

2024年版

西成区

暮らし・ 元気応援 地域リスト



場所や内容等に変更がある場合がありますので、ご注意ください

西成区生活支援体制整備事業





西成区暮らし・元気応援地域リスト

生活支援体制整備事業では、
区民の皆様が地域で自分らしく元気に暮らし続けられるよう
生活支援コーディネーターが地域の支え合いのお手伝いをしています。

このリストは、地域で暮らすうえで、役立つと思われる情報を皆様にお知らせし、
活用していただくことを目的に作成しています。

掲載している情報は、令和6年3月現在、
生活支援コーディネーターが把握したものです。

詳しい内容や最新情報を確認したうえで、ご利用ください。

(目次)

ふれあい喫茶	P.4
百歳体操	P.5~7
いきいき元気教室 (なにわ元気塾)	P.8
認知症カフェ (オレンジカフェ)	P.9
集いの場	P.10~12
生涯学習	P.13
食事サービス	P.14~15
家事支援	P.16
各種施設	P.17
各種相談窓口	P.18~19
西成区役所の各種相談窓口・ 介護予防ポイント事業・ワークサロン	P.20
ふれあい喫茶・集いの場・百歳体操 写真	P.21~26



※地域の行事や感染症などの影響により、開催延期や場所・時間の変更などをされているところもありますので、
事前にご確認ください。活動に参加する場合は、マスク着用や手洗い、消毒など各自で感染を予防してください。
また、検温などで体調を確認し、体調が思わしくない場合は活動への参加をお控えください。

ふれあい喫茶

地域のボランティアによる地域の人々の交流の場で、
どなたでも参加できます。

地域	名称	開催場所	開催日時
弘治	弘治 ふれあい喫茶	もと弘治小学校 講堂 (花園北2-16-26)	第2(土) 11:30~13:30 ●
長橋	喫茶さくら	にしなり隣保館スマイルゆ〜とあい (出城2-5-9)	第3(火) 11:30~13:00
萩之茶屋	ふれあい喫茶 はぎ	サービスハブ西成(太子1-13-15)	第2(木) 13:00~15:00
今宮	今宮 ふれあい喫茶	今宮社会福祉会館 (天下茶屋1-32-19)	第4(水) 12:00~14:00
橘	喫茶たちばな	橘コミュニティセンター(松1-8-11)	第3(土) 13:00~15:00
松之宮	ふれあい喫茶 りぼん	松之宮老人憩の家 別館 (鶴見橋3-3-7)	第2(土) 13:00~15:00 (概ね3か月に1回)
梅南	梅南 ボランティア喫茶	はぎのさと別館 (松3-1-16 はぎのさと別館2F)	第1(月) 13:00~15:00
玉出	喫茶レインボー 玉出	玉出西公園会館・老人憩の家 (玉出西1-8-19)	第2(土) 9:30~11:00、 第4(火) 13:00~15:00
岸里	岸里 ふれあい喫茶	岸里老人憩の家(岸里3-4-9)	第2(木) 13:00~15:00
千本	千本 喫茶ひまわり	千本社会福祉会館 (千本北2-12-1)	第4(水) 13:00~15:00
津守	津守 ふれあい喫茶	津守老人憩の家(津守1-13-37)	第1(土) 10:30~12:30
南津守	ふれあい喫茶 南津守なかよし	南津守福祉会館(南津守4-1-33)	第1(金) 12:00~14:00
北津守	喫茶北津守	北津守老人憩の家(北津守3-8-8)	第2(日) 11:00~13:00
山王	ふれあい 喫茶山王	山王集会所(山王2-10-24)	第2(火) 10:00~12:00
飛田	飛田 ふれあい喫茶	飛田ふれあい会館(山王3-12-13)	第2(木) 14:00~15:30 (3,6,9,12月は13:00~15:00)
天下茶屋	ふれあい喫茶 天下茶屋	天下茶屋老人憩の家(天下茶屋東2-1-29) ※テイクアウトのみ	第2(水) 12:00~14:00 ※食中毒予防のため休止期間あり

