

西区サロン&立ち寄り処 カレンダー



2026
5月



日	月	火	水	木	金	土
					1 18 ミロー 13:30~14:30	2 10 韌健康麻雀 10:30~17:00
3 憲法 記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 憲法記念日振替	7	8 4 そんぼのカフェ 14:00~15:30	9 10 韌健康麻雀 10:30~17:00 16 ハッピーカフェ 14:00~16:00
10	11 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	12 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	13 8 卓球の時間ですよ~♪ 13:30~15:00 19 かけはしカフェ 14:30~16:00	14 9 ひばりの会 13:30~14:40	15 6 川口ほっこりサロン 13:30~15:00	16 10 韌健康麻雀 10:30~17:00
17	18 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	19 8 初心者のための 江戸堀脳トレ健康麻雀 13:30~15:30	20 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~	21	22 4 そんぼのカフェ 14:00~15:30	23 10 韌健康麻雀 10:30~17:00
24	25 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	26 1 ひまわりてらカフェ 13:30~15:00 2 立ち寄り処 仁生会 内藤病院 13:30~14:30 11 縁ほ一む 14:00~16:00 13 いちご(一期)カフェ 14:00~15:30	27	28 3 ちよちゃん 14:00~15:00	29	30
31			5月のお休みと開催日の変更について ②立ち寄り処 仁生会 内藤病院：第4火曜日の5月26日(火)に開催。 ⑧初心者のための江戸堀健康麻雀：第1火曜日の5月5日(火・祝)はお休み。 ⑪シャラナム：第2火曜日の5月12日(火)に開催。 ⑫百歳体操&歌体操：第1月曜日の5月4日(月・祝)はお休み。 ⑬カラダのつくり方サークル：第1水曜日の5月6日(水・祝)はお休み。			

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. **20 21** 九条東・西六 まいどカフェ

令和8年6月から医療法人日新会が主催する通いの場『まいどカフェ』が九条東地域と西六地域にオープンします。3月のプレオープンの日にお邪魔すると、ケアヴィレッジ九条の利用者の皆さんが運営スタッフとしてオーダーを聞いたり、お茶とお菓子を運んだり、活躍されていました。いただいたお茶を飲みながら一緒におしゃべりをして、楽しい時間を過ごしました。

初回は6月25日(木)にケアヴィレッジ九条で開催します。皆さんもぜひ立ち寄りください。

- 日時** 3月・6月・9月・12月の第4木曜日 14:00~15:00
- 場所** 開催月により開催場所が変わります
 ◎【3月・6月・12月】九条1-21-24(ケアヴィレッジ九条)
 ◎【9月】新町4-4-8(日新会介護医療院)
- 対象** どなたでも **内容** 茶話、体操

参加費
100円
お茶・お菓子付

『まいどカフェ』スタッフの綿貫さんから一言

『まいどカフェ』は認知症カフェに登録しており、運営スタッフの中には認知症対応型通所介護事業所の管理者や看護師・ケアマネジャー・介護福祉士などの専門職が在籍しています。認知症の当事者の方も安心して参加できる通いの場です。ご家族からのご相談にも対応しておりますので、お気軽にお越しください。

問合せ先 ナイスプランナー九条 Tel 06-6582-5961(綿貫)



古地図を 片手に歴史散歩で タイムスリップ! 開催のご報告

令和8年3月、おとなのスマートおでかけ講座「古地図を片手に歴史散歩でタイムスリップ!~川と橋から学ぶ地域の魅力再発見~」(全2回)を開催しました。講師に大阪公立大学 現代システム科学域 景観計画学研究室 准教授 阿久井康平氏をお招きし、川と橋をテーマに西区の歴史を交えながら、座学とまちあるきをしました。

大阪市では大正から昭和初期にかけて第一次都市計画事業で橋梁事業が行われ、橋は都市の景観美として位置づけられました。今では多くの川が埋め立てられましたが、西区にはかつてこの事業で造られた多くの橋がありました。まちあるきでは地図を見ながら、今は無き川や橋に想いを馳せました。参加者からは「新しい視点でまちあるきをすることができた」、「場所と地名が一致し、すごく良い体験になった」などの声を聞くことができました。

今回立ち寄れなかった橋や川の史跡もあり、参加者のかたには講師からいただいた資料を見ながら、たくさんお出掛けをしてもらいたいです!



