

<令和7年6月 発行>

高齢者のための地域活動マップ

【第二中学校区】



摂津市高齢介護課
摂津市社会福祉協議会

はじめに・・・

「高齢者のための地域活動マップ」は、地域での支え合い活動や介護予防活動、サロン活動、趣味などの活動の取り組みを、生活支援コーディネーターが、関係機関や団体などへ訪問をし、収集した情報をもとに作成しています。

摂津市に住む高齢者のみなさまが、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためのサポートを目的として作成しており、参考となる地域活動の情報を掲載しています。ぜひ、ご活用ください。

また、掲載を希望される団体がございましたら、摂津市社会福祉協議会（06-6155-6140 生活支援コーディネーター直通）までご連絡下さい。

なお、各サービスの内容は、令和6年10月末時点での情報であり、変更される場合がありますのでご了承ください。

※生活支援コーディネーターとは

「地域支え合い推進員」とも呼ばれ、誰もが高齢になっても安心して暮らし続けられるよう、住民や事業所の皆さんなどと協力しながら、介護予防や生活支援ができる地域づくりに取り組んでいます。

この冊子のように、サロン活動や集いの場など高齢者に役立つ情報を集めて紹介したり、高齢者の困りごとを把握して手助けや支え合いの仕組みを作ったりします。また、支援を必要とする高齢者と地域にあるサービスなどとのマッチングを行います。

摂津市の生活支援コーディネーターは、市役所（高齢介護課）と社会福祉協議会に配置されています。

摂津市高齢介護課

摂津市社会福祉協議会

【ページの見方】

The screenshot shows a webpage layout for an activity group. At the top, there is a header area with a box for the group name 'つどい場「〇〇」' and a set of icons: a heart, a coffee cup, a star, and two people. Below this is a main content area with details about the activity: frequency (weekly on Wednesdays), location (at the 〇〇 community center), cost (100 yen), and target audience (65+). A 'Message from the group' section follows, containing a welcome message and a note about tea and exercises. At the bottom, there are two empty boxes labeled '地図' (Map) and '活動の様子など' (Activity photos etc.).

活動団体名

つどい場「〇〇」

活動団体の紹介マーク
※マークの意味については
本ページ下をご覧ください

●活動日時:毎週水曜日
●活動場所:第〇〇集会所
●料金:100円(お茶代)
実費負担が生じることがあります
●対象者:65歳以上
どなたでも参加可能
●参加人数:平均15名程度

活動日時
活動場所
料金や対象者などの
活動団体情報

団体紹介・メッセージ

参加いただくために予約はいりません。
いつでも好きなときに来ていただき、帰っていただいても大丈夫です。

お茶を飲みながら、わいわいお話し、みんなで簡単な体操を一緒にしませんか。
新しい方のご参加を、お待ちしております。

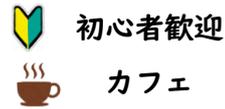
地図

活動の様子など

➤ 活動の種類

 初心者歓迎  カフェ  趣味  体操

- 各公民館、コミュニティプラザ、別府コミュニティセンターなど、活動場所となっている公共施設の窓口では、各グループの活動内容や状況についてお答えできないこともございます。あらかじめご了承ください。

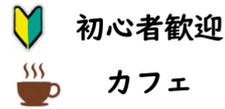


① 新鳥飼公民館・新鳥飼体育館（鳥飼本町1-9-45）

				鳥飼北リハサロン・サロン	1
				イキイキ元気クラブ	2
				ヨガサークル	3
				イキキルンルン体操クラブ	4
				新鳥飼太極拳クラブ	5
				ボールペン習字倶楽部	6
				フラウエンコールとりかい（女声合唱団）	7
				楽しい♪トールペイント	8
				手編みサークル	9
				着つけクラブ花みずき	10
				友絃会	11
				フラワーアレンジメント・クー	12
				押し花サークル	13
				フォークダンスクラブだぁーていお	14
				鳥飼倶会	15
				美しく着物を着る会	16
				プルメリア	17
				ハッピーカラオケクラブ	18
				ベリーシェイプエクササイズ	19
				歩けるん会	20
				ロベリア（手芸・パッチワーク）	21
				書道クラブ	22
				フラワーアレンジメント・新クー	23
				あまね会	24
				水彩画クラブAGE	25
				OKARINA INGS	26
				『楽しいガチョウファミリー』	27

② 第32集会所（鳥飼本町4-9-26）

				とりかい32体操クラブ	28
--	--	--	--	-------------	----



③ 第22集会所 (鳥飼野々2-2-6)

				折り紙カフェ	29
				新八防クラブ 茶話会	30

④ 第11集会所 (鳥飼八防1-12-8)

				八防親和会麻雀クラブ	31
--	--	--	--	------------	----

⑤ 第41集会所 (新在家2-10-15)

				新在家・つどい場	32
--	--	--	--	----------	----

⑥ JA北大阪 東支店 (鳥飼西2-10-10)

				JA北大阪すみれの会ミニデイ	33
--	--	--	--	----------------	----

⑦ ゆうゆうホール鳥飼西 (鳥飼西2-12-12)

				鳥飼西リハサロン・サロン	34
				ゆうゆう体操の会	35

⑧ 第17集会所 (鳥飼西2-19-4)

				ひかり体操クラブ	36
--	--	--	--	----------	----

⑨ 第7集会所 (鳥飼西2-38-14)

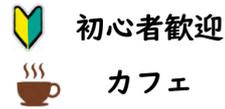
				ほほえみ喫茶	37
--	--	--	--	--------	----

⑩ 摂津市立スポーツ広場 (鳥飼西3-8-1)

				摂津還暦軟式野球“摂津スカイブルー”	38
--	--	--	--	--------------------	----

⑪ 第44集会所 (鳥飼西4-15-1)

				ほほえみ喫茶	37
				ピヨピヨ健康の会	39
				折紙の会	40



⑫ 第46集会所（鳥飼和道1-5-14）

				ほほえみ喫茶	37
				バンパー同好会	41
				ゆうやけの会	42

⑬ 摂津特養ひかり1階喫茶コーナー（鳥飼八防2-7-12）

				ひかりオレンジカフェ	43
--	--	--	--	------------	----

複数校区

				いきいき体操の会	複数校区-1
				市老連女性部会 鳥飼地区	複数校区-2
				まちの縁側	複数校区-3
				スクラップブックングfun	複数校区-4

イキイキ元気クラブ



- 活動日時:毎月第1～3金曜日 10:00～11:30
毎月第4火曜日 10:00～11:30
- 会費:2,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均20名程度
- 対象者:65歳以上の女性は
どなたでも
参加できます

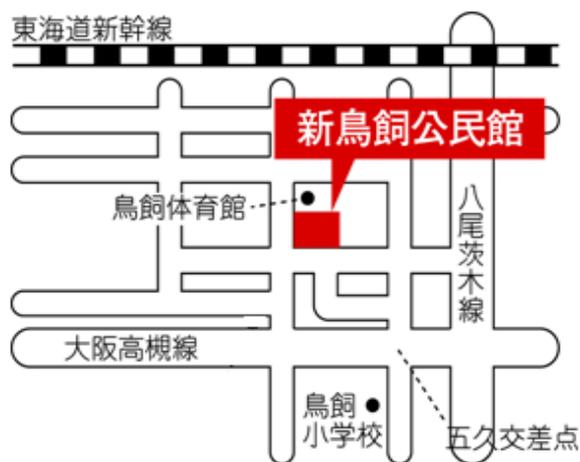
団体紹介・メッセージ

結成16年を迎え、生涯元気に、自分のことは自分でできるよう、仲間と仲良く、健康体操を続けています。

筋力トレーニング、ストレッチ、有酸素運動など年齢に応じた運動を行っております。

興味のある方は、一度見学にお越しください。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



ヨガサークル



- 活動日時:毎月第1～3木曜日 10:00～12:00
- 会費:2,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均19名程度
- 対象者:女性はどなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