◎詳しくは西成区社会福祉協議会(☎06-6656-0080)へご連絡ください。
※●印はボッチャをおこなっている場所です(開催頻度等は場所によって異なります)

百歳体操

主に高齢者の運動機能低下を予防するために考えられた

～どなたでも、問合せ《なし》で参加できます～

★「おとこまえ百歳体操」は
男性のみの参加となります

地域	活動場所	開催日時	
長橋	にしなり隣保館ゆ～とあい(出城2-5-9)	第2・4(木) 14:00～	●
萩之茶屋	入船温泉(萩之茶屋1-6-3)	(金) 15:30～	
萩之茶屋	西成市民館(萩之茶屋2-9-1)	(木) 15:00～	●
萩之茶屋	萩之茶屋北住宅2号館(萩之茶屋1-11-2)	月1～2回(金) 14:00～	
橘	山口文化センター (花園南1-8-15 山口ビル2階)	(火) 16:30～	●
橘	そんぽの家S天下茶屋(花園南2-5-10)	(月) 16:00～	
橘	たちばな会館(花園南2-9-28)	(木) 10:00～	
松之宮	松之宮老人憩の家 別館(鶴見橋3-3-7)	(金) 13:30～	
梅南	こつまの里(松2-1-35)	(金) 15:00～ ※第3(金)を除く	
梅南	おとこまえ百歳体操 梅南★(松3-1-16 はぎのさと別館2階)	(水) 10:00～	●
梅南	はぎのさと別館(松3-1-16 はぎのさと別館2階)	(水) 10:45～ (イベント等により11:00～になる場合あり)	●
梅南	特別養護老人ホーム ライフカーサ (松3-12-35)	(金) 10:00～※第5週は休み	
玉出	やまき苑(玉出西2-5-36)	(水) 14:00～	
玉出	くすの木の家(玉出東2-15-11 宮武酒店)	(水) 13:30～	
岸里	おとこまえ百歳体操★(岸里1-5-20 西成区合同庁舎 2階 集団検診室)	(月) 10:00～	●
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～	
岸里	おとこまえ百歳体操 岸里★(岸里東2-14-10 マザーハウス2階)	(木) 10:00～	
岸里	大阪瑞光教会(愛と希望の会)(岸里東2-15-19 ヴィラージュ3階)	(水) 13:30～	

