



シニアのための集いの場カレンダー

北…矢田北 東…矢田東
 中…矢田中 西…矢田西

	月	火	水	木	金	土	日	
第1週		北 ふれあい喫茶 13:00~15:00 東 いきいき百歳体操 (福祉の駅ほおづき) 10:30~ 東 幸せ会 11:00~12:00 中 百歳体操 10:30~11:30 西 ヴァンサンクボヌール 百歳体操 10:00~11:00	東 カラオケ (老人クラブ稲穂会) 13:00~15:30 中 地域交流スペース 9:30~12:00 中 ふれあい喫茶 13:00~15:00	東 カラオケ (老人クラブ稲穂会) 13:00~15:30 中 麻雀教室 13:15~15:45 西 健康づくり教室 13:30~14:30	中 地域交流スペース 9:30~12:00 中 花未来プラザ いきいき百歳体操 13:30~14:30 中 矢田中 健康づくり教室 13:30~15:00	東 囲碁将棋教室 13:00~16:00 東 ふれあい喫茶 14:00~16:00	西 ふれあい 喫茶 9:30~ 11:00	
第2週	西 健康麻雀教室 13:00~16:00	東 いきいき百歳体操 (福祉の駅ほおづき) 10:30~ 東 たちばな教室 11:00~12:00 東 レトロシネマ会 (福祉の駅おひさま) 13:00~15:00頃 中 百歳体操 10:30~11:30 西 ヴァンサンクボヌール 百歳体操 10:00~11:00	東 カラオケ (老人クラブ稲穂会) 13:00~15:30 中 地域交流スペース 9:30~12:00 西 転倒予防教室 西 食事サービス 12:00~	北 食事サービス 12:00頃~ 東 カラオケ (老人クラブ稲穂会) 13:00~15:30 中 コスモスの会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30 西 リフレッシュのつどい 13:30~14:30	中 地域交流スペース 9:30~12:00 中 花未来プラザ いきいき百歳体操 13:30~14:30 中 フラワー アレンジメント 13:30~15:30	東 住道矢田住宅 「つどいの広場」 14:00~15:00		
第3週	東 ほおづきの会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30	北 ふれあい喫茶 13:00~15:00 東 いきいき百歳体操 (福祉の駅ほおづき) 10:30~ 中 百歳体操 10:30~11:30 西 ヴァンサンクボヌール 百歳体操 10:00~11:00	東 カラオケ (老人クラブ稲穂会) 13:00~15:30 中 地域交流スペース 9:30~12:00 中 食事サービス 12:00頃~	北 矢田北元気クラブ なにわ元気塾 14:00~15:00 東 カラオケ (老人クラブ稲穂会) 13:00~15:30 中 元気はつらつ木曜会 10:30~11:30 中 麻雀教室 13:15~15:45 西 健康づくり教室 13:30~14:30	中 地域交流スペース 9:30~12:00 中 花未来プラザ いきいき百歳体操 13:30~14:30	中 地域交流スペース 9:30~17:00 (ポッチャ13:00~15:00)	中 ふれあい 喫茶 13:00~ 15:00	
第4週	西 健康麻雀教室 13:00~16:00	東 いきいき百歳体操 (福祉の駅ほおづき) 10:30~ 中 百歳体操 10:30~11:30 中 すみれ会 13:00~14:30 西 ヴァンサンクボヌール 百歳体操 10:00~11:00	東 食事サービス 12:00~ 東 カラオケ (老人クラブ稲穂会) 13:00~15:30 西 にこにこ教室 (なにわ元気塾) 13:30~14:30	北 食事サービス 12:00頃~ 東 カラオケ (老人クラブ稲穂会) 13:00~15:30 中 麻雀教室 13:15~15:45 西 リフレッシュのつどい 13:30~14:30 西 すずらん歌声喫茶 桜 13:00~14:30 秋桜 15:00~16:30	中 地域交流スペース 中 ポッチャの会 10:30~11:30頃 中 花未来プラザ いきいき百歳体操 13:30~14:30			

