

西区サロン&立ち寄り処 カレンダー



OPEN

2025

5

月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 憲法記念日 10 韌健康麻雀 11:30~17:30
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 社 カラダのづくり方サークル ①13:30~ ②14:30~	8 9 ひばりの会 13:30~14:40	9 4 そんぼのカフェ 14:00~15:30	10 韌健康麻雀 11:30~17:30 16 ハッピーカフェ 14:00~16:00
11	12 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 14 リズム体操 13:30~15:00	13 7 こすもすカフェ 13:30~15:00 11 シャラナム 14:00~16:00 13 いちご(一期)カフェ 14:00~15:30	14 8 卓球の時間ですよ~ 13:30~15:00	15	16 6 川口ほっこりサロン 13:30~15:00	17 10 韌健康麻雀 11:30~17:30
18	19 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	20 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	21 5 お茶や 10:00~11:30 社 カラダのづくり方サークル ①13:30~ ②14:30~	22 3 ちよちゃん 13:30~14:30	23 4 そんぼのカフェ 14:00~15:30	24 10 韌健康麻雀 11:30~17:30 16 ハッピーカフェ 14:00~16:00
25	26 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	27 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	28 ●5月の開催日のお休みと変更について ①ひまわりてらカフェは第4火曜日の5月27日(火)はお休み。 ⑧初心者のための江戸堀脳トレ健康麻雀は第1火曜日の5月6日(火・祝)はお休み。 ⑪シャラナムは第2火曜日の5月13日(火)に変更して開催。 ⑫百歳体操&歌体操は第1月曜日の5月5日(月・祝)はお休み。	29	30	31 10 韌健康麻雀 11:30~17:30

今月のピックアップ 生活支援コーディネーターだより

地図中 No. 17 広教 ニッセイオレンジ茶論(サロン)



『ニッセイオレンジ茶論』の運営者の皆さん

令和6年3月より、気軽に話せる『ニッセイオレンジ茶論』(認知症カフェ)を年4回開催しています。毎回、専門家による健康に関する講話があり、日本生命病院の認知症ケアチームの各専門職による認知症に関する相談ができます。認知症当事者やご家族、また地域の方々が情報交換など自由に語り合える場です。どなたでも参加できますのでお気軽にお越しください。

次回、令和7年6月4日(水)は作業療法士による運動とリハビリのお話です。

問合せ先

日本生命病院2階あったかサポートセンター
TEL: 06-644-33-446(代表)

ニッセイオレンジ茶論 運営者から一言

お茶でも飲みながら、気軽に話せる場です。春夏秋冬の四季に合わせて開催しています。毎回テーマを決め、専門職による講話が聞けます。外出する機会が多いほど、認知機能には良いという結果も出ていますので、是非参加してください。

日時 令和7年 6月4日(水)
9月3日(水)
12月3日(水)
令和8年 3月4日(水)
14:00~15:30

場所 日本生命病院
江之子島2-1-54
1階 あったかふれあいホール

対象 どなたでも
内容 講話、おしゃべり

参加費 無料

かけはしカフェのご案内



かけはしカフェ 運営者から一言

かけはしカフェでは気軽にふらっと立ち寄ってくれる方、ご参加大歓迎です♪ お年寄り、子ども、障がいのある方、認知症の方、各種支援者やボランティア、地域関係者の方々たくさんの人のお力をお借りしながら、様々なテーマで楽しい空間を作っていきます!! みなさんの『やりたい』も教えてください。

自分が楽しいと思える時間って大切ですね。かけはしカフェは参加者の方々が「楽しかった、また来たい」「ここは気遣わなくてええから気楽やわ」そんな風に思ってもらえるような居場所を目指しています! 気軽に過ごせる場、情報交換の場で色々な人とおしゃべりを通して楽しい時間を過ごしませんか? 今年度は複数回開催する予定です。

日時 令和7年6月11日(水)
14:30~16:00

場所 四ツ橋診療所
新町1-22-9

対象 どなたでも
内容 おしゃべり
参加費 100円(お茶・お菓子付)

問合せ先

四ツ橋診療所 TEL: 06-6532-0148(代表)

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
お茶・お菓子付

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
お茶・お菓子付

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)



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)



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



新

10 韃健康麻雀

参加費
700円
軽食付

日時 毎週土曜日
11:30~17:30

場所 韃本町1-9-25
韃会館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…茶話、時々イベント
※イベントにより参加費変更



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

問い合わせ先 西区社会福祉協議会 TEL.06-6539-8075 花乃井地域総合相談窓口
(花乃井ランチ(コスモス苑内))

NEW 17 ニッセイオレンジ茶論(サロン)

日時 6月、9月、12月、3月の第1水曜日
14:00~15:30

場所 日本生命病院
江之子島2-1-5 4
1階あったかふれあいホール

対象…どなたでも 内容…講話、おしゃべり



参加費
無料

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



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。



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

