



シニアのための集いの場カレンダー

東…東田辺 南…南百済
湯…湯里 鷹…鷹合

	月	火	水	木	金	土	日	
第1週	南 ラジオ体操 10:00~10:15 南 百歳体操 10:30~11:00 湯 将棋を楽しむ会 10:00~12:00 鷹 映画会 13:30~15:00	東 ふれあい健康 ラジオ体操 10:00~10:15 湯 湯愛みんなの 健康ラジオ体操 10:00~10:15 鷹 虹の会 13:30~15:00	東 食事サービス 11:45~13:00 南 ふれあい喫茶 13:30~15:30 湯 サロンこころ (なにわ元気塾) 10:00~11:00 鷹 嘉誠会鍼灸MA院 百歳体操 13:30~14:30	東 わかばの会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30 東 だいじょうぶ ネット 13:30~15:00 湯 湯愛みんなの 健康ラジオ体操 10:00~10:15 湯 ゆう&ゆうカフェ 10:00~11:30	東 ふれあい健康 ラジオ体操 10:00~10:15 東 まごころカフェ [ひまつぶし] 9:30~13:30	湯 軽スポーツ ひろば 10:00~ 12:00		
第2週	東 折り紙 13:30~15:00 南 ラジオ体操 10:00~10:15 南 百歳体操 10:30~11:00 湯 将棋を楽しむ会 10:00~12:00	東 ふれあい健康 ラジオ体操 10:00~10:15 湯 湯愛みんなの 健康ラジオ体操 10:00~10:15 湯 体操サークル "ほほえみ" 10:30~11:30 鷹 健康づくり講座 13:30~15:00	東 子ども なかよし食堂 17:00~19:30 南 いきいき南百済の会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30 鷹 食事サービス 11:30~ 鷹 嘉誠会鍼灸MA院 百歳体操 13:30~14:30	湯 湯愛みんなの 健康ラジオ体操 10:00~10:15 東 ふれあい健康 ラジオ体操 10:00~10:15 東 ふれあい広場 10:00~15:30 東 カラオケ 13:00~15:00 鷹 百歳体操 13:30~14:30	東 シニアのための 健康体操教室 10:00~11:30 東 まごころカフェ [ひまつぶし] 12:00~16:00			
第3週	東 認知症予防 コグニサイズ 13:30~15:00 南 ラジオ体操 10:00~10:15 南 百歳体操 10:30~11:00 湯 将棋を楽しむ会 10:00~12:00	東 ふれあい健康 ラジオ体操 10:00~10:15 湯 湯愛みんなの 健康ラジオ体操 10:00~10:15 鷹 小鳩会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30	東 食事サービス 11:45~13:00 南 食事サービス 11:30~ 南 お楽しみ映画会 13:00~ 湯 笑ゆう会 10:00~11:00 湯 サロンえがお (なにわ元気塾) 10:00~11:00 鷹 食事サービス 12:00~ 鷹 嘉誠会鍼灸MA院 百歳体操 13:30~14:30	南 ヴァンサンク カフェふれあい 14:30~16:00 湯 湯愛みんなの 健康ラジオ体操 10:00~10:15 湯 ゆう&ゆうカフェ 10:00~11:30	東 ふれあい健康 ラジオ体操 10:00~10:15 東 まごころカフェ [ひまつぶし] 9:30~13:30 東 はつらつ 脳活性化元気UP 13:30~15:00 鷹 折り紙 13:30~15:00	湯 軽スポーツ ひろば 14:00~ 16:00		
第4週	東 ふくしの駅 13:30~15:00 南 ラジオ体操 10:00~10:15 南 百歳体操 10:30~11:00 湯 将棋を楽しむ会 10:00~12:00	東 ふれあい健康 ラジオ体操 10:00~10:15 湯 湯愛みんなの 健康ラジオ体操 10:00~10:15 湯 体操サークル "ほほえみ" 10:30~11:30	東 ふれあい喫茶 11:30~14:00 鷹 ふれあい喫茶 13:00~15:00 鷹 嘉誠会鍼灸MA院 百歳体操 13:30~14:30	南 たのしいつどい 13:30~15:00 湯 湯愛みんなの 健康ラジオ体操 10:00~10:15	東 ふれあい健康 ラジオ体操 10:00~10:15 東 ふれあい広場 10:00~15:30 東 カラオケ 13:00~15:00 鷹 百歳体操 13:30~14:30	東 シニアのための 健康体操教室 10:00~11:30 東 まごころカフェ [ひまつぶし] 12:00~16:00		

