

西成区 百歳体操「ひろがる」マップ

※新規参加者を募集していないグループや活動休止中のグループがあります。
参加ご希望の場合は、西成区保健福祉センターにお問い合わせください。

マーク

- : どなたでも参加できます
- ★ : 地域住民のみ参加できます
- ◇ : 男性のみ参加できます



お気軽に、お問い合わせください！
—問合せ先—
西成区保健福祉センター
保健福祉課（地域保健活動）
電話：06-6659-9968

●いきいき百歳体操 ★：地域住民のみの受け入れ

令和8年6月現在

番号	地域	場所	曜日	開始時間
①	弘治	弘治老人憩の家（鶴見橋1-5-9）★	火	10:00
②	弘治	西成区老人福祉センター（梅南1-4-27）	水・金	①10:15 ②10:55 ③11:35
③	長橋	にしなり隣保館ゆ〜とあい（出城2-5-9 パークコート2階）	第2・3・4木	14:00
④	萩之茶屋	入船温泉（萩之茶屋1-6-3）	金	15:30
⑤	萩之茶屋	ひと花センター/サービスハブ西成（太子1-13-15）★	火	10:30
⑥	萩之茶屋	西成市民館（萩之茶屋2-9-1）	木	15:00
⑦	萩之茶屋	青春リターンズ（会場が個人宅のため、詳細は保健福祉センターに要確認）	月	10:30
⑧	今宮	天水湯（天下茶屋3-18-27）	第1・3月	11:30
⑨	橘	たちばな会館（花園南2-9-28）	木	10:00
⑩	橘	山口文化センター（花園南1-8-15 山口ビル2階）	火	16:30
⑪	橘	そんぼの家S天下茶屋（花園南2-5-10）	月・金	16:00
⑫	松之宮	松之宮ホール（鶴見橋3-3-2）	金	13:30
⑬	梅南	特別養護老人ホーム ライファーサ（松3-12-35）	金	10:00
⑭	梅南	はぎのさと別館（松3-1-16）	水	10:45
⑮	玉出	やまき苑（玉出西2-5-36）★	水	14:00
⑯	玉出	くすの木の会（玉出東2-15-11 宮武酒店）★	水	13:30
⑰	岸里	介護老人保健施設 はるか（岸里2-6-9）	第1・3火 第2・4木	14:00
⑱	岸里	徳乗寺（千本中1-5-14）	第1・3水	14:00
⑲	岸里	岸里老人憩の家 岸里女性会（岸里3-4-9）	月 （第3週は休みの 場合あり）	13:30
⑳	千本	めぐみ（千本北2-12-2）	第2・4月	13:00
㉑	千本	千本会館老人憩の家（千本南2-11-21）★	火	10:30
㉒	津守	津守老人憩の家（津守1-13-37）★	第2・4金	10:30
㉓	南津守	南津守会館老人憩の家（南津守6-3-69）	金	10:30
㉔	南津守	溝口医院（南津守7-5-7 メゾン赤松1A）	木	10:30
㉕	北津守	北津守連合集会所（北津守2-3-11）★	火	13:30
㉖	山王	山王集会所（山王2-10-24）	第1・3水	14:00
㉗	天下茶屋	のぞみ（天下茶屋東2-15-12）	火・水	13:15
㉘	天下茶屋	つれづれの里（聖天下1-10-26）	月	11:00

◆おとこまえ百歳体操（男性限定）

㉙	岸里	西成区役所 2階 集団検診室（岸里1-5-20）	月	10:00
㉚	梅南	はぎのさと別館（松3-1-16）	水	10:00