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。

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



西六

社 60歳からのカラダのつくり方サークル

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

★初めての方は、西区老人福祉センターまでご連絡を!(TEL.06-6582-9552)

参加費 **無料**

西六

社 ワイワイほっとサロン

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)

参加費 **200円**
お茶・お菓子付

千代崎

3 立ち寄り処 ちよちゃん

日時 毎月第4木曜日
14:00~15:00

場所 千代崎2-16-15 千代崎会館

対象...どなたでも
内容...体操、健康に関するお話、茶話

参加費 **無料**

日吉

4 そんぼのカフェ

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

参加費 **無料**
お茶付

広教

7 こすもすカフェ

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)

参加費 **100円**

江戸堀

8 初心者のための江戸堀脳トレ健康麻雀

日時 毎月第1・3火曜日
13:30~15:30

場所 江戸堀3-8-1 江戸堀連合会館

対象...どなたでも
内容...脳トレ、麻雀

只今、定員超過のため募集はしていません

参加費 **200円**
お茶付

西船場

9 ひばりの会

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

参加費 **100円**

靱

10 靱健康麻雀

日時 毎週土曜日
10:30~17:00

場所 靱本町1-9-25 靱会館2階

対象...どなたでも
内容...麻雀

只今、定員超過のため募集はしていません

参加費 **700円**

広教

11 よろず寺カフェ シアラナム

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

参加費 **100円~**
お茶・お菓子付

広教

11 縁(えにし)ほ一む

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

※イベントにより参加費変更

参加費 **100円~**
お茶・お菓子付

堀江

12 大阪西区100才倶楽部 百歳体操&歌体操

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

参加費 **200円**

西六

13 いちご(一期)カフェ

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

★水分補給用の飲み物を必ず持ってください

参加費 **100円**

明治

14 リズム体操

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
内容...体操

★水分補給用の飲み物を必ず持ってください

参加費 **100円**

九条北

15 みんなの歌声カフェ [角]kaku

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

※イベントにより参加費変更

参加費 **300円~**
お茶・お菓子付

広教

16 ハッピーカフェ

日時 毎月第2土曜日
14:00~16:00

場所 立売堀6-8-6 エピシオン阿波座

対象...どなたでも
内容...茶話

★連絡先 (TEL.070-6686-1525)

参加費 **100円~**
お茶・お菓子付

広教

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2-1-54 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**

日吉

18 ミロー

日時 毎月第1金曜日
13:30~14:30

場所 南堀江4-5 西道頓堀 ハイツB棟1階

対象...どなたでも
内容...体操、茶話、季節の制作

参加費 **100円**
お茶付

西六 **NEW**

19 かけはしカフェ

日時 奇数月の第2水曜日
14:30~16:00

場所 新町1-2-2-9 四ツ橋診療所

対象...どなたでも
内容...茶話、ミニ体操、プチ制作等

※イベントにより参加費変更

参加費 **200円~**
お茶・お菓子付

九条東 **NEW**

20 まいどカフェ

日時 3月・6月・12月 第4木曜日
14:00~15:00

場所 九条1-21-24 ケアヴィレッジ 九条

対象...どなたでも
内容...茶話、体操

参加費 **100円**
お茶・お菓子付

西六 **NEW**

21 まいどカフェ

日時 9月 第4木曜日
14:00~15:00

場所 新町4-4-8 日新会介護 医療院

対象...どなたでも
内容...茶話、体操

参加費 **100円**
お茶・お菓子付

