（木）	国分合同会館	〃	
８月18日（木）	国分合同会館	〃	
９月15日（木）	国分合同会館	〃	
10月20日（木）	国分合同会館	〃	
11月17日（木）	国分合同会館	〃	
12月15日（木）	国分合同会館	〃	
１月19日（木）	国分合同会館	〃	
２月16日（木）	国分合同会館	〃	
３月16日（木）	国分合同会館	〃	

※時間は毎回　14:00～15:00 です。

問い合わせ先：柏原市社会福祉協議会　高齢者いきいき元気センター

担当：　072-970-3100

柏原西コミュニティ会館

令和４年度柏原市いきいき百歳体操

みなさんといっしょに体操しませんか

スケジュール

月	日時	月	日時
４	7(木)15:00～15:40	１０	6(木)15:00～15:40
	11(月)13:30～14:10		10(月)13:30～14:10
	21(木)15:00～15:40		20(木)15:00～15:40
	25(月)13:30～14:10		24(月)13:30～14:10
５	5(木)15:00～15:40	１１	3(木)15:00～15:40
	9(月)13:30～14:10		7(月)13:30～14:10
	19(木)15:00～15:40		17(木)15:00～15:40
	23(月)13:30～14:10		21(月)13:30～14:10
６	2(木)15:00～15:40	１２	1(木)15:00～15:40
	6(月)13:30～14:10		5(月)13:30～14:10
	16(木)15:00～15:40		15(木)15:00～15:40
	20(月)13:30～14:10		19(月)13:30～14:10
７	7(木)15:00～15:40	１	5(木)15:00～15:40
	11(月)13:30～14:10		9(月)13:30～14:10
	21(木)15:00～15:40		19(木)15:00～15:40
	25(月)13:30～14:10		23(月)13:30～14:10
８	4(木)15:00～15:40	２	2(木)15:00～15:40
	8(月)13:30～14:10		6(月)13:30～14:10
	18(木)15:00～15:40		16(木)15:00～15:40
	22(月)13:30～14:10		20(月)13:30～14:10
９	1(木)15:00～15:40	３	2(木)15:00～15:40
	5(月)13:30～14:10		6(月)13:30～14:10
	15(木)15:00～15:40		16(木)15:00～15:40
	19(月)13:30～14:10		20(月)13:30～14:10

お問合わせ

高齢者いきいき元気センター

無料

ＴＥＬ　９７０－３１００

かしわらハツラツ↗↗介護予防手帳

市では、年を重ねても生きがいをもって生活できるよう、
「かしわらハツラツ↗↗介護予防手帳」を作成しました。
手帳を見ながら体操や健康チェックをしたり、対象のサロンや教室に
参加して介護予防ポイントをためたりと、健康づくりにお役立てください。

手帳では、次のようなことを紹介しています。

○筋力アップトレーニング方法
トレーニングのポイントや移動動作の能力の維持増進のためのストレッチ方法など

○健康づくりのためのチェックリスト
自身がフレイル状態なのかのチェックや改善方法など

○介護予防ポイントのスタンプ帳
サロン、体操などの活動場所での記録表

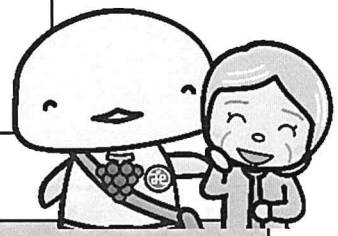
高齢者の健康づくりや介護予防の促進などを目的に、「柏原市いきいき百歳体操」などの介護予防活動への参加や、介護予防教室への参加にポイントを付与します。貯まったポイントは、ポイント数に応じて景品と交換できます。

≪手帳の配布場所≫
○市役所　高齢介護課
○柏原市高齢者
　いきいき元気センター
○国分・堅上出張所

【問い合わせ先】柏原市役所　高齢介護課　☎972-1570

≪ 柏原市内の老人クラブ ≫

柏原市内には、37の老人会があります。
お住いの地区の老人会に参加し、地域の方と楽しい時間を過ごしませんか。



各地区の老人クラブ

柏原地区	堅下地区	堅上地区	国分地区	
本郷北一老和会	法南松寿会	雁多尾畑第一和楽会	東町平成会	田辺健康クラブ
本郷北三老和会	法二三和会	雁多尾畑第二和楽会	中之町シルバークラブ	田辺ワン･ツークラブ
本郷南三老和会	津積之郷緑寿会	青谷第一福寿会	国分昭和町貴和会	円明町敬寿会
大正西長寿会	法老会	青谷第二福寿会	悠々クラブ	柏原シニアクラブ玉寿会
古町第一寿会	法善寺福寿会		国分市場第二みどり会	
古町第二寿会	法寿会		東条第一だるま会	
古町第三寿会	朝光会		東条第二だるま会	
古町第四寿会	西大県友の会		第二旭クラブ	
清州悠ゆうクラブ	大県長生クラブ		旭ヶ丘第一恵会	
	高井田長生会		旭ヶ丘2丁目第2恵会	

