



# 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	北 一笑健命 にこにこ体操 (百歳体操) 10:00~11:00	北 ラジオ体操 10:30~10:50	北 健康マーじゃん 13:00~15:00	北 ラジオ体操 10:30~10:50		
	北 あーや&まみぞう ラジオ体操と 笑いヨガクラブ 10:00~11:00	今 チャレンジ会 13:00~15:00	北 ももの会 (なにわ元気塾) 14:00~15:00	田 ふれあい喫茶 13:00~15:00	今 太陽の会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30		
	田 百歳体操さわやか 10:00~11:00	南 私の家なでしこ 南田辺百歳体操 10:45~11:15		南 長居プール 百歳体操 10:00~10:30	田 そんぼの家S田辺 百歳体操 14:00~14:30		
	田 いきいき田辺 13:00~15:00						
第2週	北 あーや&まみぞう ラジオ体操と 笑いヨガクラブ 13:00~14:00	北 一笑健命 にこにこ体操 (百歳体操) 10:00~11:00	北 ラジオ体操 10:30~10:50	南 長居プール 百歳体操 10:00~10:30	北 ラジオ体操 10:30~10:50	北 ふれあい喫茶 13:30~15:30	
	田 百歳体操さわやか 10:00~11:00	南 私の家なでしこ 南田辺百歳体操 10:45~11:15			北 さくら会 (なにわ元気塾) 13:30~14:30	田 食事サービス 12:00~	
	田 青春クラブ・カラオケ 12:30~15:00				田 そんぼの家S田辺 百歳体操 14:00~15:00頃		
					南 いきいき会 (なにわ元気塾) 10:00~11:00		
第3週	北 あーや&まみぞう ラジオ体操と 笑いヨガクラブ 10:00~11:00	北 一笑健命 にこにこ体操 (百歳体操) 10:00~11:00	北 ラジオ体操 10:30~10:50	北 健康マーじゃん 13:00~15:00	北 ラジオ体操 10:30~10:50	南 食事サービス 12:00~	
	田 百歳体操さわやか 10:00~11:00	今 チャレンジ会 13:00~15:00	今 五月会グラウンド・ゴルフ 9:00~11:00	南 長居プール 百歳体操 10:00~10:30	今 いきいきの会 13:30~15:00		
	田 青春クラブ・カラオケ 12:30~15:00	南 私の家なでしこ 南田辺百歳体操 10:45~11:15			田 いきいき田辺 13:00~15:00		
					田 そんぼの家S田辺 百歳体操 14:00~14:30		
第4週	北 あーや&まみぞう ラジオ体操と 笑いヨガクラブ 13:00~14:00	北 一笑健命 にこにこ体操 (百歳体操) 10:00~11:00	北 ラジオ体操 10:30~10:50	南 長居プール 百歳体操 10:00~10:30	北 ラジオ体操 10:30~10:50	北 ふれあい喫茶 13:30~15:30	
	田 百歳体操さわやか 10:00~11:00	南 私の家なでしこ 南田辺百歳体操 10:45~11:15			北 食事サービス 12:00~		
	田 青春クラブ・カラオケ 12:30~15:00				田 そんぼの家S田辺 百歳体操 14:00~15:00頃		
					南 ふれあい喫茶 13:00~		

その他

今 五月会グラウンド・ゴルフ 毎週(月)(水)(金)9:00~11:00	今 ふれあい喫茶 毎週(月)(水)(金)10:00~15:00
田 にんやかカフェ 不定期開催 ※日程要確認	田 マーじゃんクラブ 毎週(月)(水)(土)10:00~16:00
田 夜カフェ 毎週(月)(水)(金)17:00~20:00	田 喫茶なんてん ①毎週(月)~(金)9:00~10:30 ②毎週(月)(水)(金)10:30~12:00
田 くみや食堂 月1回程度 ※日程要確認	南 健康づくり推進協議会百歳体操 毎週(火)または(木)10:30~11:30頃

※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 VOL.2

## 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

令和7年12月発行

