



シニアのための集いの場カレンダー

北…北田辺 今…今川
田…田辺 南…南田辺

	月	火	水	木	金	土	日	
第1週	北 すこやか健康セミナー 10:00~11:30 今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 田 百歳体操さわやか 10:00~11:00 田 マージャンクラブ 10:00~16:00 田 いきいき田辺 13:00~15:00	北 百歳体操 10:00~11:00 今 チャレンジ会 13:00~15:00 南 私の家なでしこ 南田辺百歳体操 14:15~14:45	北 ラジオ体操 10:30~10:50 北 ももの会 (なにわ元気塾) 14:00~15:00 今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 田 マージャンクラブ 10:00~16:00	北 健康マーじゃん 13:30~15:00 田 ふれあい喫茶 13:00~15:00	北 ラジオ体操 10:30~10:50 今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 今 太陽の会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30	田 マージャンクラブ 10:00~16:00		
第2週	今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 田 百歳体操さわやか 10:00~11:00 田 マージャンクラブ 10:00~16:00 田 青春クラブ・カラオケ 12:30~15:00	北 百歳体操 10:00~11:00 田 ひまわりの会 13:30~15:30 南 私の家なでしこ 南田辺百歳体操 14:15~14:45	北 ラジオ体操 10:30~10:50 北 つながり 13:30~15:00 今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 田 マージャンクラブ 10:00~16:00	北 ラジオ体操 10:30~10:50 北 さくら会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30 今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 南 いきいき会 (なにわ元気塾) 10:00~11:00	北 ふれあい喫茶 13:30~15:30 田 マージャンクラブ 10:00~16:00 田 食事サービス 12:00~			
第3週	今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 田 百歳体操さわやか 10:00~11:00 田 マージャンクラブ 10:00~16:00 田 青春クラブ・カラオケ 12:30~15:00	北 百歳体操 10:00~11:00 今 チャレンジ会 13:00~15:00 南 私の家なでしこ 南田辺百歳体操 14:15~14:45	北 ラジオ体操 10:30~10:50 今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 田 マージャンクラブ 10:00~16:00 田 なごみ会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30	北 健康マーじゃん 13:30~15:00 北 ラジオ体操 10:30~10:50 今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 今 いきいきの会 13:30~15:00 田 いきいき田辺 13:00~15:00	田 マージャンクラブ 10:00~16:00 南 食事サービス 12:00~			
第4週	今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 田 百歳体操さわやか 10:00~11:00 田 マージャンクラブ 10:00~16:00 田 青春クラブ・カラオケ 12:30~15:00	北 百歳体操 10:00~11:00 南 私の家なでしこ 南田辺百歳体操 14:15~14:45	北 ラジオ体操 10:30~10:50 今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 田 マージャンクラブ 10:00~16:00	北 ラジオ体操 10:30~10:50 北 食事サービス 12:00~ 今 五月会グラウンドゴルフ 9:00~11:00 今 ふれあい喫茶 10:00~15:00 南 ふれあい喫茶 13:00~	北 ふれあい喫茶 13:30~15:30 田 マージャンクラブ 10:00~16:00			

その他
田 喫茶なんてん ①毎週(月)~(金) 9:00~10:30 ②毎週(月)(水)(金) 10:30~12:30
田 くみや食堂 月1回程度(土) ※日程要確認
田 にんやかカフェ 不定期開催 ※日程要確認

東住吉区 シニアのための集いの場マップ

北田辺・今川・田辺・南田辺

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



※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合せください。参加にあたっては申込み・対象者をご確認ください。

きた た なべ
北田辺

百歳体操

- ★ いきいき百歳体操
- 毎週(火) 10:00~11:00 ※祝日休み
- 🏠 ①北田辺会館(北田辺1-8-4)
- 👤 どなたでも
- 💰 月100円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6714-9980

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 第2・4(土) 13:30~15:30 ※祝日休み
- 🏠 ②友愛センター北田辺(北田辺6-11-4)
- 👤 どなたでも
- 💰 各100~150円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6621-9900