※各老人クラブの活動内容や入会方法は、

柏原市老人クラブ連合会事務局（柏原市社会福祉協議会内　☎972-6786）まで、

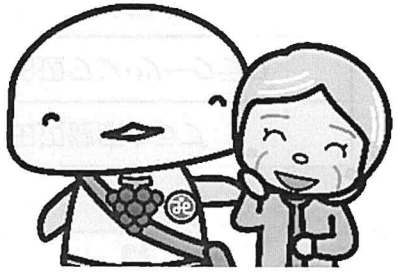
お気軽にお問い合わせください。

≪ 柏原市老人クラブ連合会 ≫

柏原市老人クラブ連合会では、会員以外の高齢者の方にもご参加いただける「シニア大学講座」や「シルバーヘルススポーツ教室」など、さまざまな活動をしています。ご興味がある方はぜひご参加ください！

※　「シニア大学講座」「シルバーヘルススポーツ教室」については、次のページからの案内をご覧ください。

※　他の行事については、決まり次第「広報かしわら」に掲載します。



《お問い合わせ・お申し込みは…》

柏原市老人クラブ連合会事務局（柏原市社会福祉協議会内　☎972-6786）まで

❀令和4年度　シニア大学講座の日程とカリキュラム❀

	日　時		内　容（予定）	講　師（予定）	場　所
1	6月14日（火）	午後2時～3時	開講式 柏原市の現状と今後の課題	柏原市長　冨宅　正浩	柏原市立公民館 3階講堂
2	6月28日（火）		介護予防について 【百歳体操】	柏原市高齢者いきいき 元気センター	柏原市立公民館 3階講堂
3	7月12日（火）		予防救急講習会	柏羽藤消防本部	柏原市立公民館 3階講堂
4	7月19日（火）		空き地・空き家の有効活用法	NPO法人 大阪空き家相談センター	柏原市立公民館 3階講堂
5	7月26日（火）		高齢者の食と栄養について	医療法人養心会 老人保健施設ローズウッド国分 管理栄養士	柏原市立公民館 3階講堂
6	9月6日（火）		ノルディックウォーク講習会	全日本ノルディック・ ウォーク連盟	柏原市立公民館 3階講堂
7	9月20日（火）		高齢者の運転と交通安全	柏原警察署	柏原市立公民館 3階講堂
8	10月25日（火）		認知症サポータ養成講座	地域密着型サービス事業所 連絡会	柏原市立公民館 3階講堂
9	11月8日（火）		成年後見と遺産相続について	リーガルサポートおおさか	柏原市立公民館 3階講堂
10	11月15日（火）		ボランティア活動について 閉講式	柏原市社会福祉協議会	柏原市立公民館 3階講堂



※　講座の内容は予告なく変更することがあります。ご了承ください。

※　興味のある講座だけの受講もできます。

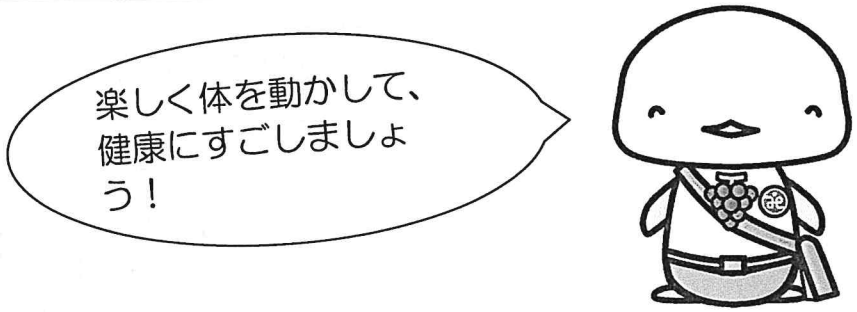
※　大阪府にまん延防止重点措置または緊急事態宣言が発令された場合は、中止させていただ

※　お申し込み・お問い合わせは、

柏原市老人クラブ連合会事務局（柏原市社会福祉協議会内☎972-6786）まで

❀令和4年度　シルバーヘルススポーツ講習会の日程とカリキュラム❀

	日　時	内　容（予定）	開始時間	場　所
1	5月11日（水）	【開講式】　グラウンドゴルフ	午前９時	市役所前 大和川河川敷
2	5月25日（水）	グラウンドゴルフ	午前９時３０分	
3	6月8日（水）			
4	6月22日（水）			
5	7月13日（水） 【予備日】			
6	10月5日（水）	ディスコン	午後２時	柏原市立体育館
7	10月19日（水）			
8	10月26日（水）	ディスコン　【閉校式】		



※　１～４のグラウンドゴルフは屋外のため、天候不良時には中止となります。
当日朝8時の時点で雨が降っており、当日の降水確率が50%以上の場合は中止とさせていただきます。

