



令和4年度 鶴見区西部地域包括支援センター主催 家族介護支援事業



健康ウォーククイズラリー



対象者: 鶴見区西部圏域にお住いで
介護している方・介護予防に興味がある方。年齢は問いません。

参加費: 無料

開催期間: 令和4年10月1日

～令和4年11月30日



- ①台紙をもらう!
- ②地図に示されたポイントへ行くとそこにはクイズが!!
- ③クイズを解いて秘密の暗号を見つけ、景品をゲット!!

頭も身体もリフレッシュ
しませんか?



クイズラリーの台紙は

西部圏域の公民館

(鶴見北・鶴見・横堤・茨田西・緑)、

西部地域包括支援センターで

配布しています。

お問い合わせ

鶴見区西部地域包括支援センター

06-6913-7878



先着順で景品が
あります!

※おひとり一つまで



知って安心！ 各種ご相談窓口

鶴見区西部地域包括支援センター

電話 06-6913-7978 高齢者の皆さまの“暮らし”や“介護（予防）”の「相談窓口」です！

つなげ隊（地域福祉コーディネーター）

※不在の場合がありますので、朝晩日・時間は直接ご連絡ください。

- 電話 緑ふれあいの家（平日10時～16時）..... 06-6915-6333
- 鶴見北公民館（平日10時～16時）..... 06-6915-1151
- 鶴見公民館（平日10時～16時）..... 06-6912-5000
- 茨田西社会福祉会館（平日10時～16時）..... 06-6915-3920
- 横堤福祉会館（平日11時～17時）..... 06-7860-3341

あなたの町の身近な相談窓口としてつなげ隊（地域福祉コーディネーター）が各公民館にいます。子育て中の方から高齢の方など住民の皆さまからの相談を受け、関係機関と連携しています。また、地域で暮らす人たちが身近に集える場作りにも積極的に取り組んでいます。

見守り相談室

電話 06-6913-7070

認知症高齢者見守りネットワーク事業
高齢者の生活の困りごとに耳を傾け、地域で見守りについて相談できる窓口です。また、認知症のひとが徘徊等により行方不明になった時に、事前に登録しておくことで早期発見・保護するため地域の協力者へ発見の協力依頼をしてもらえる機関です。



生活支援体制整備事業（鶴見区社会福祉協議会）

電話 06-6913-7070

高齢者の居場所や活動の場づくりをお手伝いします。生活支援コーディネーターが地域の通いの場の相談や支援をしてくれる機関です。

ヤングケアラー相談窓口（鶴見区役所子育て支援室）

電話 06-6915-9933 / 9107

家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどがあつらう子どもたち（ヤングケアラー）の相談窓口です。

まちの支えあい活動「あいまち」

電話 06-6913-7066

「ちょっと困ったな、助けてほしいな」の声に、地域住民同士が気軽に支え合えるボランティアによる相互援助活動をしています。

つるみエンジョイセンター

（鶴見区老人福祉センター）

電話 06-6912-3351

60歳以上の方が、ワイワイ楽しく体操や習い事、自分の趣味の合ったことをするところです。また、新たな友達をつくり楽しい日々を過ごすための場所として活用されています。

鶴見区障がい者基幹相談支援センター

電話 06-6961-4631

障がいのある方々やそのご家族が、住み慣れた地域で、その人らしく安心した生活が実現できるよう、お手伝いしていただける機関です。

つるりっぷオレンジチーム

（認知症初期集中支援推進事業）

電話 06-6913-9595

「あれ？認知症かも？」と心配がある方やそのご家族の相談窓口です。専門医と医療・介護の専門職チームがサポートしていただける機関です。

認知症/バリアフリー直営 当センターは認知症になってからもできる限り住み慣れた地域で普通に暮らし続けていける生活のあらゆる面で障壁を減らしていく認知症バリアフリーに取組んでいます。

プレゼント引換券

ご利用先
ご住所
ご氏名
お電話番号

お問い合わせ先：
鶴見区西部地域包括支援センター
TEL. 06-6913-7978
大森西1-1-1

GO! GO! せいぶ

健康ウォーク クイズラリー

頭と身体をリフレッシュ！ あでかけのまっかけに



せいぶ圏域（緑・鶴見北・鶴見・茨田西・横堤）の各所に掲示しているクイズを解いて秘密の暗号を見つけよう！！



先着順で景品をプレゼント!! おひとり様につきおひとつまで	クイズの掲示場所は中面をご覧ください	クイズラリー期間 令和4年10月1日～11月30日	プレゼント交換期間 令和4年10月15日～12月15日
		プレゼント交換場所 鶴見区西部地域包括支援センター・各公民館	

中面の地図に示されたポイントへ行くくと、そこにはクイズが!!

1, 2, 3, 4, 5のクイズを解いて「秘密の暗号」を見つけよう!

この台紙をセッ

解答欄... 答えをひらがなで記入してね!

クイズ ① ...

クイズ ② ...

「秘密の暗号」が現れるよ。



緑地域	① 緑ふれあいの家 緑 3-3-3 ② ひだまり文庫（みどりの家集会所）..... 緑 3-16 ③ グリーンランドみずき 緑 3-16-27 ④ ミナクルひろば 緑 1-18-22 ⑤ ありすデイサービス 緑 1-7-20 ⑥ イチローデイサービスつるみ・みどり 緑 2-6-30 ⑦ 緑福祉会館 緑 2-4-56
鶴見北地域	① 鶴見北公民館 鶴見 5-6-37 ② らんまん鶴見（らんまん子ども食堂）..... 鶴見 5-2-10 ③ まんてん堂グループホームつるみ緑地 鶴見 6-3-23 ④ デイサービスいっぽっ! 鶴見 5-7-12 ⑤ デイサービスゆめ 鶴見 4-15-15 ⑥ つる茶ん（わらべ学童と一緒にです）..... 鶴見 4-15-20
鶴見地域	① 鶴見公民館 鶴見 2-5-41 ② デイサービスリカバリー 鶴見 3-6-38 ③ 鶴見せいわ園 鶴見 1-6-111 ④ パール新温泉 鶴見 3-10-30 ⑤ コープおおさかデイサービス 鶴見 3-7-8 ⑥ 介護サロン花つるみ 鶴見 3-13-9 ⑦ あそらカフェ 鶴見 2-15-20 ⑧ こども班会「コベルくん」..... 鶴見 3-6-22（コープおおさか病院）
茨田西地域	① 茨田西社会福祉会館 横堤 5-5-52 ② ゆうわ 諸口 6-1-17 ③ すいれん 諸口 6-15-74 ④ ラガール 横堤 4-3-30 ⑤ リハテラス鶴見 横堤 4-20-21グリーンパルク1階 ⑥ ココデイサービス 横堤 5-13-45グリーンパーク桜花2階 ⑦ みどり作業所 横堤 4-24-8 ⑧ みんなの里っこほいくえん（子ども食堂）..... 横堤 5-13-41 だるま園1階
横堤地域	① 横堤福祉会館 横堤 3-10-11 ② 善幸苑鶴見 横堤 2-13-16 ③ パンビ薬局 横堤 1-11-126 ④ リハブライド鶴見横堤 横堤 3-3-17 ⑤ おむすびLABO 横堤 2-11-64 ⑥ あすなるまほろば 横堤 1-6-44

① 鶴見区西部地域包括支援センター