普段の生活で使うことのない筋肉を動かすことで、体全体のバランスが整っていくので姿勢もきれいになり体も引き締まります。

みんなと一緒に楽しくヨガをしませんか。

新しい方のご参加を、お待ちしております。

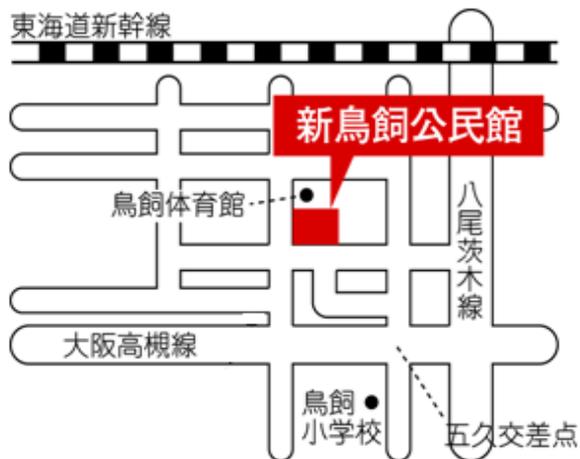
現在参加者の定員がいっぱいでキャンセル待ちが出ています。参加希望の方は、お問い合わせください。

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



イキキルンルン体操クラブ



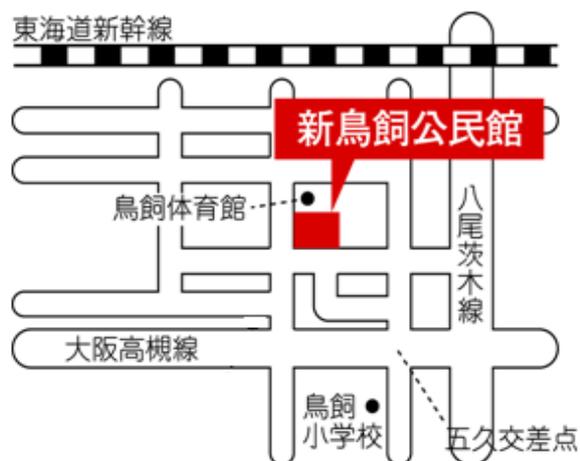
- 活動日時:毎月第1～3金曜日、第4火曜日 | 3:00～14:30
- 会費:2,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均20名程度
- 対象者:女性はどなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

イキキルンルン体操クラブでは、音楽に合わせて有酸素運動・柔軟体操・筋力トレーニング等をしています。活動に参加する中での健康・体力づくりはもちろんですが、仲間づくりも目的としておりますので、メンバー同士の仲が良く、とても明るいグループです。

元気に楽しく体操をしたい方、ぜひ一度見学にお越しください！

地図



住所：鳥飼本町 1-9-45

活動の様子など



新鳥飼太極拳クラブ



- 活動日時:毎月第1～4月曜日 9:45～12:00
- 会費:2,500円/月
月2回参加の方:1,500円/月
入会金:500円
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 対象者:どなたでも
参加できます
- 参加人数:平均15名程度

団体紹介・メッセージ

新鳥飼太極拳クラブでは、無理をせずに、楽しくコミュニケーションをとりながら太極拳の練習をしています。年に1回発表する場があるため、練習にも力がはいります！

また、花見や新年会とイベントがあり、メンバー同士の親睦を深めることもできるため、活動でも皆でわきあいあいとしています。

太極拳は丹田を鍛えることが出来るので体がまっすぐになり、お腹がへこむ方も居るため、楽しく体を鍛えたい方にはお勧めです！！

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



ボールペン習字倶楽部

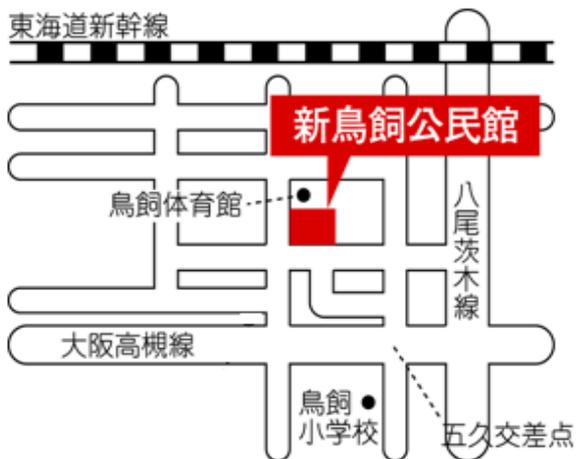


- 活動日時:毎月第1～3月曜日（祝日休み）10：00～12：00
- 会費:2,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均15名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

ボールペン習字倶楽部では、メンバーと会話を楽しみながらボールペン・習字を習うことができます。一人ひとりの文字の特徴に合った見本を先生が用意してくれるため、練習のしがいがあり、きれいに書けたときはとても嬉しくなります。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など

定員に限りがありますので、
見学にてご相談ください！



フラウエンコールとりかい（女声合唱団）



- 活動日時:毎月第1・2・4木曜日 15:00~17:00
- 会費:2,500円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均15名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

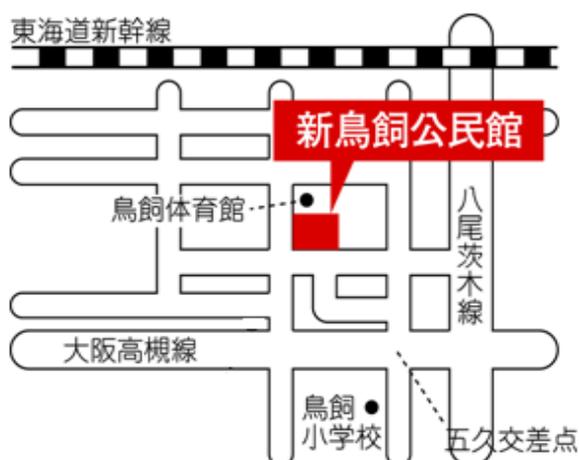
歌の好きな方ならどなたでも、ご参加いただけます。

幅広いジャンルの歌を練習して、先生の発声指導のもと、ハーモニーの楽しさを共有しています。

公民館まつりや、摂津市民合唱祭、南摂津オークワでのフロアーコンサートへの出演を楽しみに練習しています。

新しい方のご参加を、お待ちしております。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



楽しい♪トールペイント



- 活動日時:毎月第2・4木曜日 13:30~16:30
- 会費:2,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均8名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

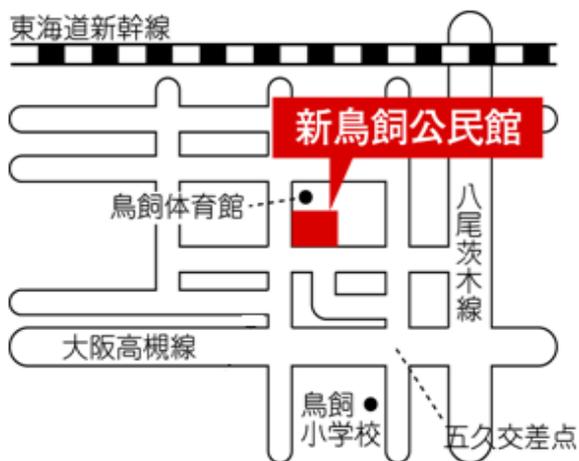
絵を描くのが苦手な方でも、色々な作品の図案があるため思ったより簡単に作品作りができます。