※　軽い運動のできる服装・靴でご参加ください。

※　お茶等の水分は各自でお持ちください。

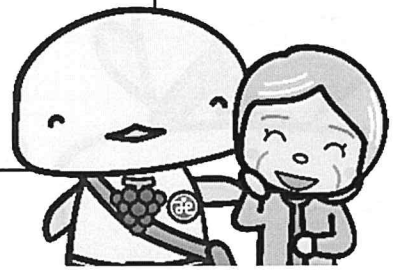
※　大阪府にまん延防止重点措置または緊急事態宣言が発令された場合は、中止させていただきます。

※　お申し込み・お問い合わせは、

柏原市老人クラブ連合会事務局（柏原市社会福祉協議会内☎972-6786）まで

≪ 認知症カフェ ≫

認知症カフェは、認知症の方やそのご家族、地域の方が集まり、お茶を飲みながら自由に語り合い、ゆっくりとくつろげる場所です。
「ほっ」と一息つきにこられませんか？



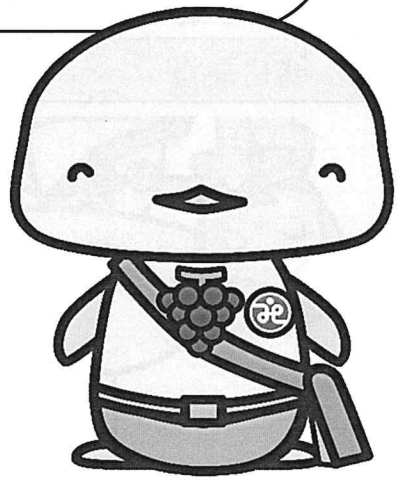
✿市内のカフェのご案内✿

名前	場所	連絡先	開催日時	
カフェほのぼの	問屋場亭 国分本町4-9-27	柏原市社会福祉協議会 970-3100	第１(水)・第３(日) 13：00～15：45	※８月はお休み
カフェいどばた	ふれあい館オガタ 清州1-3-21		不定月の第２(火) 14：00～15：30	
ここかしカフェ	グループホームここから柏原 堂島町2-14	970-2227	第４(火) 14：00～15：00	
コイノニアカフェ	旭ケ丘コイノニアガーデン 旭ケ丘3-2-3	976-5100	主に第２(土) 13：00～16：00	
R(立教館)カフェ	関西福祉科学大学内　立教館	942-1500	第２(土) 13：00～15：00	

《お問い合わせ・認知症のご相談は…》柏原市高齢者いきいき元気センター（☎970-3100）まで

「まだまだ元気！」
「だれかの役に立ちたい！」
「趣味を生かしたい！」など、
さまざまな活躍の場をご紹介します！

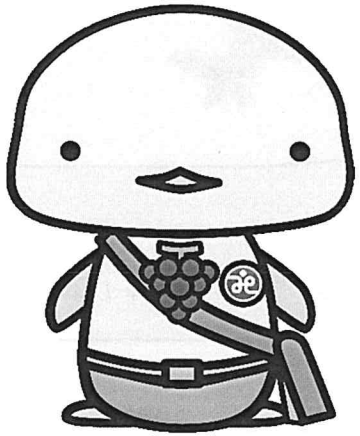
あなたの力が必要です！
無理なくできるところから
活動してみませんか？



介護予防ボランティアポイント

あなたもボランティアポイント活動を通して、
より元気に！いきいきと！生活を送りませんか？

柏原市に住んでいて、
65歳以上の市民の方なら
誰でも参加できます。



登録している**介護施設など**での活動です。（今後広がっていく予定です）

年度ごとにポイントの数によって、**景品と交換**できます。

入所している方の**話し相手**や配膳などの施設の**職員さんのお手伝いなど**いろいろです。

《お問い合わせ・お申し込みは…》

柏原市高齢者いきいき元気センター（☎970-3100）まで

≪認知症サポーター養成講座≫

～認知症のことをもっとよく知りませんか～

認知症supporter caravan

講座を受けたことがある方・これから受ける方、一緒に認知症カフェや啓発活動などに活動してみませんか？

どんな講座なの？

認知症の原因や症状、認知症の方への良い対応・望ましくない対応を知るための講座（約９０分）です。

＊講座は原則無料。

＊さまざまな場所へ出前講座をしています。



認知症サポーターって何をするの？

何か特別なことをする人ではありません。
認知症を正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守り支援する
≪応援者（サポーター）≫です。

≪お申込み・お問い合わせは・・・≫

柏原市認知症キャラバンメイト事務局（柏原市高齢者いきいき元気センター内）☎970－3100

《 くらしのサポート 》 ❀ 自分ができることをできる時間にいかしてみませんか？ ❀

「自分たちの住むまちを、自分たちの手で住み続けられるようにしたい」という住民の思いを形にした住民自身による地域福祉活動です。サービスを利用する人も協力する人も同じ地域に住む住民同士。みんなでお互いに助け合っていこうという目的で行っています。