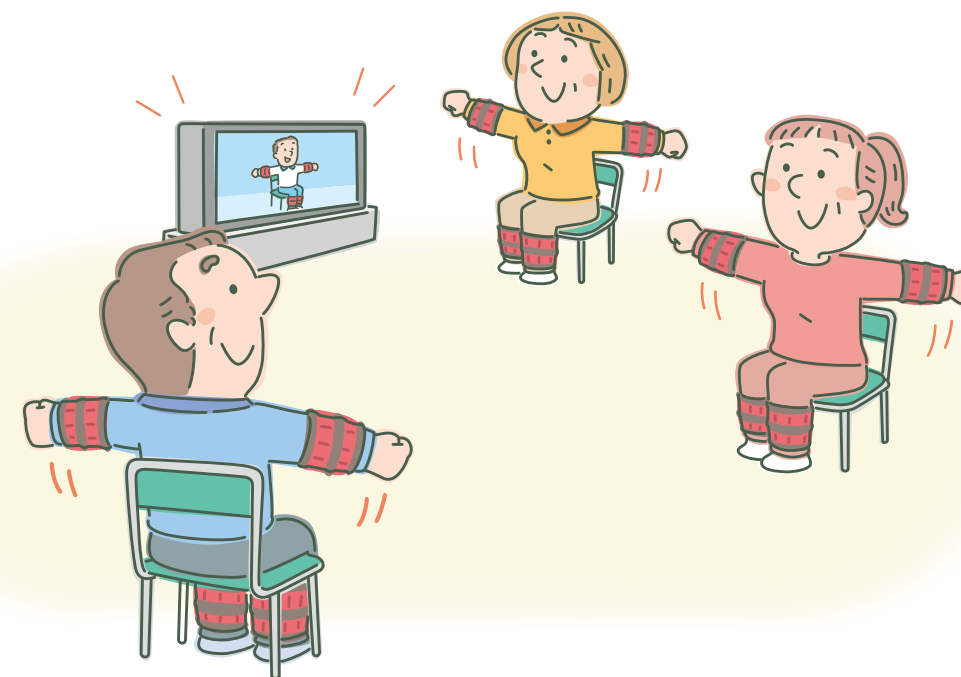
体操で、おもりを手首や足首につけて行なう簡単な筋力運動です。



参加費
無料

岸里	岸里老人憩の家 岸里女性会(岸里3-4-9)	(月) 13:30～
岸里	徳乗寺(千本中1-5-14)	第1・3(水) 14:00～
南津守	南津守会館老人憩の家(南津守6-3-69)	(金) 10:30～
南津守	溝口医院(南津守7-5-7 メゾン赤松1A)	(木) 10:30～
山王	山王集会所(山王2-10-24)	第1・3(水) 14:00～
天下茶屋	つれづれの里(聖天下1-10-26)	第1・3(月) 11:00～
天下茶屋	のぞみ(天下茶屋東2-15-12)	(水) 13:00～
天下茶屋	西栄寺(岸里東1-1-4) ※建て替え工事のため、岸里福祉会館(岸里2-12)で開催	(月) 14:00～

※●印はボッチャをおこなっている場所です(開催頻度等は場所によって異なります)



ふれあい喫茶

百歳体操

いきいき元氣教室

認知症カフェ

集いの場

生涯学習

食事サービス

家事支援

各種施設

各種相談窓口

区役所の相談窓口

介護予防事業

ワークサロン

6

5

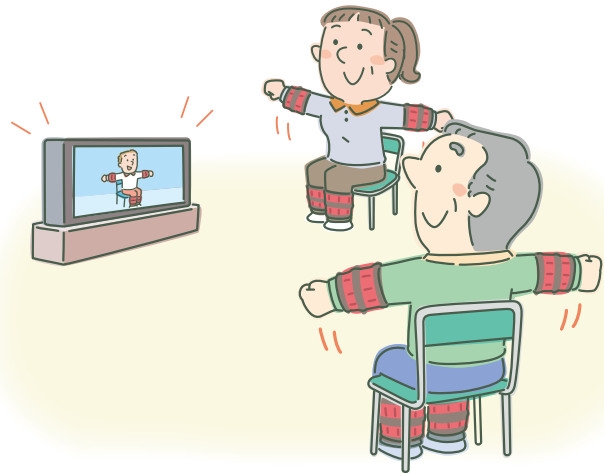
百歳体操

～参加条件があるため下記の問へ、事前に問合せが《必要》です～

地域	活動場所	開催日時
弘治	弘治老人憩の家(鶴見橋1-5-9)	(火) 10:00～
弘治	西成区老人福祉センター(梅南1-4-27)	(水)・(金) 10:15～/10:55～/11:35～
今宮	今宮社会福祉会館(天下茶屋1-32-19)	(木) 10:00～
橘	西天下茶屋デイサービスセンター(橘3-7-23)	(水) 16:00～
千本	めぐみ(千本北2-12-2)	(月) 13:00～
千本	千本会館・老人憩の家(千本南2-11-21)	第2・3(火) 11:00～
津守	津守老人憩の家(津守1-13-37)	第2・4(金) 10:30
北津守	北津守老人憩の家(北津守3-8-8)	(火) 13:30～

問 西成区保健福祉センター 保健福祉課(地域保健活動 ☎06-6659-9968)

※●印はボッチャをおこなっている場所です(開催頻度等は場所によって異なります)



いきいき元気教室
(なにわ元気塾)