作品の図案種類が幅広くあり、色々な作品作成を楽しむことができます。

いつでも体験にお越しください。

興味のある方、新しい方のご参加を、お待ちしております。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



手編みサークル



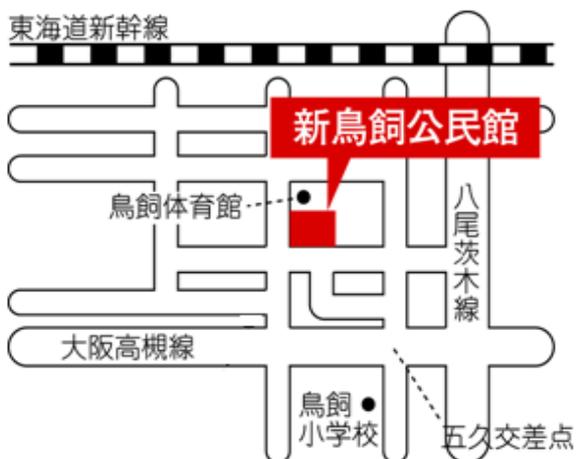
- 活動日時:毎月第1~3月曜日 13:00~15:00
- 会費:1,000円/年
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均6名程度
- 対象者:どなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

小物（マフラー・帽子・手袋等）や、その他色々な物をみんなで教え合って編み物をし、わきあいあいと、おしゃべりしながら楽しんでいます。

手編みや、物作りを楽しみませんか。
いつでも見学にお越しください。
新しい方のご参加を、お待ちしております。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



着つけクラブ花みずき



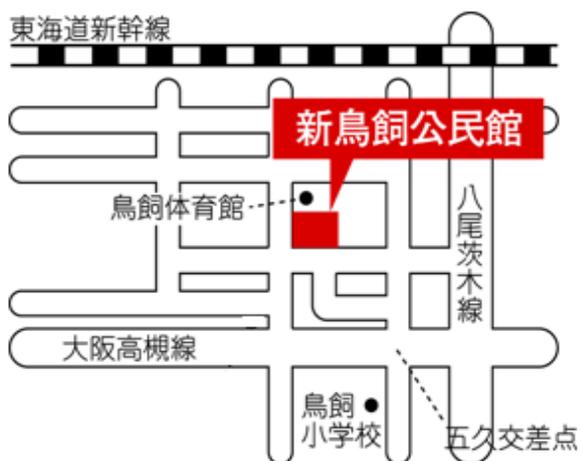
- 活動日時:毎月第3月曜日 13:30~15:00
- 会費:500円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均12名程度
- 対象者:女性はどなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

着つけクラブ花みずきでは、着付けの練習をするだけではなく、着物・帯の種類・用途や作法について教えてもらうことができます。メンバー同士仲が良かったため、お互いに教えあったり手伝ったりして、賑やかに活動しています。きれいに着れるようになることはとても嬉しく、また一人で着付けする時は、後ろに腕を回すことが多いので、自然と五十肩防止にもなりお勧めです！

ご自宅で眠っている着物を有効活用したい方、着物に興味がある方、どなたでも見学にお越しください！！

地図



住所：鳥飼本町 1-9-45

活動の様子など



友絃会



- 活動日時:毎月第1～4木曜日 13:00～16:00
(月三回開催)

● 会費:2,500円/月

● 活動場所:新鳥飼公民館

● 参加人数:平均6名程度

● 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

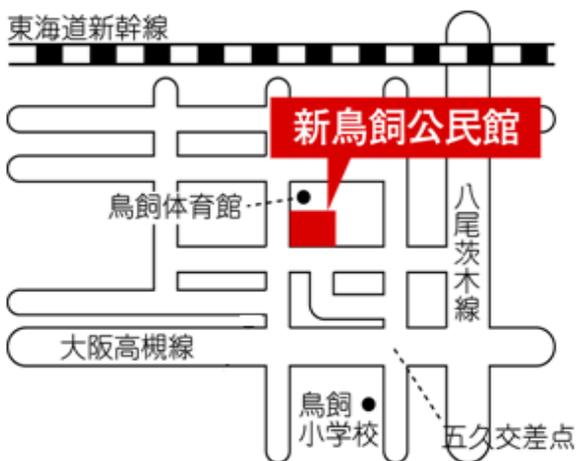
先生に教えて頂きながら三味線や民謡の練習をして技術の向上と共に、みんなで演奏や歌を楽しんでいます。

市内のリハサロンや介護施設へ、練習の成果を発表しにボランティアで参加しています。

みんなで三味線や民謡を一緒にしませんか。

三味線をお持ちでない方は、稽古三味線もありますので、気軽に体験にお越しください。

地図



住所:鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



フラワーアレンジメント・クー



- 活動日時:毎月第1・3水曜日 10:00~12:00
- 会費:4,500円/月 (お花代込み) ● 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均11名程度 ● 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

先生の指導のもと、きれいなお花をいけてみませんか。
花は心の癒しになり、生け花は脳トレにもなります。
とてもフレンドリーなメンバーが集まり、おしゃべりをしながら活動しています。

いつでも、見学にお越しください。

男女問わず、新しい方のご参加を、お待ちしております。

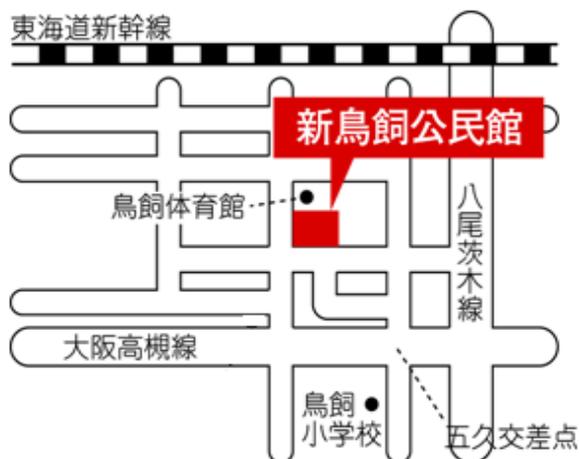
参加希望の方は、お問い合わせください。

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



押し花サークル



- 活動日時:毎月第1・3木曜日 13:30~16:30
- 会費:1,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均5名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

押し花は、育てた草花を乾燥させたものを使って、小物や額入りの作品作りをしています。

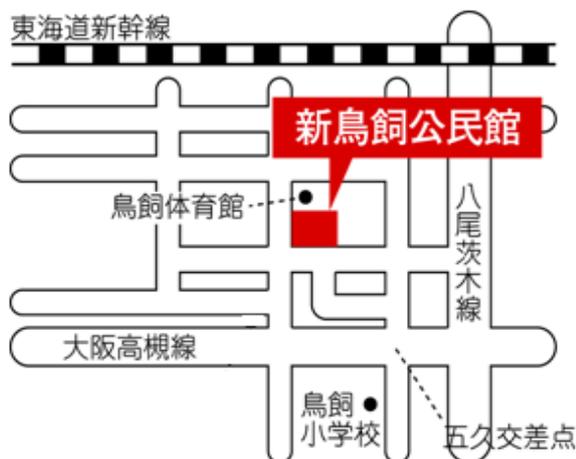
サークル活動としては、押し花体験講座を行っています。

年齢の幅広いメンバーで押し花を楽しんでいます。

興味のある方は、一度見学にお越しください。
新しい方のご参加を、お待ちしております。



地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



フォークダンスクラブだぁーていお



- 活動日時:毎月第1～4木曜日 9:30～11:30
- 会費:500円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均11名程度
- 対象者:男女問わずどなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

