

# 西区サロン&立ち寄り処 カレンダー

OPEN

2023

8月



日	月	火	水	木	金	土
		<b>1</b> <b>8</b> 江戸堀健康麻雀 13:00~15:30 <b>11</b> シャラナム 14:00~16:00	<b>2</b> <b>8</b> 卓球の時間ですよ♪ 13:30~15:00 <b>社</b> 60歳からのカラダのつくりかたサークル ①13:30~②14:30~	<b>3</b>	<b>4</b> <b>11</b> シャラナム 14:00~16:00	<b>5</b> <b>10</b> 韌健康麻雀 11:30~17:30
<b>6</b>	<b>7</b> <b>8</b> スマホの時間ですよ♪ 13:30~14:30	<b>8</b> <b>4</b> そんぼの認知症カフェ 14:30~16:00 <b>7</b> こすもすカフェ 13:30~15:00 <b>13</b> いちご(一期)カフェ 14:00~16:00	<b>9</b>	<b>10</b> <b>9</b> ひばりの会 13:30~14:40	<b>11</b> 山の日	<b>12</b> <b>10</b> 韌健康麻雀 11:30~17:30
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b> <b>社</b> 60歳からのカラダのつくりかたサークル ①13:30~②14:30~	<b>17</b>	<b>18</b> <b>6</b> 川口ほっこりサロン 13:30~15:00 <b>11</b> シャラナム 14:00~16:00	<b>19</b> <b>10</b> 韌健康麻雀 11:30~17:30
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b> <b>2</b> 立ち寄り処に生会 13:30~14:30 <b>8</b> 江戸堀健康麻雀 13:00~15:30 <b>11</b> 縁ホームカフェ 14:00~16:00 <b>13</b> いちご(一期)カフェ 14:00~16:00	<b>23</b> <b>5</b> お茶や 10:00~11:30	<b>24</b> <b>3</b> ちよちゃん 13:30~14:30	<b>25</b>	<b>26</b> <b>10</b> 韌健康麻雀 11:30~17:30
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		

## 西区サロン&立ち寄り処 今月のピックアップ

### 地図中 No. 5 日言 お茶や



西区地域包括支援センターの出張相談も実施します

#### Information

毎月第3水曜日  
10:00~11:30  
 日時 ※8月はお盆のため23日(水)に開催します  
 場所 南堀江4-24-6  
 対象…どなたでも  
 内容…茶話

参加費 無料

#### 生活支援コーディネーターより

コロナ禍でしばらくの間休止していた「お茶や」が8月から再開します。お茶のいい香りに包まれながら、ゆっくりおしゃべりしませんか？時間内であれば途中参加・途中退席も可能です。ぜひご参加ください。

### 生活支援コーディネーター だより

こんにちは！  
テレビ等で「熱中症警戒アラート」という言葉を耳にすることがありますが、発表されたときにどのようなことに気を付けるかはご存じですか？

- ・外での運動や活動を中止する。
- ・昼夜を問わずエアコンを使用する。 など、

熱中症予防により一層取り組む必要があります。高齢者は熱中症の危険性が高くなっています。水分補給だけでなく、塩分補給もお忘れなく！

8月はお盆等の関係により、定例開催日から変更や休止となっているつどいの場もありますので、参加の際はカレンダーをご確認ください。

掲載している情報は生活支援コーディネーターが把握している情報です。発行後、開催状況が変更となる場合があります。変更があった場合、西区社会福祉協議会のホームページでお知らせします。ホームページでの確認が難しい方は、生活支援コーディネーターまでお問合せください。





**九条北** **1 ひまわりてらカフェ** 参加費 100円 お茶・お菓子付

日時 毎月最終火曜日 13:30~15:00

場所 九条3-18-20 勝光寺

対象…どなたでも  
内容…健康体操、ティータイム



**九条東** **2 立ち寄り処 仁生会 内藤病院** 参加費 100円 お茶・お菓子付

日時 毎月第3火曜日 13:30~14:30

場所 九条1-15-25 すみれ居宅介護支援業所

対象…どなたでも  
内容…健康講座、体操、ティータイム、マッサージ



**千代崎** **3 立ち寄り処 ちよちゃん** 参加費 無料

日時 毎月第4木曜日 13:30~14:30

場所 千代崎2-16-15 千代崎会館

対象…どなたでも  
内容…脳トレ、健康体操



**日吉** **4 そんぼの認知症カフェ** 参加費 100円 お茶・お菓子付

日時 不定期開催 14:30~16:00

場所 南堀江4-30-4 SOMPOケアラヴィーレ南堀江

対象…どなたでも  
内容…喫茶



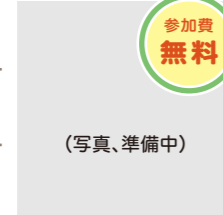
**日吉** **5 お茶や** 参加費 無料

日時 第3水曜日 10:00~11:30

場所 南堀江4-24-6 辻重庵

対象…どなたでも  
内容…茶話

(写真、準備中)



