

西区サロン&立ち寄り処

カレンダー

OPEN

2025

2月



日	月	火	水	木	金	土
<p>●2月のお休みと開催日・開催場所の変更について</p> <p>⑦こすもすカフェは第3火曜日の2月18日(火)に開催。 ⑫百歳体操&歌体操は第1月曜日の2月3日(月)は区民センター 第5会議室、第2月曜日の2月10日(月)は区民センター 第2会議室で開催。 ⑬いちご(一期)カフェは第2火曜日の2月11日(火・祝)はお休み。 ⑭リズム体操は第4月曜日の2月24日(月・祝)はお休み。 ⑯2月のワイワイほっとサロンは3月3日(月)に延期予定。</p>						
2	3	4	5	6	7	8
	⑫ 百歳体操&歌体操 10:00~12:00	⑧ 初心者のための 江戸堀脳トレ健康麻雀 13:00~15:30 ⑪ シアラナム 14:00~16:00	社 カラダのつくり方 サークル ① 13:30~ ② 14:30~			⑩ 韮健康麻雀 11:30~17:30 ⑯ ハッピーカフェ 14:00~16:00
9	10	11	12	13	14	15
	⑧ スマホの時間でよ〜♪ 13:30~14:30 ⑫ 百歳体操&歌体操 10:00~12:00 ⑭ リズム体操 13:30~15:00	建国記念の日	⑧ 卓球の時間でよ〜♪ 13:30~15:00	⑨ ひばりの会 13:30~14:40	④ そんぼのカフェ 14:00~15:30	⑩ 韮健康麻雀 11:30~17:30
16	17	18	19	20	21	22
	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	② 立ち寄り処仁生会 13:30~14:30 ⑦ こすもすカフェ 13:30~15:00 ⑧ 初心者のための 江戸堀脳トレ健康麻雀 13:00~15:30	⑤ お茶や 10:00~11:30 社 カラダのつくり方 サークル ① 13:30~ ② 14:30~		⑥ 川口ほっこりサロン 13:30~15:00	⑩ 韮健康麻雀 11:30~17:30 ⑯ ハッピーカフェ 14:00~16:00
23	24	25	26	27	28	
天皇 誕生日	振替休日	① ひまわりでらカフェ 13:30~15:00 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		③ ちよちゃん 13:30~14:30	④ そんぼのカフェ 14:00~15:30	

今月のピックアップ

「令和6年度わっしょい! 西区ボランティア交流会」のご案内



申込必要
参加費
無料

申込フォーム



ボランティアや地域活動をしている方が出会い、つながる場としてボランティア交流会を開催します。これからボランティアを始めたい、ボランティアをしている人とつながりたい、どんな団体が活動しているか知りたい方はぜひご参加ください。

- 開催日時** 令和7年3月19日(水) 午後1時30分~3時30分
- 場所** ハウスビルシステム西区民センター 1階 ホール(西区北堀江 4-2-7)
- 対象** ボランティア活動をされている方、ボランティア活動に興味がある方
- 内容** 参加者同士の交流、パラリンピック競技「ポッチャ」のゲーム、事務連絡
- 申込方法** 電話・窓口・申込フォームでお申込み、締切は3/12(水) 午後5時まで
- 問合せ先** 西区社会福祉協議会(ボランティア担当:川村・江村) TEL:06-6539-8075

介護予防ポイント事業 登録時研修のご案内

大阪市内在住の65歳以上の方(介護保険第1号被保険者)を対象に、介護予防ポイント事業の参加者を募集しています!自分の趣味や特技を活かすために、健康のために、ほんの少し空いた時間を使って介護保険施設や保育所でボランティア活動してみませんか。

- 開催日時** 令和7年3月24日(月) 午後2時~3時30分
- 場所** 西区社会福祉協議会 第1会議室 (西区新町4-5-14)
- 対象** 大阪市内在住の65歳以上の方 (介護保険第1号被保険者)
- 持ち物** 筆記用具、介護保険証

申込必要
参加費
無料

大阪市介護予防ポイント事業とは?

介護保険施設・事業所において、話し相手やレクリエーションの補助、食事介助の補助などの介護支援活動を行った場合に、活動実績に応じてポイントが貯まり、貯めたポイントを換金(年間上限10,000円)することができる事業です。事業への参加により、高齢者の外出機会の増加や社会参加の推進を図り、生きがいづくりや介護予防につなげることを目的とします。参加には登録時研修を受講の上、登録手続きが必要となります。

お申込・問合せ先

大阪市社会福祉協議会(介護予防ポイント事業担当)
TEL:06-6765-5610・FAX:06-6765-3512

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) 休館日: 毎週日曜日、及び国民の祝日・休日と年末年始(12月29日~1月3日)

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 内藤病院居宅介護支援事業所

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 そんぼのカフェ 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)



西六 社 60歳からのカラダのつくり方サークル 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

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



西区 サロン&立ち寄り処

問い合わせ先 西区社会福祉協議会 TEL.06-6539-8075




広教 16 ハッピーカフェ 参加費 100円 お茶・お菓子付

日時 毎月第2・4土曜日 14:00~16:00

場所 立売堀6-8-30 エピシオン阿波座 集会室

対象…どなたでも
内容…茶話



九条北 15 みんなの歌声カフェ[角]kaku 参加費 300円 付添人無料

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)




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…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