その他 湯 ゲートボールクラブ ①毎週(土)(日) ②毎週(火)(木) ※いずれも13:00~16:00
鷹 ゲートボールクラブ 毎週(月)(水)(金)(土) ※いずれも9:00~11:00

東住吉区 シニアのための集いの場マップ

東田辺・南百済・湯里・鷹合

東住吉区では、誰もが参加できるさまざまな「集いの場」が開催されています。いつまでも自分らしくいきいきと暮らし続けるため「集いの場」に参加してみませんか？ぜひ気軽にのぞいてみてください。



【発行】社会福祉法人 大阪市東住吉区社会福祉協議会(生活支援体制整備事業)
☎06-6622-9582 東住吉区田辺2-10-18 さわやかセンター □https://sawayaka-c.ne.jp/senior/sientaiseiseibi
【協力】東住吉北地域包括支援センター/東住吉区地域包括支援センター/中野地域包括支援センター/矢田地域包括支援センター
白鷺ランチ/矢田東ランチ/矢田西ランチ 令和6年9月発行



※開催状況が変更となっている場合があります。最新情報は各問合せ先までお問い合わせください。参加にあたっては申込み対象者をご確認ください。

ひがし た なべ
東田辺



食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス
- 🕒 第1・3(水) 11:45~13:00 ※5・8月、祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 東田辺地域の70歳以上の方
- 💰 1回300円
- 📄 申込必要
- ☎ 06-6608-7621

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 🕒 第4(水) 11:30~14:00 ※祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 ランチ400円、コーヒー・デザートなど100円
- 📄 ランチは申込必要
- ☎ 06-6608-7621

だいじょうぶネット

- ★ 認知症介護で悩んでいる方の相談
- 🕒 第1(木) 13:30~15:00 ※祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-7621

ふれあい広場

- ★ 健康麻雀・将棋・囲碁
- 🕒 第2・4(金) 10:00~15:30 ※祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-7621

みなみ く だら
南百済



食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス ※会食と持ち帰りの選択可
- 🕒 第3(水) 11:30~ ※8月、祝日休み
- 🏠 ④南百済会館(針中野4-12-39)
- 👤 南百済地域のおおむね70歳以上の方
- 💰 1回250円 📄 申込必要
- ☎ 06-6707-2117

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 🕒 第1(水) 13:30~15:30 ※1・8月、祝日休み
- 🏠 ④南百済会館(針中野4-12-39)
- 👤 どなたでも
- 💰 全品100円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6707-2117

**認知症予防
コグニサイズ自主トレ**

- ★ 認知症予防・健康づくり
- 🕒 第3(月) 13:30~15:00 ※祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-7621

**はつらつ脳活性化元気UP
(健康づくり)**

- ★ 認知症予防・健康づくり (はつらつ脳活性化元気アップ事業)
- 🕒 第3(金) 13:30~15:00 ※祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-7621

ふくしの駅

- ★ 百歳体操・タオル体操等
- 🕒 第4(月) 13:30~15:00 ※祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-7621

カラオケ

- ★ カラオケ
- 🕒 第2・4(金) 13:00~15:00 ※祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-7621

折り紙

- ★ 折り紙
- 🕒 第2(月) 13:30~15:00 ※祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-7621

お楽しみ映画会

- ★ 映画会
- 🕒 第3(水) 13:00~ ※8月、祝日休み
- 🏠 ④南百済会館(針中野4-12-39)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6707-2117

南百済たのしいつどい

- ★ 体操・健康講座 (はつらつ脳活性化元気アップ事業)
- 🕒 第4(木) 13:30~15:00 ※8月休み
- 🏠 ④南百済会館(針中野4-12-39)
- 👤 おおむね50歳以上の方
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6707-2117

南百済ラジオ体操

- ★ ラジオ体操・ストレッチ ※雨天時、館内で決行
- 🕒 毎週(月) 10:00~10:15 ※8月、祝日休み
- 🏠 ④南百済会館(針中野4-12-39)
- 👤 南百済地域の方
- 💰 無料 📄 申込不要
- ☎ 06-6707-2117

子どもなかよし食堂

- ★ 子どもから高齢者まで世代間交流
- 🕒 第2(水) 17:00~19:30 ※祝日休み
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 ①大人300円 ②高校生まで無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-7621

わかばの会

- ★ 介護予防(なにわ元氣塾)
- 🕒 第1(木) 13:30~14:30
- 🏠 ①東田辺会館(駒川4-10-5)
- 👤 65歳以上の方
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-6611 [東住吉区社会福祉協議会]