**本田** **6 川口ほっこりサロン** 参加費 無料

日時 毎月第3金曜日 13:30~15:00

場所 川口1-3-8 川口基督教会

対象…どなたでも  
内容…体操、ティータイム

★ティータイム中の飲み物は各自持参です



**広教** **7 こすもすカフェ** 参加費 100円~

日時 毎月第2火曜日 13:30~15:00

場所 江之子島1-8-44 コスモス苑

対象…どなたでも  
内容…喫茶

★不定期で『おさんぽカフェ』を開催。詳しくはコスモス苑まで。(TEL.06-6225-2662)



**江戸堀** **8 江戸堀健康麻雀** 参加費 100円 お茶付

日時 毎月第1・3火曜日 13:00~15:30

場所 江戸堀3-8-1 江戸堀会館

対象…どなたでも  
内容…健康麻雀

★初めてのの方は、江戸堀会館までご連絡を！(TEL.06-6444-1122)




**江戸堀** **8 スマホの時間ですよ~♪ (スマホ教室)** 参加費 500円 お茶・お菓子付

日時 毎月第2月曜日 13:30~14:30

場所 江戸堀3-8-1 江戸堀会館

対象…どなたでも  
内容…スマホ教室、茶話

★ご自身のスマホを使って学びます。事前申込み制。  
★参加希望の方は江戸堀会館までご連絡を！(TEL.06-6444-1122)



**江戸堀** **8 卓球の時間ですよ~♪** 参加費 無料

日時 第1水曜日 13:30~15:00

場所 江戸堀3-8-1 江戸堀会館

対象…どなたでも  
内容…卓球

★室内用シューズ、水分補給用の飲み物を必ず持参ください



**西船場** **9 ひばりの会** 参加費 100円

日時 毎月第2木曜日 13:30~14:40

場所 京町堀1-11-30 西船場会館

対象…どなたでも  
内容…折り紙、体操、おしゃべり



**靱** **10 靱健康麻雀** 参加費 700円 軽食付

日時 毎週土曜日 11:30~17:30

場所 靱本町1-9-25 靱会館2階

対象…どなたでも  
内容…健康麻雀

★初めてのの方は、佐藤さんまでご連絡を！(TEL.090-5063-1152)



**広教** **11 よろず寺カフェ シャラナム** 参加費 100円 お茶・お菓子付

日時 毎月第1火曜日 毎月第1・3金曜日(期間限定) 14:00~16:00

場所 立売堀4-6-16 正福寺

対象…どなたでも  
内容…住職のお話、ティータイム



**広教** **11 縁(えにし)ホームカフェ** 参加費 100円 お茶・お菓子付

日時 毎月第4火曜日 14:00~16:00

場所 立売堀4-6-16 正福寺

対象…どなたでも  
内容…終活に関するミニ講座、茶話



**堀江** **12 大阪西区100才倶楽部 百歳体操&歌体操** 参加費 200円

日時 毎週月曜日 10:00~12:00

場所 北堀江3-10-11 實生教(ほうせいきょう)内

対象…どなたでも  
内容…百歳体操(いきいき・かみかみ)、歌体操



**西区 サロン&立ち寄り処 ~ご案内~**

体操したり、お茶を飲んだり。楽しい時間を一緒に過ごしませんか？



花乃井地域総合相談窓口 (花乃井ランチ(コスモス苑内))

この面に掲載している日時は定例開催日時です。祝日や行事等の都合により変更となる場合があります。詳細はカレンダー面をご覧ください。

**西六** **社 60歳からのカラダのつくりかたサークル** 参加費 100円

日時 毎月第1・3水曜日 ①13:30~14:00 ②14:30~15:00

場所 新町4-5-14 西区役所合同庁舎6階 西区社会福祉協議会

対象…60歳以上の方  
内容…体操

★初めてのの方は、西六社協までご連絡を！(TEL.06-6539-8075)



**西六** **13 いちご(一期)カフェ** 参加費 100円

日時 毎月第2・4火曜日 14:00~16:00

場所 新町4-10-10 医療生協ながほり通り診療所

対象…どなたでも  
内容…体操、茶話、脳トレ  
日によって内容が変更となる場合があります



問い合わせ先  
**西区社会福祉協議会**  
TEL.06-6539-8075