地域の身近な場所に集い、活動や交流を通じて介護予防をはかることができる場所です。

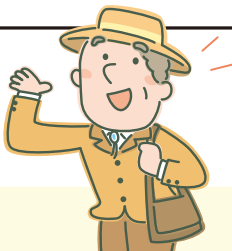
◎区内在住の65歳以上の方が対象です。 ◎参加できる地域が決まっています。
◎参加登録や介護保険被保険者証の提示が必要です。

地域	開催場所	開催日時
弘治	弘治老人憩の家(鶴見橋1-5-9)	第3(金) 13:30～15:00
長橋	にしなり隣保館スマイルゆ～とあい(出城2-5-9)	第1(木) 13:30～15:00
萩之茶屋	はぎ会館老人憩の家(萩之茶屋1-7-12)	第1(金) 14:00～15:30
今宮	今宮社会福祉会館(天下茶屋1-32-19)	第2(水) 13:30～15:00
橘	橘コミュニティセンター(松1-8-11)	第1(月) 14:00～15:30
松之宮	松之宮老人憩の家 別館(鶴見橋3-3-7)	第2(木) 13:30～15:00
梅南	はぎのさと別館(松3-1-16 はぎのさと別館2階)	第3(月) 13:30～15:00
玉出	玉出西公園会館・老人憩の家(玉出西1-8-19)	第3(火) 13:30～15:00
岸里	岸里老人憩の家(岸里3-4-9)	第1(火) 13:30～15:00
千本	千本老人憩の家(千本南2-11-21 1階)	第1(水) 13:30～15:00
津守	津守老人憩の家(津守1-13-37)	第3(木) 13:30～15:00
南津守	南津守福祉会館(南津守4-1-33)	第4(木) 13:30～15:00
北津守	北津守老人憩の家(北津守3-8-8)	第3(水) 13:30～15:00
山王	山王集会所(山王2-10-24)	第4(火) 14:00～15:30
天下茶屋	天下茶屋集会所(天下茶屋東2-1-29)	第4(月) 13:30～15:00

問 詳しくは西成区社会福祉協議会
(☎06-6656-0080)へご連絡ください。

参加費
無料

登録
必要



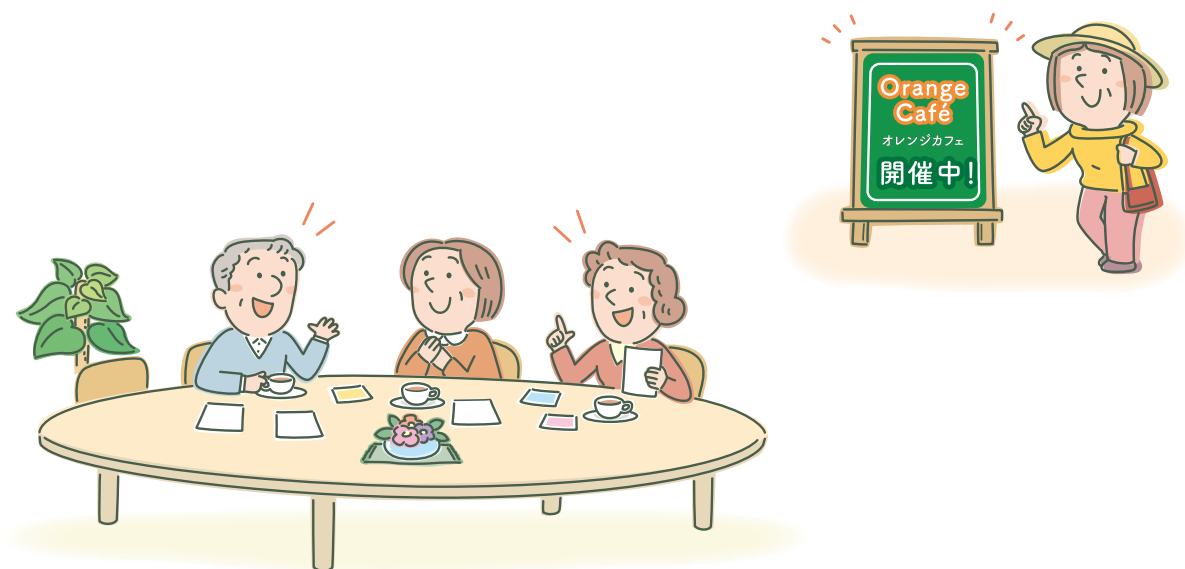
ふれあい喫茶
百歳体操
いきいき元気教室
認知症カフェ
集いの場
生涯学習
食事サービス
家事支援
各種施設
各種相談窓口
区役所の相談窓口
介護予防事業
ワークサロン

