

西区サロン&立ち寄り処 カレンダー

OPEN

2024

4月



日	月	火	水	木	金	土
	1 ⑫百歳体操&歌体操 10:00~12:00 ※1	2 ⑧江戸堀健康麻雀 13:00~15:30 ⑪シャラナム 14:00~16:00	3 社 60歳からのカラダのつくりかたサークル拡大版 13:30~15:00 ※2 開催時間と場所が変更となります	4	5	6 ⑩韌健康麻雀 11:30~17:30
7	8 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 ※1 ⑭リズム体操 13:30~15:00	9 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	10 ⑧卓球の時間ですよ〜♪ 13:30~15:00	11 ⑨ひばりの会 13:30~14:40	12	13 ⑩韌健康麻雀 11:30~17:30
14	15 ⑫百歳体操&歌体操 10:00~12:00	16 ②立ち寄り処仁生会 13:30~14:30 ⑧江戸堀健康麻雀 13:00~15:30	17 ⑤お茶や 10:00~11:30 社 60歳からのカラダのつくりかたサークル ①13:30~②14:30~	18	19 ⑥川口ほっこりサロン 13:30~15:00	20 ⑩韌健康麻雀 11:30~17:30
21	22 社 ワイワイほっとサロン 10:30~12:00 ⑭リズム体操 13:30~15:00	23 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	24	25 ③ちよちゃん 13:30~14:30 ④そんぼの認知症カフェ 14:30~16:00	26	27 ⑩韌健康麻雀 11:30~17:30
28	29 昭和の日	30 ①ひまわりでらカフェ 13:30~15:00	● 開催場所の変更について ※1 1日・8日の⑫百歳体操&歌体操は西区民センター 第5会議室で開催 ※2 3日の⑥60歳からのカラダのつくりかたサークルは西区民センターホールで開催 (西区民センター:北堀江4-2-7)			

今月のピックアップ! 講座のご報告

セカンドライフのみつけ方 vol.2 「男性限定! はじめてのeスポーツ」

2月号のサロンカレンダーでご案内した講座「セカンドライフのみつけ方 vol.2 男性限定! はじめてのeスポーツ」のご報告です♪



「ボウリング編」では、4名の男性が熱い戦いを繰り広げました。

コントローラーをボールに見立て、ピンに向かって一振り! ストライクやスペアが出ると自然と拍手が起り、大盛り上がりでした。



今回の開催時期はまだ未定ですが、決まり次第お知らせしますので、今回参加できなかった方も次回は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!
桜をはじめ、いろんな花が咲きだすと一気に春になった感じがしますね。
春は出会いの季節です。
今月もたくさんのサロンと立ち寄り処が開催されますよ
素敵な出会いがありますように!

【お知らせ】
今月から「リズム体操」の終了時間が変更となっています。

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。



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



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
お茶付

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。



西六 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、西区社協までご連絡を！(TEL.06-6539-8075)



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)



西区社会福祉協議会 (合同庁舎6階) (西区ボランティア・市民活動センター)

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)



西区 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
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



鞠 10 鞠健康麻雀 参加費 700円
軽食付

日時 毎週土曜日 11:30~17:30

場所 鞠本町1-9-25 鞠会館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