住民参加型
在宅福祉サービス

有料制による家事援助です

※無償のサービス提供では依頼者側が遠慮や気詰まり感を抱きがちなことから、有償サービスの形をとっています。

平日AM9～PM5時　1時間700円
上記以外の時間・土日祝
1時間900円

主な活動内容

買い物・掃除・掃除・洗濯・ゴミ出し・食事の準備・後片付け・庭の掃除・話し相手など

※「身体介護」や「お金の入出金」はできません。

※「くらしのサポートサービス」を利用いただくには会員登録が必要です。

≪登録・お問い合わせは・・・≫

くらしのサポート事務局（柏原市社会福祉協議会内）　☎ 972-6786

会員募集中

子育てを地域で支えあう

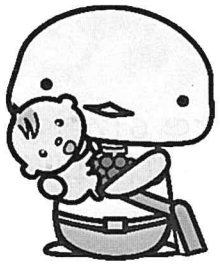
ファミリーサポートセンター

子育ての援助を受けたい人（依頼会員）と子育ての援助を行いたい人（援助会員）がお互いに助け合う会員組織です。

市内に在住し、子どもが好きな方、育児・保育の経験がある方、自分のお子さん以外にもうひとりくらいOKという方など、援助会員になってください！

※　お預かりいただくのは、おおむね生後3ヶ月から小学校6年生までのお子様です。

※援助活動は依頼会員と援助会員の信頼と合意で行われるものです。
※援助活動は原則として援助会員の自宅で行ないますが、子どもの宿泊は行ないません。



≪お問い合わせ≫

かしわらファミリー・サポート・センター（柏原市社会福祉協議会）　☎　972-6786

（受付）月～金曜日　9：00～17：00（土曜日、日曜日、祝・休日、年末年始は休み）

配 食 ボ ラ ン テ ィ ア 大 募 集

○見守りが必要な高齢者や障害をお持ちの方に昼食のお弁当を届ける
ボランティアです。
○活動時間は、11時から12時30分の間です（件数によって異なります）。

1週間に1回
1日30分から
始められる
ボランティア

＜活動されているボランティアさんからの声＞

- 活動をして自分の健康維持ができている。
- 笑顔が見ることができ、感謝の声が聞けて嬉しい。
- 見守りを通して地域に貢献できて嬉しい。



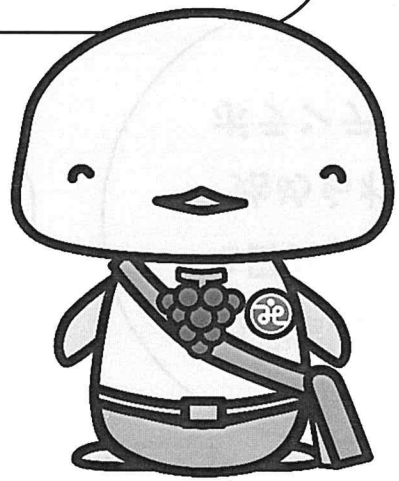
ご興味のある方は
ご連絡ください！
あなたのお力をぜひ！
お貸しください!!



《お問い合わせは・・・》
柏原市社会福祉協議会　配食サービス担当　☎　972-6786

さまざまな生きづらさを抱えている方や
ご家族の集まりの場を紹介します。

※詳しい内容や参加希望は、それぞれの連絡先にまずお電話でお問合せください。



団体名	**認知症家族介護者の会　いどばた**
活動内容	介護の悩みや苦労話など気楽に話し合える場所です。介護の経験者や専門家への相談や助言等、役立つ情報も得られます。
実施日	第２火曜日　14：00～15：30　　※8月はお休み
住所・連絡先	柏原市清州1-3-21　ふれあい館オガタ　☎970-3100（柏原市高齢者いきいき元気センター）

団体名	**認知症カフェ　「カフェほのぼの」**
活動内容	介護者の方、当事者の方、認知所のことをもっと知りたい、話したい方、どなたでも参加できます。
実施日	第1水曜日・第３日曜日　14：00～15：30　　※8月はお休み
費用	参加費は無料。飲食代100円必要。
住所・連絡先	国分本町4-9-27　問屋場亭　　☎970-3100（柏原市高齢者いきいき元気センター）

団体名	**八尾のほっとケーキの会（高次脳機能障がいの当事者と家族の会）**
活動内容	情報交換や楽しみのある活動を通して「ほっ」とできる場を共有することを目的に活動をしています。
実施日	毎月第３月曜日午後　定例会開催
住所・連絡先	八尾市内の公共施設　☎　090-2350-5579（藤崎氏）9～18時まで