認知症カフェ (オレンジカフェ)

認知症の方やその家族が悩みごとの相談や情報交換等を通じて孤立予防や介護負担感の軽減をはかる場所です。

◎認知症に理解のある方ならどなたでも参加できます。 ◎詳しくは問合せ先へご確認ください。

名称	開催場所 / 問合せ先	開催日時
つるみばしカフェ	さくら薬局 大阪鶴見橋店 (旧:尾辻薬局) (鶴見橋1-6-16) ☎06-6630-7330	最終週(火) 15:00~17:00 会費制100円
りんごの会	西成区北西部地域包括支援センター (鶴見橋2-12-23 アジュールコート1階) ☎06-6658-8400 (西成区北西部地域包括支援センター) ※場所が変わる場合があるため、問い合わせしてください	第4(火) 13:30~15:00
オレンジカフェin玉出	みんなの居場所(玉出中2-8-3) ☎06-6651-6888 (玉出地域包括支援センター)	奇数月第2(月) 14:00~15:00 会費制100円 ※事前申込み必要
Orange Café悠楽	認知症対応型デイサービス 悠楽(聖天下2-6-1) ☎06-7501-9174 (認知症対応型デイサービス 悠楽)	第2・4(木) 13:00~16:00 実費負担200~300円
喫茶よってこ	今宮デイサービスセンター(天下茶屋1-31-10) ☎06-6656-7700 (西成区東部地域包括支援センター)	第2(日) 10:00~11:30 ※祝祭日は休み 1品100円
カーサガーデンカフェ	特別養護老人ホーム ライフカーサ (松3-12-35) ☎06-6661-0999	第3(火) 13:30~15:00 参加費100円



集いの場

みんなで集い、おしゃべりしたり、サークル活動をしたりと元気になる『集いの場』です。

地域包括支援センター、総合相談窓口(ランチ)が行なっている『集いの場』

名称	開催場所	開催日時 / 参加費など
いきいき体爽倶楽部 スマイル	にしなり隣保館スマイル ゆ〜とあい (出城2-5-9)	第2・4(月) 13:00~14:00 会員100円、会員以外300円 先着15名
ラジオ体操	まちかどホームすずらん (出城2-4-10) ☎06-6563-6563	(月)~(金)15:00~ ※60歳以上
コミュニティカフェ北津守	津守西住宅集会所(北津守2-5)	(木) 13:30~15:30

☎西成区北西部地域包括支援センター(鶴見橋2-12-23) ☎06-6568-8400

『ここに来たら、 元気になる!』	西成区在宅サービスセンター 「はぎのさと」 (岸里1-5-20 西成区合同庁舎8階)	月1回
きらっ☆家族介護教室		不定期開催
岸里元気会	「天下茶屋」駅集合	第2(火) 13:30~15:00

☎西成区地域包括支援センター(岸里1-5-20 西成区合同庁舎8階) ☎06-6656-0080

ラジオ体操	仏現寺公園(萩之茶屋北公園) (萩之茶屋1-13)	(水) 16:00~
-------	------------------------------	------------