楽しく気軽に踊れる、フォークダンスを一緒にしませんか。
興味のある方や、フォークダンスを始めてみよう！と思われる方
いつでも、見学にお越しください。

公民館まつりでフォークダンスを発表したり、摂津市民フォークダンスパーティー等、様々なイベントもあります。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



とり かい く かい 鳥飼 倶 会



- 活動日時:毎月第3月曜日 13:30~15:00
- 会費:2,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均10名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

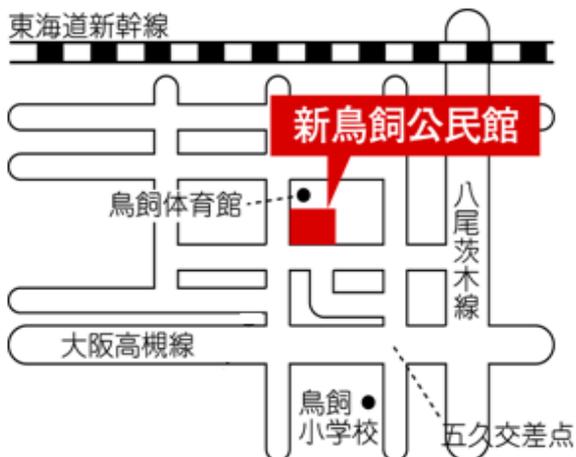
団体紹介・メッセージ

鳥飼倶会では、四季を織り込みながら俳句について学んでいます。活動日までに季題を入れた句を5句用意し、発表します。先生からの評価はもちろんですが、自分達が気に入った俳句の意見交換もしています。また、年3~4回、皆で俳句の題材を求めて出かける吟行も楽しみの一つです。

俳句を詠むには外に出て題材を探する必要があります。また、五感を使いながら様々なものを見て、感動し、俳句を用いて相手に伝えるため、頭や体の健康のためにととても良いです。

一緒に俳句を楽しみながら認知症予防をしませんか。一度見学にお越し頂き雰囲気を体験して頂ければと思います。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



美しく着物を着る会



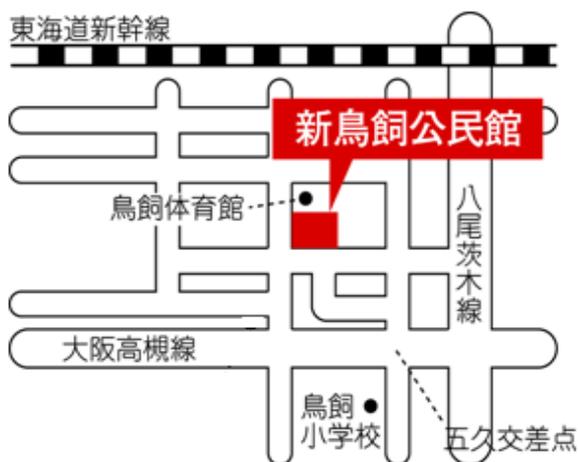
- 活動日時:毎月第1・3木曜日 13:00～15:00
- 会費:1,100円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均5名程度
- 対象者:市内在住・在勤の方

団体紹介・メッセージ

着物は着たくても、なかなか上手に着れませんが、少しアドバイスするだけで美しく着ることができます。

楽しみながら浴衣や着物を美しく着てみましょう。

地図



住所：鳥飼本町 1-9-45

活動の様子など



プルメリア



- 活動日時:毎月第2・4水曜日 13:00~15:00
- 会費:1,000円/月
- 参加人数:平均5名程度
- 活動場所:新鳥飼体育館
・第2体育室
- 対象者:どなたでも
参加できます。
経験者歓迎!!

団体紹介・メッセージ

私たちは、ハワイのお花【プルメリア】をチーム名にしております。

月2回筋トレや脳トレを兼ねて楽しく、和気あいあいのんびりレッスンをしております。

定員に限りがございますが、いつでも見学にお越しください。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



ハッピーカラオケクラブ



- 活動日時:毎月第2・4月曜日 13:30~16:00
- 会費:1,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均25名程度
- 対象者:60歳以上の方なら
どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

発声練習、そして前回の復習をしてから、一人ずつ歌い、先生に指導していただきます。次に新しい曲を聴いて、チェックポイントを先生に教えていただき、チャレンジしています。

一緒に、カラオケを楽しみませんか。

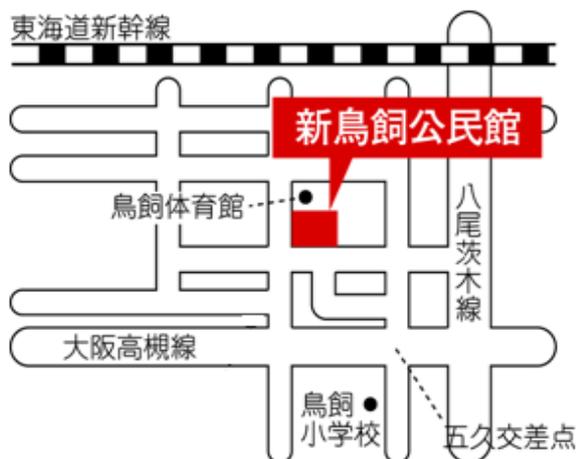
現在予約待ちのため、参加ご希望の方はお問い合わせください。

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



ベリーシェイプエクササイズ



● 活動日時:毎月第2・4火曜日 12:00~13:00

● 会費:2,000円/2回

● 活動場所:新鳥飼公民館

● 参加人数:平均8名程度

● 対象者:どなたでも
参加できます

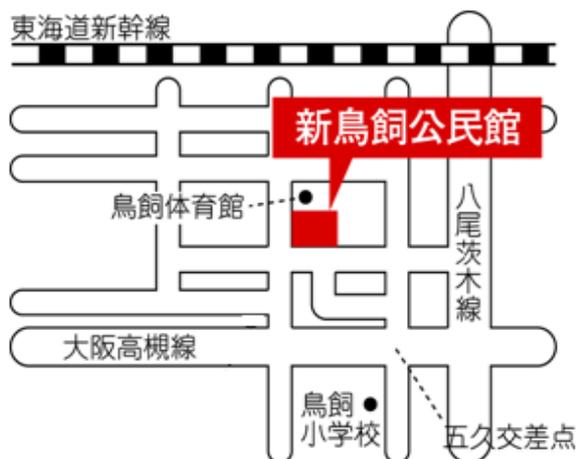
団体紹介・メッセージ

ベリーダンスでホルモンバランスを整え、女性らしく健康な体づくりをしませんか。

ベリーダンスは、普段動かさないお腹の中の深い筋肉を刺激することが出来ますので、シェイプアップだけではなく、美容や健康にも良いと言われており、女性におすすめです！また、腰痛や肩こりにも効果的だと言われているため、腰痛や肩こりでお悩みの方にも気軽に参加して頂きたいです。