**東田辺ふれあい
健康ラジオ体操**

- ★ ラジオ体操
- 🕒 毎週(火)(金) 10:00~10:15 ※7・8月、祝日休み ※雨天中止
- 🏠 ②東田辺中央公園(東田辺3-4)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-7621 [東田辺会館]

**シニアのための
健康体操教室**

- ★ 体づくりの健康体操
- 🕒 第2・4(土) 10:00~11:30
- 🏠 ③リフレッシュくらぶ(駒川3-28-4 1階)
- 👤 どなたでも
- 💰 1回500円(初回無料)
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6623-2263 ※初参加の方は要事前連絡

まごころカフェ「ひまつぶし」

- ★ カフェ・麻雀
- 🕒 第1・3・5(土) 9:30~13:30 第2・4(土) 12:00~16:00
- 🏠 ③リフレッシュくらぶ(駒川3-28-4 1階)
- 👤 どなたでも
- 💰 麻雀1回300円 📄 申込不要
- ☎ 06-6628-8595 [東住吉介護センター/まごころサポート]

百歳体操

- ★ いきいき百歳体操
- 🕒 毎週(月) 10:30~11:00 ※8月、祝日休み
- 🏠 ④南百済会館(針中野4-12-39)
- 👤 南百済地域の方
- 💰 無料
- 📄 申込必要
- ☎ 06-6707-2117

いきいき南百済の会

- ★ 介護予防(なにわ元氣塾)
- 🕒 第2(水) 13:30~14:30
- 🏠 ④南百済会館(針中野4-12-39)
- 👤 65歳以上の方
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-6611 [東住吉区社会福祉協議会]

**嘉誠会
ヴァンサンクカフェふれあい**

- ★ 笑いヨガ・認知症と健康相談・介護相談
- 🕒 第3(木) 14:30~16:00 ※時間変更の可能性あり ※要電話確認
- 🏠 ⑤介護老人保健施設ヴァンサンク(湯里2-12-26)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6704-3511 [地域連携室]

ゆ ぎと
湯里



笑ゆう会

- ★ 健康づくり (はつらつ脳活性化元気アップ事業)
- 🕒 第3(水) 10:00~11:00
- 🏠 ⑥湯里社会福祉会館(湯里5-7-3)
- 👤 どなたでも
- 💰 1回200円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6702-8349

将棋を楽しむ会

- ★ 将棋
- 🕒 毎週(月) 10:00~12:00 ※祝日休み
- 🏠 ⑥湯里社会福祉会館(湯里5-7-3)
- 👤 どなたでも
- 💰 1回100円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6702-8349

うたごえクラブ 休止中

- ★ 懐かしい歌を歌う・リズム体操・情報交流の場・認知症の正しい理解
- 🕒 第3(水) 15:00~16:30
- 🏠 ③リフレッシュくらぶ(駒川3-28-4 1階)
- 👤 どなたでも
- 💰 1回300円(飲み物・お菓子付)
- 📄 申込必要
- ☎ 06-6623-2263

たか あい
鷹合



食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス
- 🕒 ①第2(水):弁当配付 11:30~ ②第3(水):会食 12:00~ ※1・8月、祝日休み
- 🏠 ⑬鷹合西会館(鷹合3-2-20)
- 👤 鷹合地域の65歳以上の方
- 💰 1回250円 📄 申込必要
- ☎ 06-6697-3825

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 🕒 第4(水) 13:00~15:00 ※8・12月休み
- 🏠 ⑬鷹合西会館(鷹合3-2-20)
- 👤 どなたでも
- 💰 各100円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6697-3825

虹の会

- ★ 健康講座・歌・体操等
- 🕒 第1(火) 13:30~15:00 ※1月、祝日休み
- 🏠 ⑬鷹合西会館(鷹合3-2-20)
- 👤 65歳以上の方
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6697-3825

サロンこころ

- ★ 介護予防(なにわ元氣塾)
- 🕒 第1(水) 10:00~11:00
- 🏠 ⑥湯里社会福祉会館(湯里5-7-3)
- 👤 65歳以上の方
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-6611 [東住吉区社会福祉協議会]

湯愛みんなの健康ラジオ体操

- ★ ラジオ体操
- 🕒 毎週(火)(木) 10:00~10:15 ※7・8月、年末年始休み
- 🏠 ⑦湯里の森公園(湯里5-7)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 📄 申込不要
- ☎ 06-6702-8349 [湯里社会福祉会館]