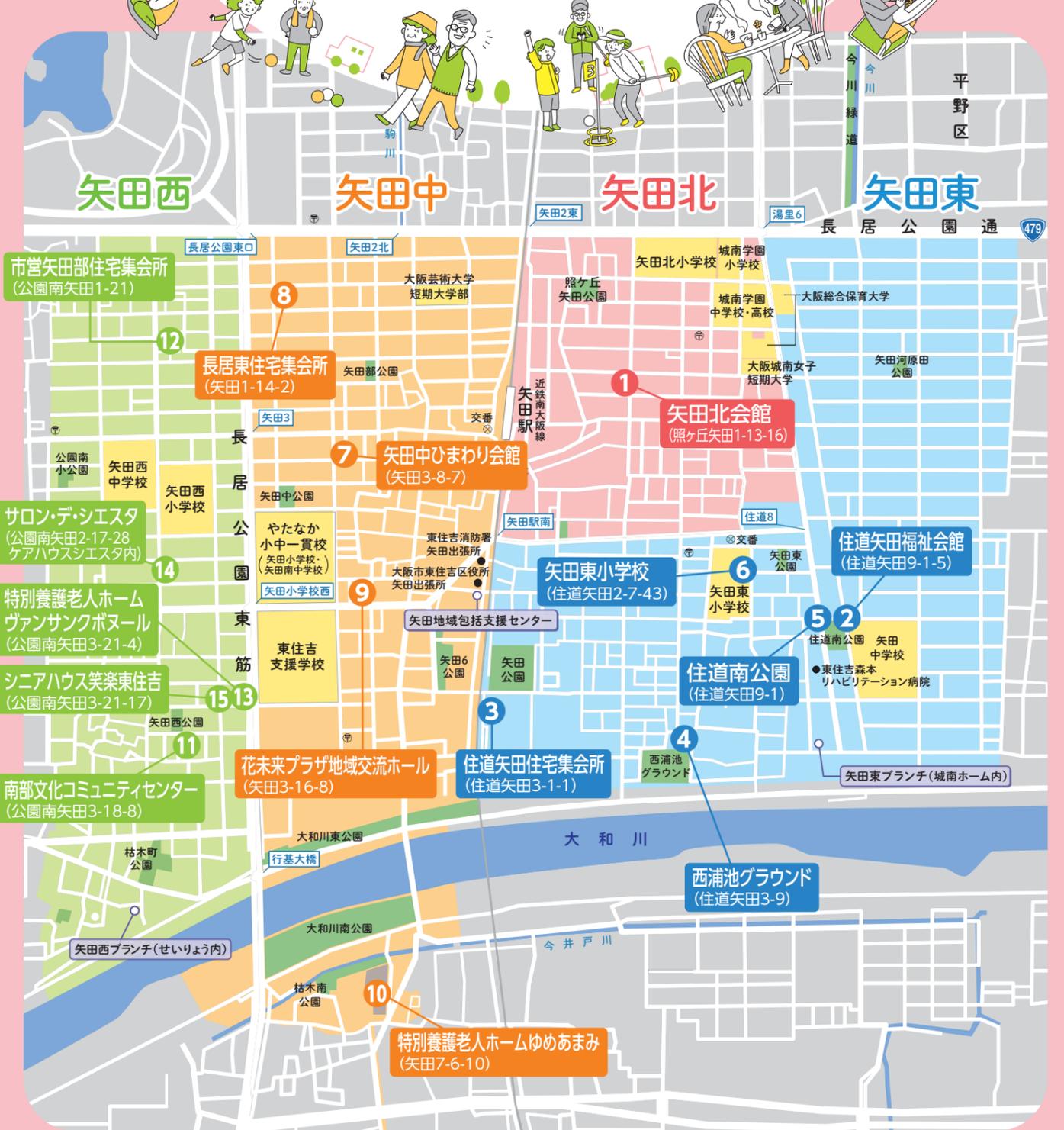
北 矢田北元気クラブいきいき百歳体操 月2~4回(月) 14:00~15:00
 東 グラウンド・ゴルフ(老人クラブ稲穂会) 毎週(月)~(金) 8:00~10:00過ぎ
 東 ラジオ体操 毎朝6:30~
 東 ペットボトルキャップ回収運動 随時

