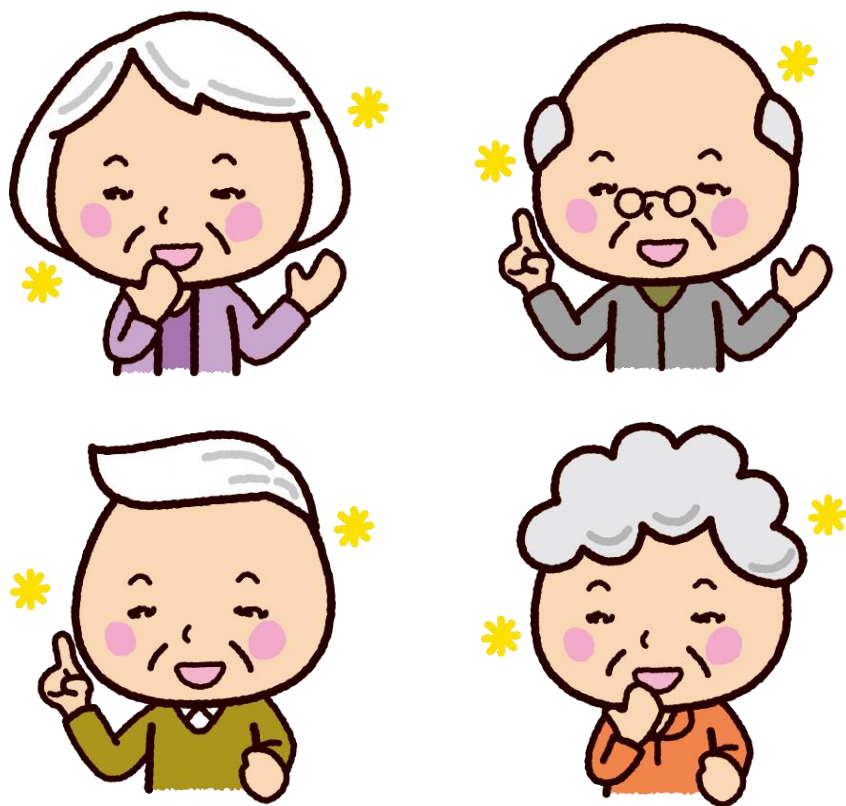


高齢者のための地域活動マップ

【老人クラブ編】



摂津市高齢介護課
摂津市社会福祉協議会

＜令和2年8月 発行＞

はじめに・・・

「高齢者のための地域活動マップ【老人クラブ編】」は、各地域の支え合い活動、介護予防活動、社会奉仕活動や季節ごとの活動の取り組みを、生活支援コーディネーターが、摂津市老人クラブ連合会に加入されている各クラブを訪問し、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。

なお、各サービスの内容は、令和 2 年 3 月末時点での情報であり、新型コロナウイルス感染症予防のため、活動内容の変更など、掲載内容が変更されてい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、住民や事業所のみなさまと協力しながら、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。

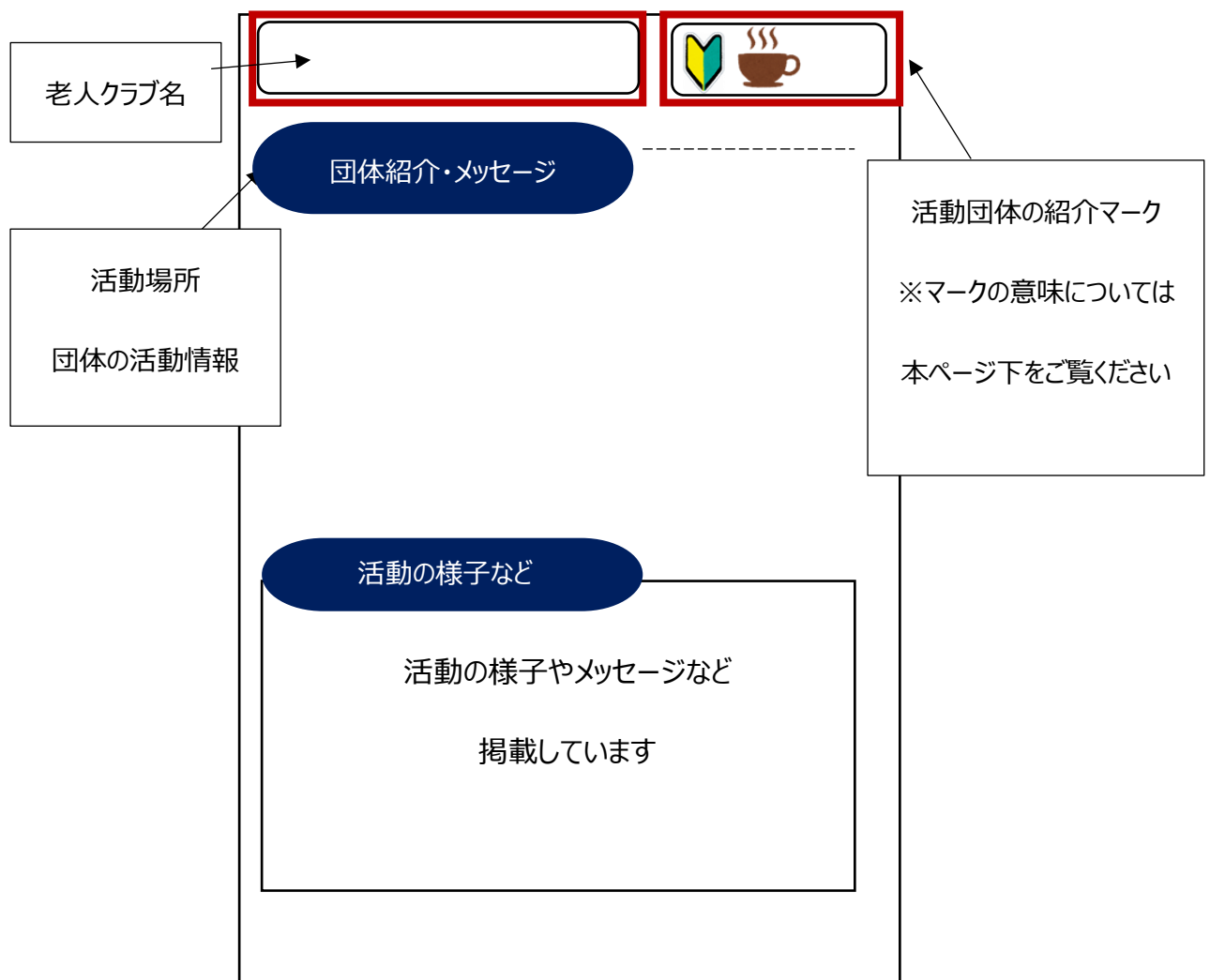
この冊子のように、サロン活動やつどい場など高齢者に役立つ情報を集めて紹介したり、高齢者の困りごとを把握して手助けや支え合いの仕組みを作ったりします。また、支援を必要とする高齢者と地域にあるサービスなどとのマッチングを行います。