☎あいりん地域総合相談窓口(萩之茶屋2-9-1 西成市民館) ☎06-6537-7353

東部包括フリースクール	今宮ふれあい会館・ 老人憩の家 (天下茶屋北2-8-11)	第4(木) 13:30~15:30 飲み物代100円(希望者のみ) ●
喫茶よってこ	今宮デイサービスセンター (天下茶屋1-31-10)	第2(日) 10:00~11:30 ※祝祭日は休み 1品100円

☎西成区東部地域包括支援センター(天下茶屋1-4-14) ☎06-6656-7700

※●印はボッチャをおこなっている場所です(開催頻度等は場所によって異なります)



集いの場

のぞみでボッチャ	のぞみ (天下茶屋東2-15-12)	第1・3(火)13:00~14:00 ●
----------	-----------------------	----------------------

問 天下茶屋地域総合相談窓口(天下茶屋東2-15-12) ☎06-6655-3030

みどり苑将棋の日 ※4月からは『みどりカフェ』	みどり苑(山王1-6-5)	第4(火)10:00~12:00
ふれあい喫茶みどり苑		月1~2回(金) 13:30~15:00/飲み物代100円
よりあい		不定期開催 ※実費の場合あり 生け花アレンジや手作り講座など

問 山王地域総合相談窓口(山王1-6-5) ☎06-6631-8802

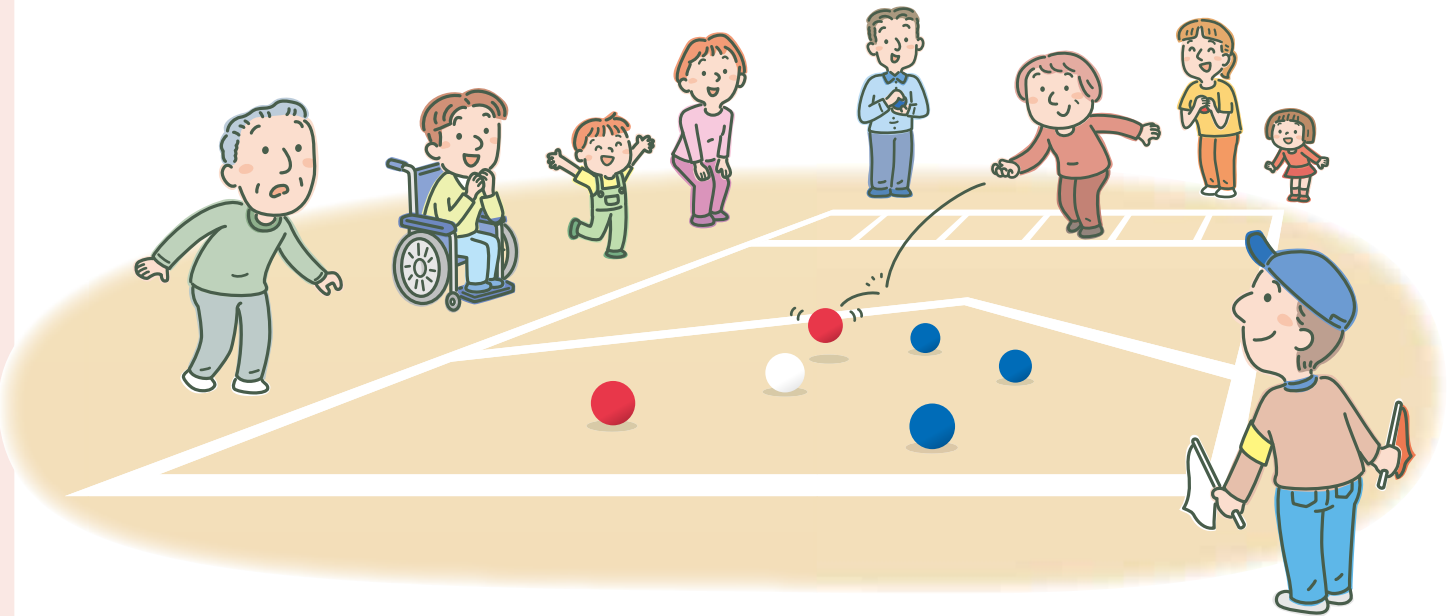
みんなの居場所 書道サークル	みんなの居場所 (玉出中2-8-3)	月1回/14:00~16:00 参加費100円
-------------------	-----------------------	----------------------------