※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。

東住吉区 シニアのための集いの場マップ

矢田北・矢田東・矢田中・矢田西

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





食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス
- 第2・4(木) 12:00頃～ ※8月休み ※12月のみ第2・3(木)
- 🏠 ① 矢田北会館(照ヶ丘矢田1-13-16)
- 👤 矢田北地域の方 70歳以上独居、80歳以上の夫婦
- 💰 1回300円 ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6797-6966

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 第1・3(火) 13:00～15:00 ※14:30ラストオーダー
- 🏠 ① 矢田北会館(照ヶ丘矢田1-13-16)
- 👤 どなたでも
- 💰 全品100円
- ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6797-6966

矢田北元気クラブ
いきいき百歳体操

- ★ いきいき百歳体操・健康づくり
- 月2～4回(月) 14:00～15:00 ※日程は町会掲示板にて要確認 ※なにわ元氣塾開催週は休み
- 🏠 ① 矢田北会館(照ヶ丘矢田1-13-16)
- 👤 矢田北地域の方
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6797-6966

矢田北元気クラブ
なにわ元氣塾

- ★ 介護予防(なにわ元氣塾)
- 第3(木) 14:00～15:00
- 🏠 ① 矢田北会館(照ヶ丘矢田1-13-16)
- 👤 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]



幸せ会

- ★ 体操・脳トレ (はつらつ脳活性化元氣アップ事業)
- 第1(火) 11:00～12:00
- 🏠 ② 住道矢田福祉会館(住道矢田9-1-5)
- 👤 矢田東地域の方
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6797-1131 [矢田東社会福祉協議会 東住吉区保健福祉センター]

食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス
- 第4(水) 12:00～ ※8月休み、12月は第3(水)
- 🏠 ② 住道矢田福祉会館(住道矢田9-1-5)
- 👤 70歳以上独居の方
- 💰 1回250円 ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6797-1131 [矢田東社会福祉協議会]

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 第1(土) 14:00～16:00 ※15:30ラストオーダー ※1・8月休み
- 🏠 ② 住道矢田福祉会館(住道矢田9-1-5)
- 👤 どなたでも
- 💰 1品100円 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6797-1131 [矢田東社会福祉協議会]

いきいき百歳体操
(福祉の駅ほおづき)

- ★ いきいき百歳体操
- 第3～5(火)は終了後イベント企画
- 毎週(火) 10:30～
- 🏠 ② 住道矢田福祉会館(住道矢田9-1-5)
- 👤 矢田東地域の方
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6797-1131 [矢田東社会福祉協議会]

たちばな教室

- ★ 体操
- 第2(火) 11:00～12:00
- 🏠 ② 住道矢田福祉会館(住道矢田9-1-5)
- 👤 矢田東地域の方
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6797-1131 [矢田東社会福祉協議会]



食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス ※偶数月のみ血圧測定あり
- 第3(水) 12:00頃～ ※8月休み
- 🏠 ② 矢田中ひまわり会館(矢田3-8-7)
- 👤 矢田中地域で70歳以上独居の方
- 💰 1回350円 ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6695-2880

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶 ※第1(水)血圧測定あり
- 第1(水)・第3(日) 13:00～15:00 ※8月休み
- 🏠 ② 矢田中ひまわり会館(矢田3-8-7)
- 👤 どなたでも
- 💰 1品100円(ぜんざいのみ150円) ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6695-2880

住道矢田住宅
「つどいの広場」

- ★ 健康体操・講演等
- 第2(土) 14:00～15:00
- 🏠 ③ 住道矢田住宅集会所(住道矢田3-1-1)
- 👤 住道矢田住宅の方
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ ① 06-6797-1131 [矢田東社会福祉協議会] ② 06-6760-6539 [矢田東ランチ]