た なべ
田 辺

喫茶 なんてん

- ★ 喫茶
- ①毎週(月)~(金) 9:00~10:30 モーニング
②毎週(月)(水)(金) 10:30~12:30 ランチ
- 🏠 ⑥田辺会館(田辺6-1-27)
- 👤 どなたでも
- 💰 モーニング 350円~/ランチ 600円~
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-7171/090-5068-4496

なごみ会

- ★ 介護予防(なにわ元気塾)
- 第3(水) 13:30~14:30
- 🏠 ⑦田辺中央会館(田辺2-11-8)
- 👤 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]

食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス
- 第4(金) 12:00~ ※12月は第3(金)
- 🏠 ①北田辺会館(北田辺1-8-4)
- 👤 北田辺地域の70歳以上で独居の方・高齢者世帯
- 💰 1回300円 📄 申込必要
- ☎ 06-6714-9980

あたまの体操健康マージャン

- ★ 健康マージャン
- 第1・3(木) 13:30~15:00
- 🏠 ①北田辺会館(北田辺1-8-4)
- 👤 どなたでも
- 💰 1回100円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6714-9980

北田辺すこやか健康セミナー

- ★ 体操・健康講座 (はつらつ脳活性化元気アップ事業)
- 第1(月) 10:00~11:30 ※日程要確認 ※4・8月休み
- 🏠 ②友愛センター北田辺(北田辺6-11-4)
- 👤 北田辺地域の65歳以上の方
- 💰 無料 📄 申込必要
- ☎ 06-6621-9900

食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス
- 第2(土) 12:00頃~ ※8月休み
- 🏠 ⑥田辺会館(田辺6-1-27)
- 👤 70歳以上の方
- 💰 1回250円
- 📄 申込必要
- ☎ 06-6622-7171

田辺ひまわりの会

- ★ 認知症予防・寝たきり予防 (はつらつ脳活性化元気アップ事業)
- 第2(火) 13:30~15:30
- 🏠 ⑦田辺中央会館(田辺2-11-8)
- 👤 どなたでも
- 💰 1回100円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6621-3663 [瀧井]

百歳体操さわやか

- ★ いきいき百歳体操・かみかみ百歳体操
- 毎週(月) 10:00~11:00
- 🏠 ⑧東住吉区社会福祉協議会(田辺2-10-18さわやかセンター)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込必要
- ☎ 06-6622-9582

高齢者見守りネットワーク『つながり』

- ★ 介護相談・喫茶・イベント
- 第2(水) 13:30~15:00 ※12月は北田辺文化会館で開催
- 🏠 ①北田辺会館(北田辺1-8-4)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料(工作の時のみ材料費500円)
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6714-9980

ももの会

- ★ 介護予防(なにわ元気塾)
- 第1(水) 14:00~15:00
- 🏠 ①北田辺会館(北田辺1-8-4)
- 👤 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]

さくら会

- ★ 介護予防(なにわ元気塾)
- 第2(金) 13:30~14:30
- 🏠 ②友愛センター北田辺(北田辺6-11-4)
- 👤 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]

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 第1(木) 13:00~15:00 ※8月休み
- 🏠 ⑥田辺会館(田辺6-1-27)
- 👤 どなたでも
- 💰 1品100円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-7171

いきいき田辺

- ★ 歌・折り紙・小物づくり
- 第1(月)・第3(金) 13:00~15:00 ※8月休み
- 🏠 ⑦田辺中央会館(田辺2-11-8)
- 👤 どなたでも
- 💰 月300円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-7171 [田辺会館]

くみや食堂

- ★ 地域交流・世代間交流・介護相談(認知症等)
- 月1回程度(土) ※日程要確認
- 🏠 ⑨たのしいデイたなべ・たのしい家たなべ(田辺2-11-43)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6623-5021

いま がわ
今 川

今川いきいきの会

- ★ 高齢者の生きがい・手作り・ゲーム等
- 第3(金) 13:30~15:00
- 🏠 ④今川地域振興センター(西今川3-6-7)
- 👤 今川地域の方
- 💰 1回200円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6703-0098

みんなの健康ラジオ体操

- ★ ラジオ体操
- 毎週(水)(金) 10:30~10:50頃 ※7月中旬~8月、祝日休み
- 🏠 ③北田辺公園(北田辺1-8)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6714-9980 [北田辺会館]