体操サークル“ほほえみ”

- ★ 健康体操・脳トレ
- 🕒 第2・4(火) 10:30~11:30
- 🏠 ⑧サンヴァリエ針中野(湯里3-2 第1集会室)
- 👤 サンヴァリエ針中野の方 近隣の方
- 💰 無料 📄 申込不要

サロンえがお

- ★ 介護予防(なにわ元氣塾)
- 🕒 第3(水) 10:00~11:00
- 🏠 ⑧サンヴァリエ針中野(湯里3-2 第1集会室)
- 👤 65歳以上の方
- 💰 無料 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-6611 [東住吉区社会福祉協議会]

折り紙(鷹合ふれあいクラブ)

- ★ 折り紙
- 🕒 第3(金) 13:30~15:00 ※8月、祝日休み
- 🏠 ⑬鷹合西会館(鷹合3-2-20)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6697-3825

映画会(鷹合ふれあいクラブ)

- ★ 映画会
- 🕒 第1(月) 13:30~ ※1月、祝日休み
- 🏠 ⑬鷹合西会館(鷹合3-2-20)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6697-3825

鷹合地域健康づくり講座

- ★ 体操・健康講座 (はつらつ脳活性化元気アップ事業)
- 🕒 第2(火) 13:30~15:00 ※8月、祝日休み
- 🏠 ⑬鷹合西会館(鷹合3-2-20)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 📄 申込不要
- ☎ 06-6697-3825

小鳩会

- ★ 介護予防(なにわ元氣塾)
- 🕒 第3(火) 13:30~14:30
- 🏠 ⑬鷹合西会館(鷹合3-2-20)
- 👤 65歳以上の方
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-6611 [東住吉区社会福祉協議会]

ゆう&ゆうカフェ

- ★ 地域カフェとおしゃべり
- 🕒 第1・3(木) 10:00~11:30
- 🏠 ⑨ぐるーぷほーむ泰昌園(湯里4-10-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 カフェ利用は1回100円(飲み物代)
- 📄 申込不要
- ☎ 06-4302-3327

軽スポーツひろば

- ★ スポーツ交流健康広場 (はつらつ脳活性化元気アップ事業)
- 🕒 第1(日)・(祝) 10:00~12:00 第3(日) 14:00~16:00 ※日時要確認
- 🏠 ⑩湯里小学校(湯里6-8-3)
- 👤 どなたでも
- 💰 年会費200円、1日100円(実費・保険料等)
- 📄 申込必要
- ☎ 090-8127-5847 [クラブ部長 松多]

湯里ゲートボールクラブ

- ★ ゲートボール
- 🕒 ⑪毎週(土)(日) ⑫毎週(火)(木) ※いずれも13:00~16:00
- 🏠 2か所で開催 近鉄電車高架下 ⑪湯里ゲートボール練習場(鷹合2-10-17) ⑫東田辺ゲートボール練習場(鷹合2-11-15)
- 👤 どなたでも
- 💰 年会費3,000円(別途実費あり) ※体験可(用具貸出あり)
- 📄 申込必要
- ☎ 06-6702-7794 [北野]

**サンヴァリエ針中野
食事サービス** 休止中

- ★ 高齢者食事サービス
- 🕒 第2・4(水) 11:30~ ※8月休み ※12月は第1・3(水)
- 🏠 ⑧サンヴァリエ針中野(湯里3-2 第1集会室)
- 📄 申込必要

**百歳体操
(鷹合ふれあいクラブ)**

- ★ いきいき百歳体操・かみかみ百歳体操
- 🕒 第2・4(金) 13:30~14:30 ※祝日休み ※第4(金)はリハビリの先生による体操あり
- 🏠 ⑬鷹合会館(鷹合4-1-3)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6697-3825 [鷹合西会館]

**嘉誠会鍼灸マッサージ院
百歳体操**

- ★ いきいき百歳体操・健康講話
- 🕒 毎週(水) 13:30~14:30
- 🏠 ⑮嘉誠会鍼灸マッサージ院(鷹合2-9-26)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-4700-7010

鷹合ゲートボールクラブ

- ★ ゲートボール
- 🕒 毎週(月)(水)(金)(土) 9:00~11:00
- 🏠 ⑯鷹合ゲートボール練習場(鷹合3丁目)
- 👤 どなたでも
- 💰 年会費3,000円(別途実費あり) ※体験可(道具貸出あり)
- 📄 申込必要
- ☎ 090-9716-9941 [福田]