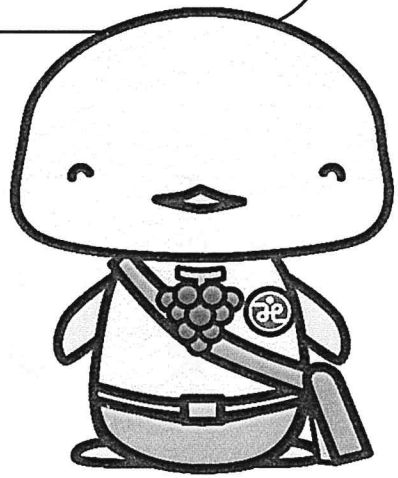
団体名	**ちのくらぶ（精神障がい者の方当事者の会）**
活動内容	精神障がい者の方当事者のグループ活動です。
実施日	月・火・木・金　10：00～17：00　　第１・３・５土曜　11：00～18：00 第２・４日曜　11：00～18：00
費用	会員登録費は無料。レクなどは実費。
住所･連絡先	八尾市天王寺屋3-6（八尾こころのホスピタル近く）　☎　072-949-5740　chinoclub@dream.com

団体名	**いちょうの会　（神経筋難病　八尾柏原及び周辺在住の患者と家族の会）**
活動内容	互いに励まし合い、支え合うための活動をしています。
実施日	第１火曜日　13：30～15：30
住所･連絡先	☎　090-6971-7072(世話人)　　ginkgo.yao@gmail.com

団体名	**一般社団法人　大阪府断酒会（アルコール依存症当事者の会）**
活動内容	府下６０の地域断酒会があります。近隣では八尾。
住所･連絡先	八尾市若林町1-70-1八尾南樋口ビル1-203　☎　072-949-1229

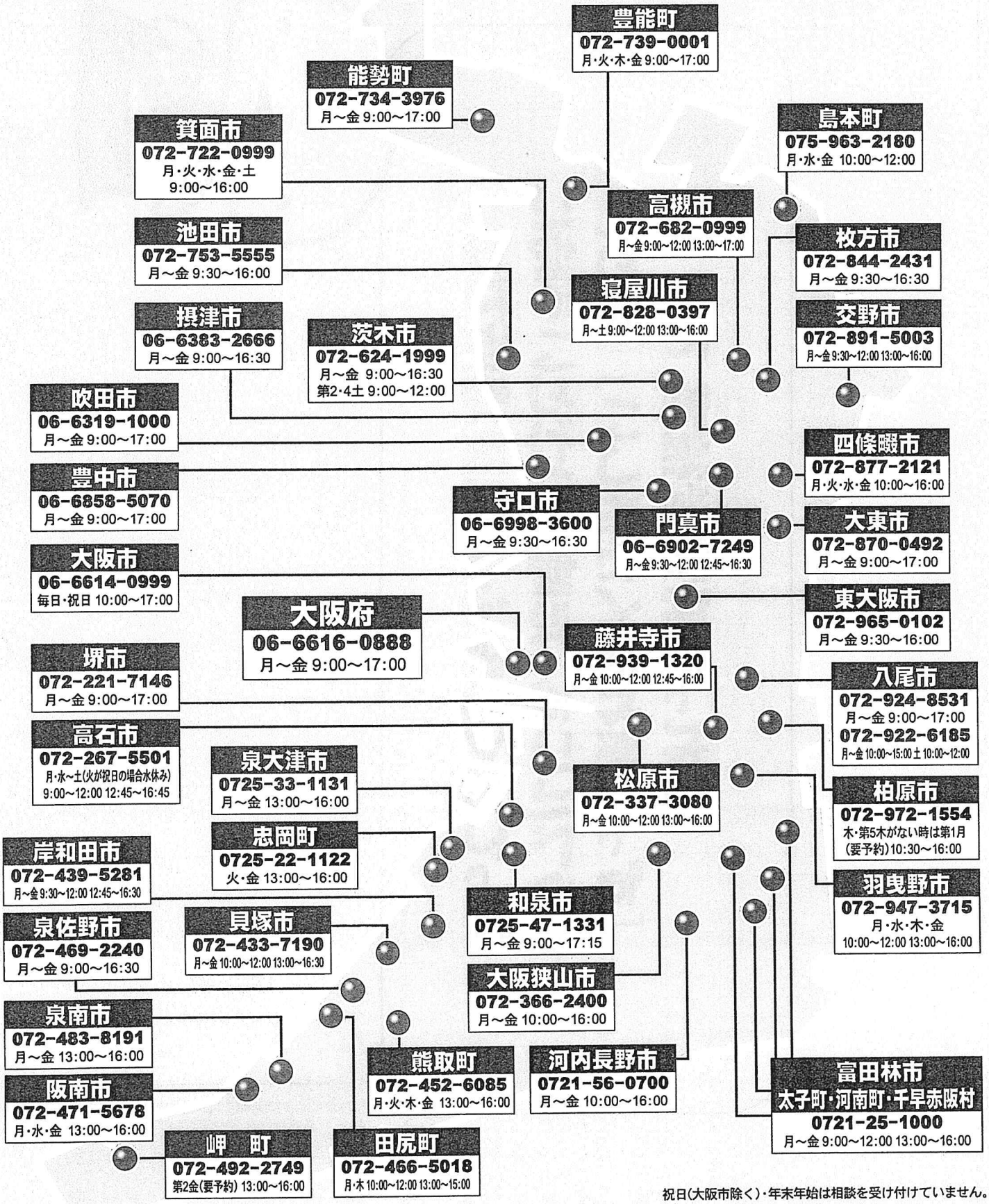
団体名	**全国ギャンブル依存症　家族の会　大阪**
活動内容	ひとりで悩みを抱えず、ともに対応の仕方を学びましょう。
住所･連絡先	大阪市西成区岸里１丁目１－５０ 大阪市立西成図書館　西成区民センター ☎090-2014-3897（担当 うえの）