問 玉出地域包括支援センター(南津守7-12-32 白寿苑) ☎06-6651-6888

めぐみ喫茶	めぐみ(千本北2-12-2)	第3(金) 13:00~14:30 飲み物100円(おやつ付き)
りんどうのつどい ※めぐみ喫茶に併設(一人で参加の方向け)		

問 成南地域総合相談窓口(千本北2-12-2 めぐみ) ☎06-6652-5811

※●印はボッチャをおこなっている場所です(開催頻度等は場所によって異なります)



介護保険事業所、ボランティアなどが行なっている『集いの場』

名称	開催場所 / 問合せ先	開催日時 / 参加費など
あゆみ工房	あゆみ工房(南津守3-5-14) 問 ☎06-6656-7001 (南津守地域総合相談窓口) 問 ☎06-6651-6888 (玉出地域包括支援センター)	(水)…サークル(絵手紙、ウクレレなど) 第2(金)…歌みずきの会 ボッチャ・囲碁・将棋は毎回 14:00~16:00/参加費100円 ●
「たちばな和(なごみ)のつどい」	眞教寺(松3-2-18) 問 ☎06-6661-7921	第2(月) 11:00~12:00
みんな食堂 ソレイユ	(鶴見橋3-1-41) 問 ☎090-1158-9158	月2回(土)
松之宮 『スマイル』	松之宮老人憩の家 別館(鶴見橋3-3-7) 問 ☎090-7873-1459	(水) 13:30~15:00 ゲーム・健康教室など ●
折り紙教室		第2・4(土) 13:00~15:00 ※季節によって変動あり 材料費500円程度
きらきら シルバー		第4(月) 13:30~ ※令和6年4月より第4(火) 13:30~ ●
すずらん園芸 ボランティア	まちかどホームすずらん(出城2-4-10) 問 ☎06-6563-6563	第2(火) 10:00~11:00 ※雨天中止
山王ボッチャ クラブ	山王集会所(山王2-10-24)	第1・3(水) 14:30~ ●
笑いヨガ	浄福寺(花園北2-15-22)	第3(木) 10:30~11:30
ボードゲーム カフェ	そんぼの家S天下茶屋(花園南2-5-10)	月1回(水)14:30~16:30

◎内容・参加対象・申込方法・その他、詳細についてはそれぞれの問合せ先へご確認ください。
※●印はボッチャをおこなっている場所です(開催頻度等は場所によって異なります)

生涯学習

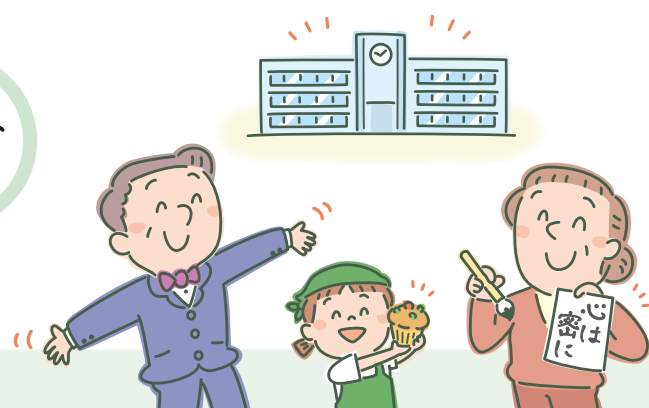
「生涯学習ルーム」は、区内の小学校での身近な学習の場として、書道や絵画、生け花、ヨガ、踊りなどを子どもから大人まで学べる場所です。講座内容や開催時期等は西成区生涯学習情報誌「まなびや」でご確認いただくか、お問合せください。