1回無料で体験することが出来ますので、一度見学にお越しください！

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



歩けるん会



●活動日時:毎月第3・4火曜日 13:30~15:30

●会費:1,000円/月

●集合場所:新鳥飼公民館

●参加人数:平均10名程度

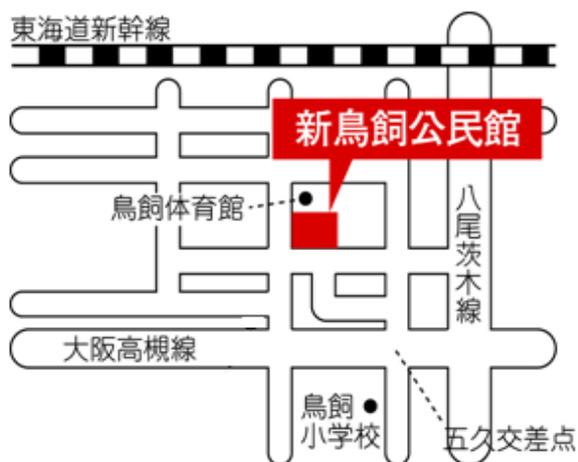
●対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

歩けるん会では、第4火曜日はマスタートレーナーの指導のもと、第3火曜日はお互いに声を掛け合いながら、2本のポールを使って歩くノルディックウォーキングをしています。これは北欧生まれの新しいウォーキングで、全身の90%の筋肉を使いますので、足腰の強化だけではなく、ダイエットや介護予防にもなります！コースは、新鳥飼公民館のロビーから、ふるさと公園や淀川の河川敷まで歩いています。

初めての方でも、マスタートレーナーがサポートしてくれるので安心です。会話を楽しみながらノルディックウォーキングで健康づくりをしましょう！！

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



ロベリア(手芸・パッチワーク)



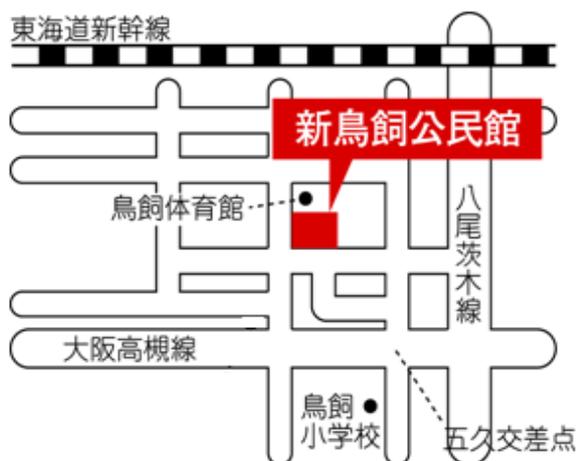
- 活動日時:毎月第2・4火曜日 13:00~16:30
- 会費:1,000円/年
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均10名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

ロベリアでは、講師に来てもらっていませんので、お互いに教え合いながら「楽しみましょう」をモットーに作りたいものを作っています。活動時間中も自由ですので、お茶だけを楽しみに来る日や少しだけ参加する日があっても大丈夫です！！

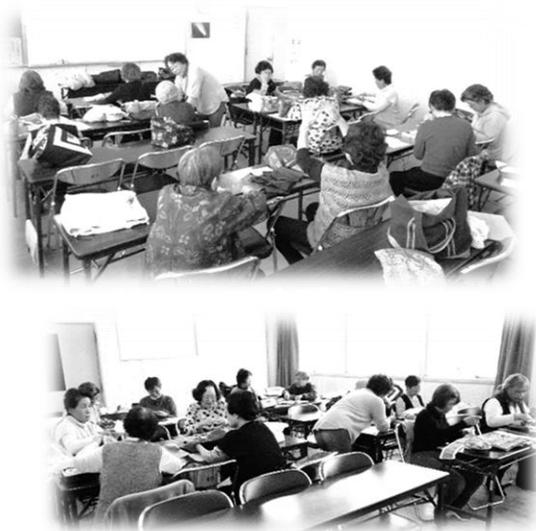
パッチワークが初めての方でも、皆からアドバイスをもらえますので、安心してお越しください。おしゃべりをしながら手芸・パッチワークを楽しみましょう！

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



書道クラブ



- 活動日時:毎月第1～3水曜日 13:00～15:00
- 会費:2,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均20名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

先生の丁寧な指導のもと、一緒に毛筆の練習をしませんか。
書道を通じて人と繋がりを持ったり、日常生活にもとても役に立ちます。

書をたしなんで心を落ち着かせませんか。

女性が多いですが、是非男性の方もお越しください。

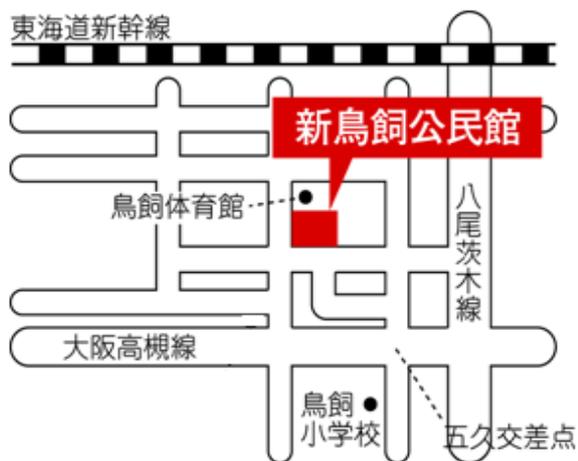
新しい方のご参加を、お待ちしております。

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



住所：鳥飼本町 1-9-45

活動の様子など



フラワーアレンジメント・新クー



- 活動日時:毎月第1・3水曜日 13:30~15:30
- 会費:4,100円/月 (お花代込み) ● 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均9名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

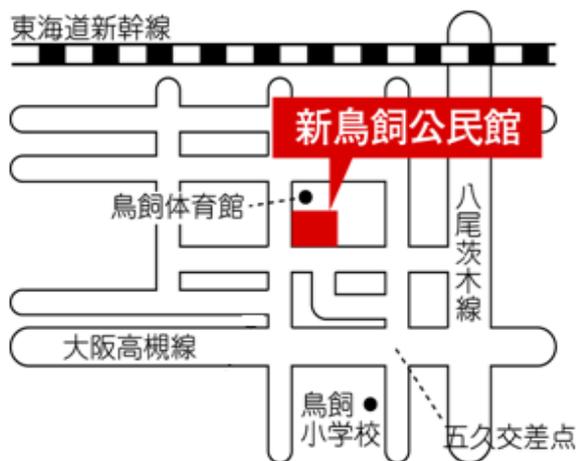
先生に教えて頂きながら、きれいなお花を自分だけのオリジナルで生けています。

お花が好きな仲間が集まり、わいわいおしゃべりをして、きれいなお花で癒されませんか。

フラワーアレンジメントを通じて、色々な人とのふれあいや人とのつながりを大事にしています。

新しい方のご参加を、お待ちしております。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



あまね会



- 活動日時:毎週火曜日13:00~17:00
- 会費:1,000円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均10名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

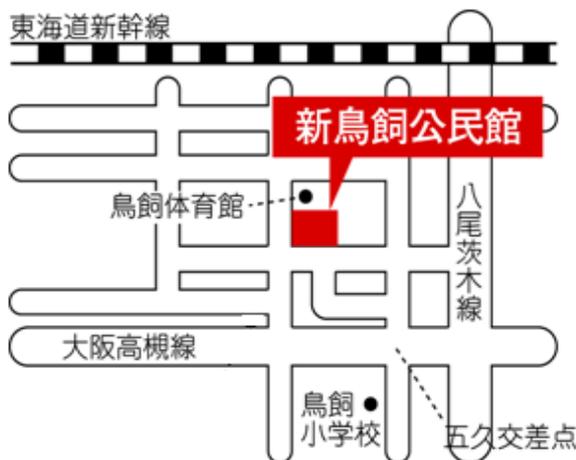
団体紹介・メッセージ

鳥飼だるま会では盆踊りを楽しんでいます！活動時間はたっぷりありますので、休憩中は話に花を咲かせています。盆踊りは、全身運動になるだけではなく、認知症の予防効果もあると言われています。