田辺マージャンクラブ

- ★ 麻雀
- 毎週(月)(水)(土) 10:00~16:00
- 🏠 ⑥田辺会館(田辺6-1-27)
- 👤 どなたでも
- 💰 1回500円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-7171

青春クラブ・カラオケ

- ★ カラオケ
- 第2・3・4(月) 12:30~15:00
- 🏠 ⑦田辺中央会館(田辺2-11-8)
- 👤 どなたでも
- 💰 1回300円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-7171 [田辺会館]

にんやかカフェ(となりのとなり)

- ★ 認知症カフェ・交流の場・昔あそび
- 不定期開催 ※日程要確認
- 🏠 ⑩ヘルパーステーションアシスト 榎(山坂2-10-3)
- 👤 どなたでも
- 💰 1回600円(材料代)
- 📄 申込不要
- ☎ 06-7502-4490

食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス(お誕生日会)
- 奇数月 第3(火) 12:00~ ※変更となる場合あり
- 🏠 ④今川地域振興センター(西今川3-6-7)
- 👤 今川地域の70歳以上で独居の方
- 💰 1回200円
- 📄 申込必要
- ☎ 06-6703-0098

今川チャレンジ会

- ★ 高齢者の生きがい・健康体操等 (はつらつ脳活性化元気アップ事業)
- 不定期開催 年4~5回 13:30~15:30 ※日程要確認
- 🏠 ④今川地域振興センター(西今川3-6-7)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 📄 申込不要
- ☎ 080-1409-0678 [寺本]

太陽の会

- ★ 介護予防(なにわ元気塾)
- 第1(金) 13:30~14:30
- 🏠 ④今川地域振興センター(西今川3-6-7)
- 👤 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]

みなみ た なべ
南田辺

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 第4(金) 13:00~(なくなり次第終了) ※8・9月休み ※12月は第3(金) ※祝日の場合は前日に開催
- 🏠 ⑪南田辺会館(南田辺1-10-32)
- 👤 どなたでも
- 💰 喫茶代100円 📄 申込不要
- ☎ 06-6623-6050

田辺百歳体操 休止中

- ★ いきいき百歳体操
- 毎週(土) 17:00~17:30 ※第1(土)休み
- 🏠 ⑦田辺中央会館(田辺2-11-8)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6622-7171 [田辺会館]

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 毎週(月)(水)(金) 10:00~15:00 ※ラストオーダー 14:30 ※祝日休み
- 🏠 ④今川地域振興センター(西今川3-6-7)
- 👤 どなたでも
- 💰 1品200円
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6703-0098

今川チャレンジ会

- ★ 高齢者の生きがい・絵画 (はつらつ脳活性化元気アップ事業)
- 第1・3(火) 13:00~15:00 ※祝日休み
- 🏠 ④今川地域振興センター(西今川3-6-7)
- 👤 どなたでも
- 💰 月1,300円(材料費) 📄 申込不要
- ☎ 080-1409-0678 [寺本]

五月会グラウンド・ゴルフ

- ★ グラウンド・ゴルフ
- 毎週(月)(水)(金) 9:00~11:00 ※雨天中止
- 🏠 ⑤今川公園グラウンド(今川4-23-7)
- 👤 65歳以上の方
- 💰 年会費1,200円(道具持参)
- 📄 申込必要
- ☎ 090-2016-3622 [伊藤]

食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス
- 第3(土) 12:00~ ※8・9月、祝日休み
- 🏠 ⑪南田辺会館(南田辺1-10-32)
- 👤 南田辺地域の70歳以上で独居の方
- 💰 1回300円
- 📄 申込必要
- ☎ 06-6623-6050

いきいき会

- ★ 介護予防(なにわ元気塾)
- 第2(金) 10:00~11:00
- 🏠 ⑪南田辺会館(南田辺1-10-32)
- 👤 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]

私の家なでしこ南田辺百歳体操

- ★ いきいき百歳体操
- 毎週(火) 14:15~14:45(受付14:00~)
- 🏠 ⑫私の家なでしこ南田辺(南田辺5-7-17)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📄 申込不要
- ☎ 06-6608-3939