グラウンドゴルフ
(老人クラブ稲穂会)

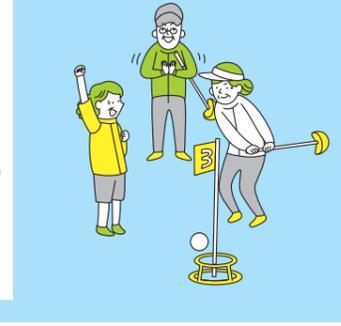
- ★ グラウンド・ゴルフ
- 毎週(月)～(金) 8:00～10:00過ぎ
- 🏠 ④ 西浦池グラウンド(住道矢田3-9)
- 👤 老人クラブ稲穂会に関心のある方
- 💰 月500円 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6797-1131 [矢田東社会福祉協議会]

ラジオ体操

- ★ ラジオ体操
- 毎朝6:30～
- 🏠 ⑤ 住道南公園(住道矢田9-1) ※雨天は屋根のあるところで(公園の近く)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6797-1131 [矢田東社会福祉協議会]

ペットボトル
キャップ回収運動

- ★ ボランティア活動
- 随時
- 🏠 ② 住道矢田福祉会館(住道矢田9-1-5) ③ 矢田東小学校(住道矢田2-7-43)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6797-1131 [矢田東社会福祉協議会]



百歳体操

- ★ いきいき百歳体操・ラジオ体操
- 毎週(火) 10:30～11:30
- 🏠 ② 矢田中ひまわり会館(矢田3-8-7)
- 👤 矢田中地域の方
- 💰 無料 ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6695-2880

矢田中麻雀教室

- ★ 麻雀
- 第1・3・4・5(木) 13:15～15:45
- 🏠 ② 矢田中ひまわり会館(矢田3-8-7)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6695-2880

矢田中健康づくり教室

- ★ 健康づくり (はつらつ脳活性化元氣アップ事業)
- 第1(金) 13:30～15:00
- 🏠 ② 矢田中ひまわり会館(矢田3-8-7)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6695-2880

元気はつらつ木曜会

- ★ 健康づくり・認知症予防 (はつらつ脳活性化元氣アップ事業)
- 第3(木) 10:30～11:30
- 🏠 ② 矢田中ひまわり会館(矢田3-8-7)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6695-2880



食事サービス

- ★ 高齢者食事サービス (センターで弁当配付)
- 第2(水) 12:00～ ※8月休み
- 🏠 ① 南部文化コミュニティセンター(公園南矢田3-18-8)
- 👤 65歳以上の方
- 💰 独居の方300円 同居人ある方350円 ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6608-0038

転倒予防教室

- ★ イスに座っての体操
- 第2(水) 11:00～12:00 ※8月休み
- 🏠 ① 南部文化コミュニティセンター(公園南矢田3-18-8)
- 👤 高齢者食事サービス登録者のみ
- 💰 無料 ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6608-0038

ふれあい喫茶

- ★ ふれあい喫茶
- 第1(日) 9:30～11:00 ※1月は第2(日)に開催 ※5・8月休み ※日程変更は町会掲示板にてお知らせ
- 🏠 ① 南部文化コミュニティセンター(公園南矢田3-18-8)
- 👤 どなたでも
- 💰 各100円 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6608-0038

矢田中ポッチャの会

- ★ ポッチャ
- 第4(金) 10:30～11:30頃
- 🏠 ② 矢田中ひまわり会館(矢田3-8-7)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6695-2880

コスモスの会

- ★ 介護予防(なにわ元氣塾)
- 第2(木) 13:30～14:30
- 🏠 ② 矢田中ひまわり会館(矢田3-8-7)
- 👤 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]

フラワーアレンジメント

- ★ フラワーアレンジメント
- 第2(金) 13:30～15:30
- 🏠 ② 矢田中ひまわり会館(矢田3-8-7)
- 👤 どなたでも(参加者募集中)
- 💰 1回2,500円(材料費・花代) ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6695-2880

