

西区サロン&立ち寄り処 カレンダー



OPEN

2024

10月

日	月	火	水	木	金	土
		1 8 初心者のための江戸堀脳トレ健康麻雀 13:00~15:30 11 シャラナム 14:00~16:00	2 社 カラダのつくり方サークル ①13:30~ ②14:30~	3	4	5 10 韌健康麻雀 11:30~17:30
6	7 12 百歳体操&歌体操 10:00~12:00	8 7 こすもすカフェ 13:30~15:00 13 いちご(一期)カフェ 14:00~15:30	9 8 卓球の時間ですよ~♪ 13:30~15:00	10	11 4 そんぼのカフェ 14:00~15:30	12 10 韌健康麻雀 11:30~17:30
13	14 スポーツの日	15 2 立ち寄り処仁生会 13:30~14:30 8 初心者のための江戸堀脳トレ健康麻雀 13:00~15:30	16 5 お茶や 10:00~11:30 社 カラダのつくり方サークル ①13:30~ ②14:30~	17 ひばりの会 13:30~14:40	18 6 川口ほっこりサロン 13:30~15:00	19 10 韌健康麻雀 11:30~17:30
20	21 8 スマホの時間ですよ~♪ 13:30~14:30 12 百歳体操&歌体操 10:00~12:00 15 みんなの歌声カフェ[角]kaku 10:30~12:00	22 11 縁ホームカフェ 14:00~16:00 13 いちご(一期)カフェ 14:00~15:30	23	24 3 ちよちゃん 13:30~14:30	25 4 そんぼのカフェ 14:00~15:30	26 10 韌健康麻雀 11:30~17:30
27	28 社 ファイワイほっとサロン 10:30~12:00 14 リズム体操 13:30~15:00	29 1 ひまわりてらカフェ 13:30~15:00	30	31	●10月のお休みと開催日の変更について ・⑧スマホの時間ですよ~♪は第3月曜日の10月21日(月)に開催。 ・⑫百歳体操&歌体操は第2月曜日の10月14日(月・祝)はお休み。 ・⑭リズム体操は第2月曜日の10月14日(月・祝)はお休み。 ・ひばりの会は第3木曜日の10月17日(木)に開催。	

今月のピックアップ 西区サロン&立ち寄り処

地図中 No. **15** **九条北** みんなの歌声カフェ [角]kaku



10月から新しいサロン『みんなの歌声カフェ[角]kaku』が九条北地域にオープンします！場所は大阪メトロ中央線九条駅や九条キラ商店街からほど近い、住宅街の中にある「みんなの古民家角」です。初回は10月21日(月)に開催(毎月第3月曜日)します。一緒にピアノの生演奏で歌いましょう♪

懐かしい歌~唱歌や歌謡曲、季節の歌など~を楽しく歌いましょう。体操やおしゃべりの時間もあります。心と体と脳がイキイキしますよ♡



みんなの古民家角

- 日時** 毎月第3月曜日 10:30~12:00
- 場所** 九条2-16-1 みんなの古民家角
- 対象** どなたでも
- 内容** 歌、茶話、体操 ※水分補給の飲み物を必ずご持参ください。

参加費 300円

セカンドライフのを見つけ方vol.3

「楽し、懐かし、テレビゲームでボウリング!」のご報告



9月11日(水)、8月号のサロンカレンダーでご案内した、テレビゲームを使ったボウリングの体験会を開催しました！定員を上回る申し込みがあり、とても賑やかな会になりました。初めてテレビゲームをする方もいましたが、参加者同士教え合いながら交流を深めていました。ボウリング世代の方も多く、コントローラーを振るフォームはバッチリ！ストライクやスパアが出るたびに会場がどっと湧き、一体感で包まれました！



発行・問合せ: 西区社会福祉協議会 TEL. 06-6539-8075 FAX. 06-6539-8073

生活支援体制整備事業(西区新町4-5-14 西区役所合同庁舎6階)

月末発行

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。

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 内藤病院 在宅介護支援事業所

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 そんぽのカフェ 参加費 無料 お茶付

日時 毎月第2・4金曜日 14:00~15:30

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…体操、ティータイム



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



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)



西区 サロン & 立ち寄り処 ~ご案内~

問い合わせ先 西区社会福祉協議会 TEL.06-6539-8075

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。

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？



九条北 NEW 15 みんなの歌声カフェ[角]kaku 参加費 300円

日時 毎月第3月曜日 10:30~12:00

場所 九条2-16-1 みんなの古民家 角

対象…どなたでも
内容…歌、茶話、体操



江戸堀 8 初心者のための江戸堀脳トレ健康麻雀 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)



西六 社 ワイワイほっとサロン 参加費 200円 お茶・お菓子付

日時 毎月第4月曜日 10:30~12:00

場所 新町4-5-14 西区役所合同庁舎6階 西区ボランティア・市民活動センター

対象…どなたでも
内容…体操、歌、茶話

★参加希望の方は柳井さんまでご連絡ください。(TEL.090-9621-1132)



花乃井地域総合相談窓口 (花乃井ランチ(コスモス苑内))



明治 14 リズム体操 参加費 100円

日時 毎月第2・4月曜日 13:30~15:00

場所 立売堀2-2-17 明治会館

対象…どなたでも
★水分補給用の飲み物を必ず持参ください。



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)




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 14:00~15:30

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、脳トレなど
日によって内容が変更となる場合があります



江戸堀 8 卓球の時間ですよ〜♪ 参加費 無料

日時 第2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 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 毎月第1・2・3・5月曜日 10:00~12:00

場所 北堀江3-10-11 寶生教(ほうせいぎょう)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