懐かしい曲を聞きながら皆で楽しく盆踊りをしませんか。

盆踊りの好きな方なら、年齢・性別は問わないため、ぜひ見学にお越しください！！

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



水彩画クラブAGE



- 活動日時:毎月第1・3金曜日 13:30~16:00
- 会費:1,100円/月 (部屋代込) ● 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均8名程度 ● 対象者:どなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

水彩画クラブAGEでは、自分の描きたいお手本（風景、果物、花など）を先生にお借りして、水彩画を描いています。

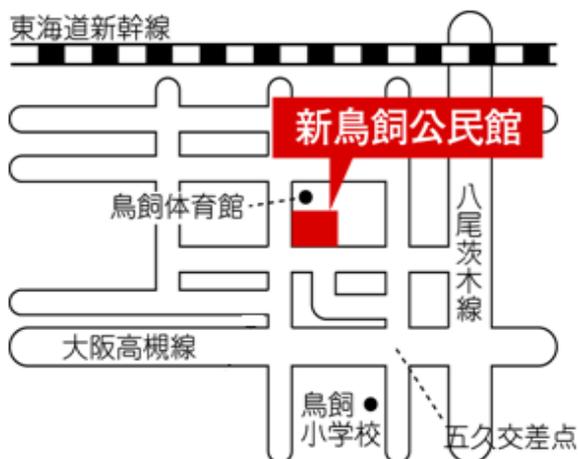
アットホームな雰囲気、活動時間内にいつ来ても構わないフリーなクラブです。

先生のアドバイスをいただきながら、気軽にわきあいあいと、絵を描くことを楽しんでいます。

絵が好きな人、水彩画にトライしてみたい方はいつでも、見学にお越しください。



地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



OKARINA INGS



- 活動日時:毎月第1～3金曜日 13:00～17:00
- 会費:2,500円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均4名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

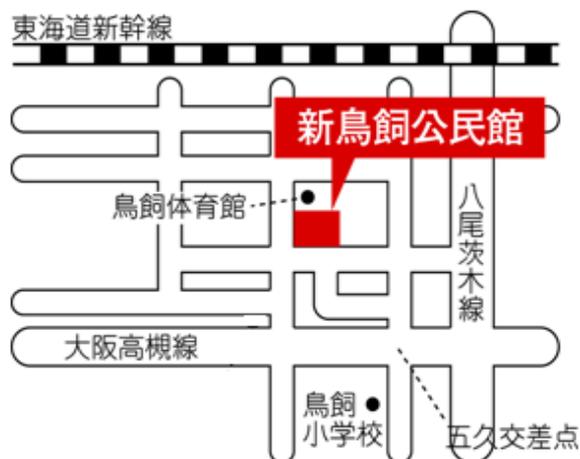
団体紹介・メッセージ

OKARINA INGSは、クラブを始めて5年目になり、オカリナの良さを知りひとりひとりの音色が重なり、心に響き感動を覚えながら、みんな楽しくわきあいあいと、吹いています。

興味のある方は、いつでも参加してください！

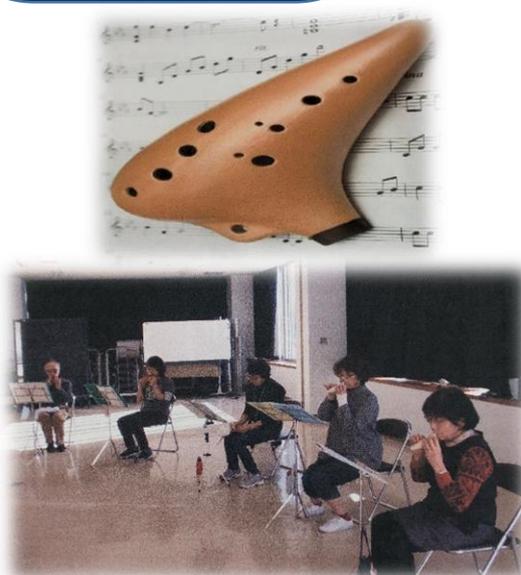
いつでも、見学にお越しください！

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



『楽しいガチョウファミリー』



- 活動日時:毎月第1・3水曜日 13:30～15:00
- 会費:200円/月
- 活動場所:新鳥飼公民館
- 参加人数:平均10名程度
- 対象者:どなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

『楽しいガチョウファミリー』は、クラブとして気楽に活動しています。

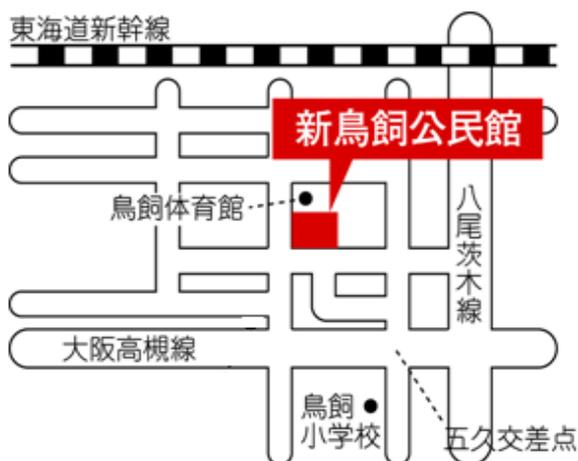
オカリナは、優しく温かみのある音色なので一緒に癒されませんか。オカリナを中心にいろいろな楽器で、童謡、唱歌、フォークソング、歌謡曲など、誰でも知っている曲を演奏しています。

オカリナは、比較的購入しやすい価格のため、各自で準備をよろしくお願いします。

いつでも、見学や体験にお越しください！

経験のない方や、初心者の方も歓迎です。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



とりかい32体操クラブ



- 活動日時:毎週月曜日 10:00~11:30
- 会費:300円/回
- 活動場所:第32集会所
- 参加人数:平均20名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

摂津みんなで体操四部作を中心に、わきあいあいと、みんなで楽しく体操しています。

笑い声と、楽しい会話がひびいている体操クラブです。

みんなで簡単な体操を一緒にしませんか。

新しい方のご参加を、お待ちしております。

地図



住所:鳥飼本町4-9-26

活動の様子など



折り紙カフェ



● 活動日時:毎月第1・3・4水曜日 10:00~12:00

● 参加費:100円/回
(お茶、お菓子代)

● 活動場所:第22集会所

● 参加人数:平均20名程度

● 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

歌や簡単な体操だけでなく、色々なプログラムメニューがあります。
もちろん、折り紙もしています。麻雀もできます!