すみれ会

- ★ 交流の場・趣味・体操等 (はつらつ脳活性化元氣アップ事業)
- 第4(火) 13:00～14:30
- 🏠 ⑥ 長居東住宅集会所(矢田1-14-2)
- 👤 長居東住宅の方
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ FAX:06-6609-1871 [木谷]

健康づくり教室

- ★ 体操・脳トレ (はつらつ脳活性化元氣アップ事業)
- 第1・3(木) 13:30～14:30 ※祝日、1・8月の休館日は休み
- 🏠 ① 南部文化コミュニティセンター(公園南矢田3-18-8)
- 👤 矢田西地域の方
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6608-0038

にこにこ教室

- ★ 介護予防(なにわ元氣塾)
- 第4(水) 13:30～14:30
- 🏠 ① 南部文化コミュニティセンター(公園南矢田3-18-8)
- 👤 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]

健康麻雀教室

- ★ 麻雀・男女高齢者の居場所づくり
- 第2・4(月) 13:00～16:00 ※祝日休み
- 🏠 ① 南部文化コミュニティセンター(公園南矢田3-18-8)
- 👤 どなたでも(見学OK 特に男性募集中)
- 💰 1回500円(コーヒー・おやつ付き) ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6608-0038

リフレッシュのつどい

- ★ 体操・脳トレ(はつらつ脳活性化元氣アップ事業)
- 第2・4(木) 13:30～14:30 ※偶数月 第4(木) 13:30～15:00 おしゃべりタイム ※奇数月 第4(木) 13:30～14:30 ハーモニカと合唱
- 🏠 ② 市営矢田部住宅集会所(公園南矢田1-21)
- 👤 矢田西地域の方
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6607-2822 [市営矢田部住宅地域リーダー]

花未来プラザ
いきいき百歳体操

- ★ いきいき百歳体操・ラジオ体操
- 毎週(金) 13:30～14:30 ※祝日休み
- 🏠 ③ 花未来プラザ地域交流ホール(矢田3-16-8)
- 👤 どなたでも
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6699-1900 [社会福祉法人ふれあい共生会]

地域交流スペース

- ★ 地域交流スペースの開放
- 毎週(水)(金) 9:30～12:00 ※第4(水)、祝日休み ※第3(土) 9:30～17:00(ポッチャ 13:00～15:00)
- 🏠 ③ 花未来プラザ地域交流ホール(矢田3-16-8)
- 👤 どなたでも(イベントのため使用不可の時あり)
- 💰 無料 ㊟ 申込不要
- ☎ 06-6699-1900 [社会福祉法人ふれあい共生会]

ゆめカフェ
すまいるあまみ 休止中

- ★ 認知症カフェ
- 年4回 13:30～15:30 ※午前開催の場合あり ※日時要確認
- 🏠 ⑩ 特別養護老人ホームゆめあまみ(矢田7-6-10)
- 💰 1回100円(飲み物付)
- ☎ 06-6701-5820 [社会福祉法人隆生福祉会]



すずらん歌声喫茶

- ★ 昭和懐かしの歌・童謡・唱歌を中心に歌う場
- 第4(木) 桜クラス 13:00～14:30 秋桜クラス 15:00～16:30
- 🏠 ④ サロン・デシスタ(ケアハウスシスタ内)(公園南矢田2-17-28)
- 👤 どなたでも(定員になり次第締め切り)
- 💰 1回600円(歌詞集・飲み物・お菓子付) ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6695-0002

百歳体操

- ★ いきいき・かみかみ百歳体操
- 毎週火曜日 10:00～11:00
- 🏠 ⑩ 特別養護老人ホームヴァンサンクボヌール(公園南矢田3-21-4)
- 👤 矢田西地域の方(定員10名)
- 💰 無料 ㊟ 申込必要
- ☎ 06-6115-6720

笑楽ゆったりカフェ 休止中

- ★ 認知症カフェ
- 第4(水) 13:30～14:30
- 🏠 ⑤ シニアハウス笑楽東住吉(公園南矢田3-21-17)
- 💰 1回100円(飲み物付)
- ☎ 06-7507-1784