「これって消費者被害？」
「ずっと頼れる人がほしい」 など、
トラブルにあった時、いざという時に
知っておくと安心な相談場所です。



大阪府

消費生活についてのご相談は、お住まいの市町村の
消費生活相談窓口へ



祝日(大阪市除く)・年末年始は相談を受け付けていません。

消費者ホットライン(局番なし)188(いやや!)

日本司法支援センター

法テラス

遺言・相続問題・成年後見・・・

トラブルにあったら、まず法テラスへ



よかった、
法テラスに電話して。

法的トラブルでお困りの方は

ナビダイヤル®

0570-078374（おなやみなし）

IP電話からは　03-6745-5600

犯罪被害にあわれた方は

ナビダイヤル®

0570-079714（なくことないよ）

IP電話からは　03-6745-5601

平日 9:00～21:00　土曜日 9:00～17:00

「法テラス」は国が設立した公的な法人です。

※音声コード（専用の機器で音声読み上げができます。）

高齢者のみなさま・障害のあるみなさま

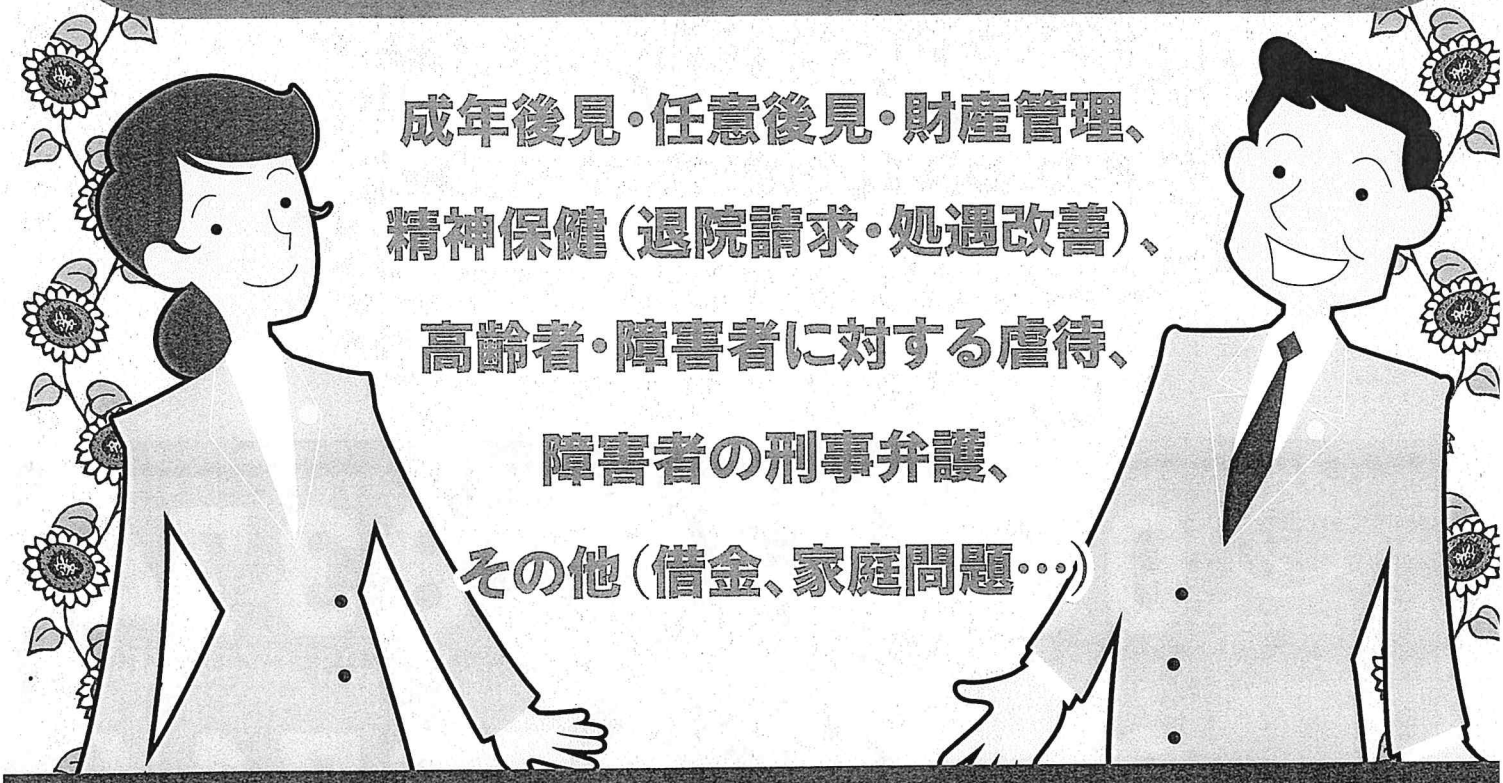
お困り事・お悩み事には

ひまわりの弁護士がアドバイス！

TEL 06-6364-1251

ひまわり無料電話相談

毎週火・水・金曜日（祝祭日を除く）13:00～16:00



成年後見・任意後見・財産管理、
精神保健（退院請求・処遇改善）、
高齢者・障害者に対する虐待、
障害者の刑事弁護、
その他（借金、家庭問題…）

大阪弁護士会
高齢者・障害者総合支援センター「ひまわり」

（住所）〒530-0047 大阪市北区西天満1丁目12番5号　（電話）06-6364-1251