初めて参加される方も、すぐに打ち解けられる、楽しい仲間です。
お茶を飲みながら、わいわいお話をし、折り紙や色々な事を楽しみませんか。

新しい方のご参加を、お待ちしております。

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



活動の様子など



新八防クラブ 茶話会



● 活動日時:毎月第2水曜日 10:00~12:00

● 会費:無料

● 活動場所:第22集会所

● 参加人数:平均25名程度

● 対象者:新八防老人クラブ会員

団体紹介・メッセージ

健康体操をしたり、歌を歌ったり、誕生会、ゲーム等色々な事をしています。ゲームは特に盛り上がり、楽しい時間を皆で過ごしています。

最後に、参加者全員で、第22集会所に隣接する公園（新八防第3ちびっこ広場）の清掃をしています。

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



住所: 鳥飼野々2-2-6

活動の様子など



八防親和会麻雀クラブ



- 活動日時:毎週木曜日 13:00~17:00
- 会費:100円/回
- 活動場所:第11集会所
- 参加人数:平均15名程度
- 対象者:鳥飼八防在住の方はどなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

麻雀をしながら情報交換や近況報告をしたり、わいわいおしゃべりをして、みんなで楽しんでいます。

3カ月に1度は、麻雀大会や皆で食事をしていて、大会では、1位・2位・3位・とび賞及び参加賞等の景品もあります。

男女問わず、初心者の方も大歓迎です。
いつでも見学にお越しください。

地図



活動の様子など



新在家・つどい場



- 活動日時:毎週水曜日 9:45~11:45
- 参加費:100円/回
- 活動場所:第41集会所
- 参加人数:平均10名程度
- 対象者:65歳以上どなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

つどい場は、笑いあり、出会いありのいつまでも元気でいられる場所です。

内容は、季節に合わせたおしゃべりをした後、ギター演奏に合わせて歌ったり、簡単な体操・笑いヨガ・認知症予防ゲームをしたり、おしゃべりを楽しんだりしています。市から委託を受け、つどい場「輪」が運営しています。

楽しみながら介護予防・認知症予防をしませんか。

来た時よりもココロもカラダも元気度アップ。出入り自由ですのでお好きな時間にお気軽にご参加ください！！

参加者の感想より "つどい場のある水曜日がくるのがまちどおしいです"

"いつも楽しく、来てよかったです"

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



住所：新在家2-10-15

活動の様子など



J A 北大阪すみれの会ミニデイ



- 活動日時:毎月第3木曜日 10:30~14:30
(1月・8月はお休み)

- 参加費:300円/回

- 活動場所: J A 北大阪
東支店 2階

- 参加人数:平均20名程度

団体紹介・メッセージ

健康体操・脳トレーニング・ゲーム・季節に応じた物作りをしたり、笑顔が絶えない楽しいミニデイです。そしてメインは、美味しいと評判のスタッフ手づくりの昼食を、皆でわいわいおしゃべりをしながら食べています。

送迎はない為、JA北大阪東支店まで自力で来られる方に限ります。

参加希望される方はお問い合わせください。

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



活動の様子など



ゆうゆう体操の会



- 活動日時:毎週月曜日 13:30~15:00
- 会費:100円/回
- 活動場所:ゆうゆうホール
鳥飼西
- 参加人数:平均39名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

ゆうゆう体操の会の歌・ゆうゆう万歳体操・摂津みんな体操四部作筋力トレーニングをいきいき体操の会の先生を中心に、楽しくじっくりみんな体操しています。

お気軽に見学にお越しください。
新しい方のご参加を、お待ちしております。

地図



活動の様子など



ひかり体操クラブ



- 活動日時:毎週月曜日 13:30~15:00
- 会費:500円/月
- 活動場所:第17集会所
- 参加人数:平均12名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

先生の指導のもと、摂津みんなで体操四部作やストレッチ等で体を動かしています。

わきあいあいと、皆で力を合わせて活動をしています！！

男性も大歓迎です！！

見学を希望される方は、お問い合わせください。

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



活動の様子など



ほほえみ喫茶



- 活動日時
毎月第1土曜日 第46集会所 13:30~15:30
毎月第2土曜日 第7集会所 13:30~15:30
毎月第2火曜日 第44集会所 13:30~15:30
- 参加費:100円/回
- 対象者:どなたでも
参加できます
- 参加人数:平均20名程度

団体紹介・メッセージ

身近な集会所でみんなで集って、おやつをいただき、お茶でも飲みながら、おしゃべりしませんか。他にも、健康体操や脳トレ、ゲームをして盛り上がったり、童謡や懐メロを歌って楽しい時間を過ごしています。どなたでも、いつでもお気軽にお越しください。

主催：認知症支援ボランティア 「ほほえみの会」

活動場所

第46集会所
鳥飼和道1-5-14

第7集会所
鳥飼西2-38-14

第44集会所
鳥飼西4-15-1

活動の様子など



摂津還暦軟式野球 “摂津スカイブルー”



- 活動日時:毎週火・金曜日 9:00~12:30
- 会費:2,000円/月
(入会金3,000円)
- 活動場所:摂津市立スポーツ広場
- 参加人数:平均20名程度
- 対象者:60歳以上どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

- ❖ 野球の好きな方、一緒に野球を始めませんか。
- ❖ 年間公式戦22試合と、練習試合もマッチングしています。
- ❖ ケガ防止のために、ウォーミングアップもしっかり行っています。
- ❖ 見学や体験希望の方は、お問い合わせください。

(全日本還暦軟式野球連盟及び大阪府還暦軟式野球連盟に登録)

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域支援課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

地図



住所：鳥飼西3-8-1

活動の様子など



ピョピョ健康の会



- 活動日時:毎月第1・3火曜日 13:30~15:00
- 会費:無料
- 活動場所:第44集会所
- 参加人数:平均12名程度
- 対象者:新西自治会会員のみ参加できます

団体紹介・メッセージ

平成30年4月に生まれたばかりの体操グループの、ピョピョ健康の会です。

摂津みんなで体操四部作と、せつつはつらつ脳トレ体操を中心にしています。

楽しい仲間と一緒に体操しませんか。

新しい方のご参加を、お待ちしております。

いつでも見学にお越しください。

地図



活動の様子など



折紙の会



- 活動日時:毎月第2・4火曜日 13:00~15:00
- 会費:100円/月
- 活動場所:第44集会所
- 参加人数:平均12名程度
- 対象者:新西自治会会員のみ
参加できます

団体紹介・メッセージ

折紙コーディネーターを招いて、色々な種類の折紙をしています。
楽しい仲間でおしゃべりタイムも盛り上がっています。

お茶を飲みながら、わいわいお話をし、みんなで簡単な折紙を一緒にしませんか。

新しい方のご参加を、お待ちしております。

地図



住所：鳥飼西4-15-1

活動の様子など



バンパー同好会



● 活動日時:毎月第1・2・3月曜日 9:00~12:00

● 参加費:無料

● 活動場所:第46集会所

● 参加人数:平均8名程度

● 対象者:鳥飼和道自治会会員
親和会会員
(老人クラブ)

団体紹介・メッセージ

高齢者のスポーツとして人気のバンパーを楽しむ同好会です。

男女問わずワイワイガヤガヤと、攻め方をみんなで考えたりして脳トレにもなり、楽しみながら盛り上がっています。

初心者の方も気軽に参加できるように、丁寧にアドバイスもしてもらえます。

毎回総当たり戦で試合を行い、優勝者には景品もあります！

途中でお茶タイムもあり、日常の情報交換の場にもなっています。

バンパー同好会は、男性参加が多いですが、男性女性問わず新しい方の参加をお待ちしております！

地図



住所：鳥飼和道1-5-14

活動の様子など



ゆうやけの会



- 活動日時:毎月第1・3火曜日 13:30~15:00 8月は休み
- 会費:無料
- 活動場所:第46集会所
- 参加人数:平均15名程度
- 対象者:どなたでも
参加できます