名称	活動場所 / 問合せ先(学校は教頭先生へ)
新今宮小学校 生涯学習ルーム	もと弘治小学校 もと弘治小学校(花園北2-16-26) ☎西成区役所 ☎06-6659-9734
	もと今宮小学校 もと今宮小学校(天下茶屋1-16-5) ☎西成区役所 ☎06-6659-9734
長橋小学校 生涯学習ルーム	長橋小学校(長橋2-3-21) ☎長橋小学校 ☎06-6561-4692
橘小学校 生涯学習ルーム	橘小学校(橘2-1-29) ☎橘小学校 ☎06-6651-0456
まつば小学校 生涯学習ルーム	まつば小学校(梅南3-2-25) ☎まつば小学校 ☎06-6651-3428
玉出小学校 生涯学習ルーム	玉出小学校(玉出中2-13-48) ☎玉出小学校 ☎06-6659-2000
岸里小学校 生涯学習ルーム	岸里小学校(千本中1-8-22) ☎岸里小学校 ☎06-6659-2574
千本小学校 生涯学習ルーム	千本小学校(千本中2-8-8) ☎西成区役所 ☎06-6659-9734
南津守小学校 生涯学習ルーム	南津守小学校(南津守6-1-14) ☎南津守小学校 ☎06-6659-3000
北津守小学校 生涯学習ルーム	北津守小学校(北津守3-3-40) ☎北津守小学校 ☎06-6568-0415
天下茶屋小学校 生涯学習ルーム	天下茶屋小学校(聖天下1-11-35) ☎天下茶屋小学校 ☎06-6661-8741

☎西成区役所市民協働課 生涯学習担当(岸里1-5-20 西成区合同庁舎7階) ☎06-6659-9734

各講座の担当者より
「参加条件・費用・内容・空き状況」
等の説明を受け、内容を確認後に
参加となります。

申込み
必要



食事サービス

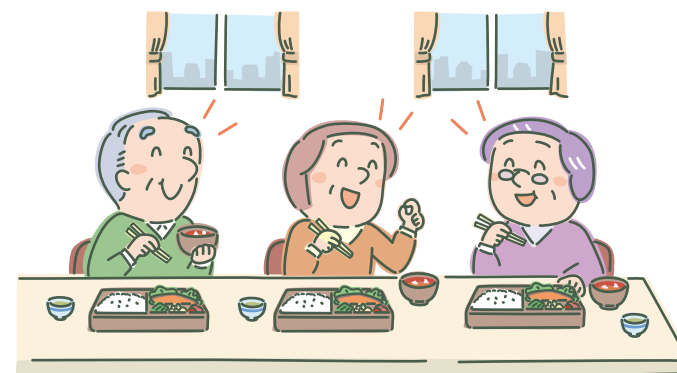
高齢者や障がいのある方などを対象に、

高齢者食事サービス

地域のボランティアの皆様による
ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯が対象の
会食・配食のサービスです。

会食サービス ～地域の会館等を集まってみんなで食事を楽します～

地域	名称
千本	千本会食会
玉出	玉出食事サービス
南津守	南津守食事サービス



※新型コロナウイルス感染症の影響により、
会食を配食に変更しているところがあります。

配食サービス ～ご自宅に食事をお届けします～

地域	名称
弘治	弘治食事サービス
萩之茶屋	萩之茶屋食事サービス
今宮	今宮食事サービス
橘	橘食事サービス
梅南	梅南食事サービス
千本	千本食事サービス
北津守	北津守食事サービス ※会館に取りに行く方式です

地域	名称
津守	津守食事サービス
飛田	飛田食事サービス
天下茶屋	天下茶屋食事サービス



◎地域によって「対象者・内容・実施日・料金・空き状況」などが異なるため、
事前にお問合せください。

☎西成区社会福祉協議会(岸里1-5-20 西成区合同庁舎8階) ☎06-6656-0080