http://soudan.osakaben.or.jp/himawari/　大阪弁護士会 ひまわり　検索

認知症・障がい者のご家族のみなさん、ひとりで悩まずご相談ください！

こんな方もご相談ください！

- ☑一人暮らしの老後を安心して暮らしたい
- ☑知的障がいを持つ子供の将来が心配
- ☑親が訪問販売で不要な物を買わされた
- ☑高齢の親の財産管理に不安がある
- ☑親の不動産を売却して施設の入所費にあてたい

成年後見制度に関するご相談は**無料**

常設相談のご案内

成年後見センター・リーガルサポート

★電話相談　土日、祝日を除く毎日・午後１時～４時（予約不要）

☎06-4790-5656

リーガルサポートは「後見制度」を通じて、高齢や障がい等で判断能力が不十分な方の暮らしと財産を守ります！

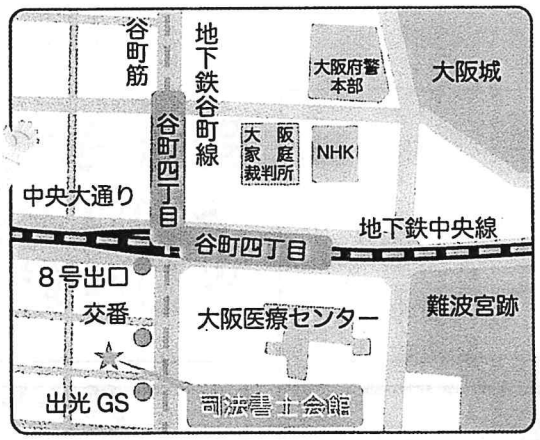
★面接相談

※各相談会の相談日は、
年末年始・その他の休業日を除きます。



●大阪司法書士会館

祝日を除く毎週木曜日・午後１時～４時
予約不要　受付：午後３時３０分まで
住所：大阪市中央区和泉町１丁目１番６号



地下鉄「谷町四丁目」駅⑧号出口から谷町筋を南へ徒歩５分

●司法書士総合相談センター堺

祝日を除く毎週火曜日・午後１時 30 分～４時 30 分
受付：午後３時 45 分まで
予約電話番号：06-6943-6099　※完全予約制
お問い合わせ：平日午前 10 時～午後４時
住所：堺市堺区中瓦町２丁３番 29 号瓦町ウエノビル



南海高野線「堺東」駅 西出口から徒歩５分

公益社団法人
成年後見センター・リーガルサポート大阪支部　TEL：06-4790-5643　FAX：06-6941-7713
〒540-0012　大阪府中央区和泉町１丁目１番６号　大阪司法書士会館内