団体紹介・メッセージ

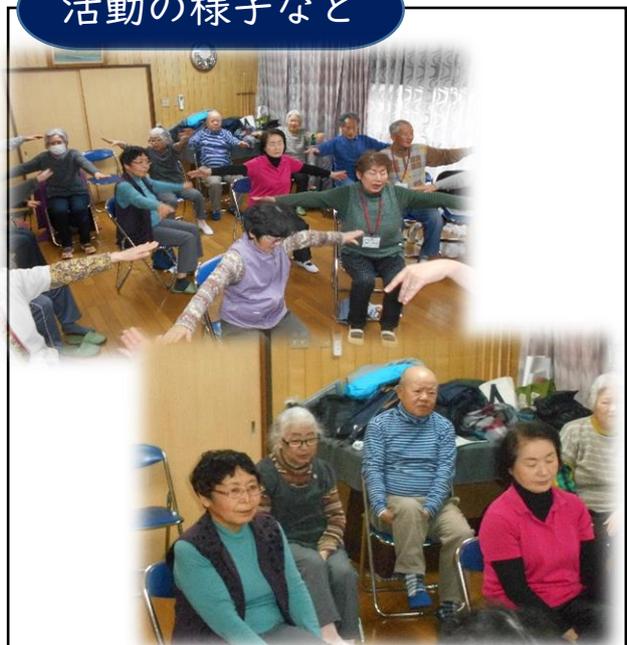
ゆうやけの会では、いきいき健康体操の会から指導に来ていただき
摂津みんなで体操四部作や脳トレなど、わきあいあいあいと、みんな
で楽しく体操をしています。

楽しみながら一緒に、身体を動かしませんか。
いつでも、見学にお越しください。

地図



活動の様子など



ひかりオレンジカフェ



- 活動日時:奇数月・第2火曜日 13:30~14:30
- 参加費:無料
- 参加人数:平均15名程度
※感染流行時は人数に制限あり
- 活動場所:摂津特養ひかり1階
喫茶コーナーにて
- 対象者:認知症の方やご家族様で
相談があれば
どなたでもOK

団体紹介・メッセージ

摂津特養ひかり内で、奇数月・第2土曜日にオレンジカフェを実施しております。

高齢者介護や認知症等でお困りごとがあれば、介護の専門職やケアマネジャーに気軽にご相談して頂く事が出来ます。

カフェ内では軽食やドリンクは全て無料でご提供させて頂いております。

毎回テーマを決めてミニ勉強会を実施したり、理学療法士による体操も好評を頂いております。

参加をご希望の方は、お電話にてご連絡下さい。

★ お問い合わせ先 ★

摂津特養ひかり ☎ 072-650-1300

地図



住所：鳥飼八防2-7-12

活動の様子など



いきいき体操の会



- 活動日時:不定期
- 活動場所:摂津市内
- 会費:1,200円/年
- 対象者:活動内容に賛同して頂ける方
- 参加人数:平均18名程度

団体紹介・メッセージ

自分はもちろん、摂津市民の健康の為に一緒に活動しませんか。

いきいき体操の会では、摂津みんなで体操四部作の普及活動や自主グループのサポート、いきいき体操の会の趣旨に沿うイベントへの参加をしています。はつらつ元気でまっせ講座・体操を自主的にしているグループに参加して、前に出て体操をします。自然と自分自身の介護予防・認知症予防になります！定例会が月2回コミュニティプラザにてありますので、そこで情報交換や勉強会もしています。

★ お問い合わせ先 ★

保健福祉課 健康推進係 ☎ 06-6383-1386

活動場所

摂津市内で体操を自主的にしているグループやはつらつ元気でまっせ講座へ出向きますので、担当するグループにより活動場所が変わります。

活動場所は皆さんの移動手段・ご都合を考慮して決めています。

活動の様子など



市老連女性部会 鳥飼地区



- 活動日時:毎月第1・3木曜日 13:30~15:00
- 会費:無料
- 活動場所:新鳥飼公民館
第二体育館
- 参加人数:平均20名程度
- 対象者:鳥飼地区
老人クラブ会員

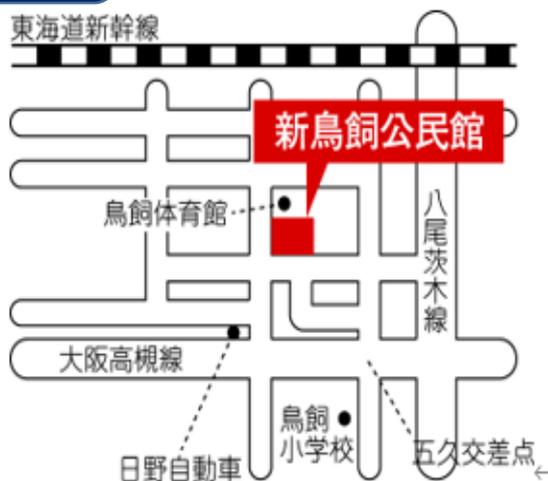
団体紹介・メッセージ

摂津みんなで体操四部作や脳トレ体操をしたり、昔の懐かしい歌に合わせて歌体操をしたりみんなでわきあいあいと楽しい時間を過ごしています。

お茶の時間や、おやつタイムもあります。

みんなで簡単な体操を一緒にしませんか。
新しい方のご参加を、お待ちしております。

地図



住所：鳥飼本町1-9-45

活動の様子など



まちの縁側

(NPO法人 摂津市人材サポート・ビューロー)



- 活動日時:毎月第2日曜日 13:30~15:30
- 参加費:300円/回
- 活動場所:市内の各公民館
- 参加人数:平均30名程度
- 対象者:どなたでも参加できます

団体紹介・メッセージ

だれでも気軽に立ち寄れて、お茶を飲みながらおしゃべりしたり、身体を動かしたり、情報交換して「チョット、ほっこり」みんな一緒にリズム体操やゲーム、脳トレなどで楽しむ居場所です。

是非、ご参加ください

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

活動場所

市内の公民館を毎月順番に回って開催しています

活動の様子など



スクラップブックिंग fun



活動日時：毎月第3月曜日	10:00～12:00	安威川公民館
	13:00～15:00	
活動日時：毎月第2木曜日	10:00～12:00	味生公民館
活動日時：毎月第3木曜日	10:00～12:00	千里丘公民館

- 参加人数:平均10名
- 対象者:どなたでも参加できます
- 会費:各1,000円/回 (別途教材費必要)

団体紹介・メッセージ

思い出の写真をかわいく飾ってアルバムにします。
世界に一つだけオリジナルのアルバムを一冊作ってみませんか。
昔の記憶がよみがえり、楽しい思い出思い出しましょう。

★ お問い合わせ先 ★

社会福祉協議会 地域福祉課 地域係 生活支援コーディネーター

☎ 06-6155-6140

活動場所住所

住所：安威川公民館

正雀4-9-28

住所：味生公民館

一津屋1-16-13

住所：千里丘公民館

千里丘3-9-47

活動の様子など





令和7年6月30日発行

＜地域活動マップに関するお問い合わせ先＞

摂津市 保健福祉部 高齢介護課
〒566-8555 摂津市三島一丁目1番1号
電話 06-6383-1111(大代表)
072-638-0007(代表)
06-6170-1561(高齢介護課 直通)
FAX 06-6383-9031

摂津市 社会福祉協議会
〒566-0022 摂津市三島二丁目5番4号
電話 06-6155-6140(生活支援コーディネーター直通)
FAX 06-6383-9102