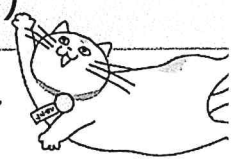
リーガルサポート大阪

遺言・相続・後見の手続きは
行政書士にお任せください

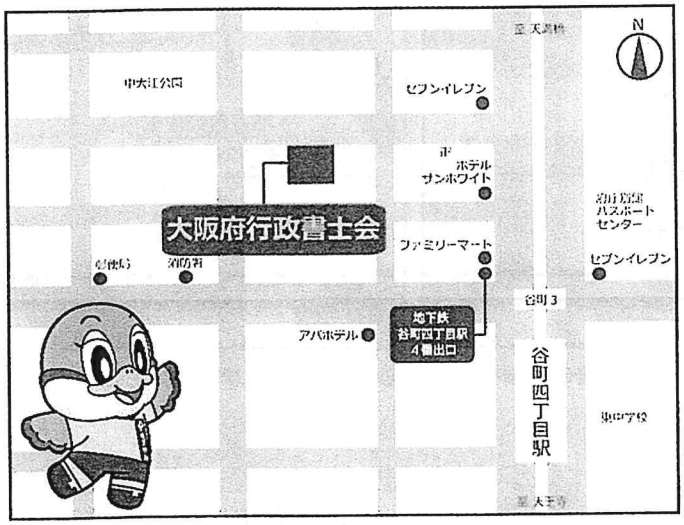
- ●遺言書を作成したい。
- ●相続の手続きを行いたい。
- ●相続関係説明図や遺産分割協議書とは？
- ●成年後見制度の利用を考えている。
- ●成年後見支援信託とは？
- ●任意後見と民事（家族）信託の違いとは？
- ●将来の相続対策や事業承継を考えたい。

遺言・相続や成年後見の手続きについては
街の法律家「行政書士」にご相談ください

毎月第１・第３水曜日 13：00～15：00
大阪府行政書士会にて無料相談会開催中！
（地下鉄「谷町四丁目」駅４番出口徒歩約４分）



日本行政書士会連合会
公式マスコットキャラクター ユキマサくん



受付時間　12：30～14：4
予約は不要です。
当日会館にお越しください。

大阪府行政書士会
〒540-0024　大阪府中央区南新町１丁目３番７号
TEL. 06-6943-7501
http://www.osaka-gyoseishoshi.or.jp/

大阪府

借金の悩み相談室

（大阪府債務整理サポートプラザ）

一人で悩まず

06-6210-9512

まずはお電話

相談専用電話

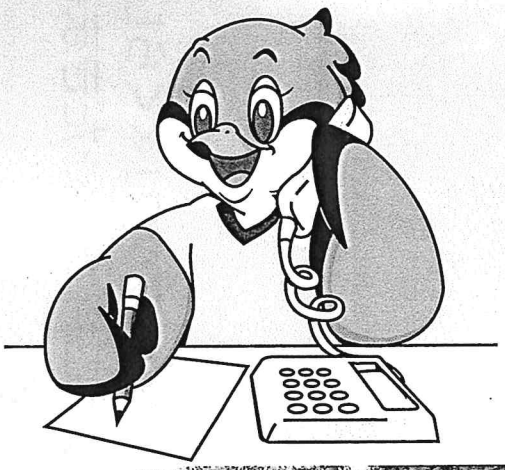
秘密厳守　**相談無料**

専門相談員が親身になってご相談に応じます。

■相談時間／月曜日～金曜日（祝日・年末年始は除く）
9時～18時（受付は17時30分まで）

■相談方法／電話又は面談（面談は事前にご予約ください）

■所 在 地／大阪市住之江区南港北1丁目14－16
大阪府咲洲庁舎25階





大阪府債務整理サポートプラザは、
直面している借金問題の解決をサポートする大阪府庁の専門相談窓口です！

借金の返済　債務整理　ヤミ金被害　過払い請求

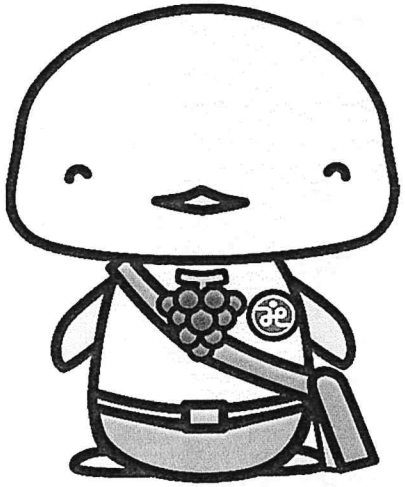
■最適な解決方策を一緒に考えます。
■面談後、弁護士や司法書士をご紹介できます。
■生活再建に向けてサポートします。

大阪府債務整理サポートプラザは、債務者ご自身が行う債務整理をお手伝いする機関です。
プラザに代理権はございませんので予めご了承のほどよろしくお願いします。

～さいごに～

「柏原市おたすけガイドブック」≪くらしの情報編≫（Vol.6）の作成にあたり、快くご協力いただきましたみなさまに、厚くお礼申し上げます。

今後も、高齢者のみなさまが住み慣れた地域で、いつまでも元気に安心して過ごせるような地域づくりにご協力くださいますようお願いいたします。



発行元

柏原市高齢者いきいき元気センター
柏原市大県4－15－35
柏原市立健康福祉センター　オアシス内

☎　072-970-3100
FAX　072-970-3200