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】



➤ 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。

千里丘地区	市場ＯＢ会	千里丘－１
	香寿会	千里丘－２
	香和会	千里丘－３
	小三会	千里丘－４
	歳寿会	千里丘－５
	桜会	千里丘－６
	さつき会	千里丘－７
	常楽会	千里丘－８
	清交会	千里丘－９
	千寿会	千里丘－１０
	竹之花竹寿会	千里丘－１１
	坪井睦会	千里丘－１２
	中内楠寿会	千里丘－１３
	パークシニアエッグ	千里丘－１４



味舌地区	正音寺敬老会	味舌－ 1
	正雀桜老人会	味舌－ 2
	正雀八千代会	味舌－ 3
	庄屋庄寿会	味舌－ 4
	庄屋庄和会	味舌－ 5
	親友会	味舌－ 6
	大成老人会	味舌－ 7
	長命会	味舌－ 8
	長楽会	味舌－ 9
	浜・友の会	味舌－ 1 0
味生地区	いきいきクラブ	味生－ 1
	喜楽会	味生－ 2
	金老会	味生－ 3
	敬友会	味生－ 4
	第一福寿会	味生－ 5
	第二福寿会	味生－ 6
	別府仁生会	味生－ 7
	友和会	味生－ 8



鳥飼地区	いちょう会	鳥飼－ 1
	下北寿会	鳥飼－ 2
	下第一寿会・下第二寿会	鳥飼－ 3
	新在家緑会	鳥飼－ 4
	新生福寿会	鳥飼－ 5
	新八防クラブ	鳥飼－ 6
	新和会	鳥飼－ 7
	すみれの会	鳥飼－ 8
	第一親和会	鳥飼－ 9
	第二親和会・第五親和会	鳥飼－ 1 0
	第三親和会	鳥飼－ 1 1
	第六親和会	鳥飼－ 1 2
	なごみ会	鳥飼－ 1 3
	年輪会	鳥飼－ 1 4
	八防親和会	鳥飼－ 1 5
	花みずき会	鳥飼－ 1 6
	本町クラブ	鳥飼－ 1 7
	万葉ひまわり	鳥飼－ 1 8
	緑クラブ	鳥飼－ 1 9



いち ば おーびー かい

市場OB会



団体紹介・メッセージ

活動場所：市場公民館(千里丘6-11-1)

●グラウンドゴルフ

毎週 火・木・金曜日 8:00～9:30

男女半数ずつの参加者で参加率も高いです。

試合形式の時は、順位に合わせて景品のティッシュボックスの数を変えて贈らせて頂いています。

●健康体操

毎月第2・第4水曜日 10:00～11:30

体操の後は、とっても身体が楽になります ♪

●花植え・草抜きは、毎月第3土曜日

市場池公園にある花畑の水やりは、交代で行っています。

6月のあじさいは、とっても綺麗に咲いて地域の方達に喜んで頂いています。

●清拭布作りを2か月に一度行っています。

清拭布を作っている時間は、おしゃべりもして憩いの時間になっています。

●敬老の日は、お弁当を食べてお酒を呑みながら、琴・ギター・ピアノ演奏を聴いて楽しんでいます。

●報告会 毎月第4土曜日に行っています。

令和2年2月現在の会員数(50名)

活動の様子など

☆「みんなが、楽しく」♪

社会奉仕活動も行いながら、一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



こう じゅ かい

香寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第2集会所(香露園4-15)

- 定例会は、毎月第2日曜日 10:00～11:00
定例会の後は、ジャンケンゲームや指体操、他みんなで輪になって座り隣に座った方の長所を小さいカードに書いて渡して、コミュニケーションを図っています。人から誉めてもらおうと、嬉しいものですよね。
- 体操(KSK)毎週火曜日 13:00～15:00
KSKの体操は自治会か、老人クラブのどちらかに加入されている方が、参加可能です。
香寿会の老人クラブの会員も沢山参加しています。
- 年に一度の新年会・敬老の日・総会の後は、みなでお弁当を食べながら談笑して、コミュニケーションを図っています。
- 誕生お祝いの日は、カラオケも行っていて楽しんでいます。
- 社会奉仕として、公園清掃や見守り活動も行っています。

活動の様子など

☆一緒に活動に参加して、楽しい時間を共有しませんか。



こう わ かい
香和会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第34集会所(香露園27-12)

●定例会及び当月誕生日者の誕生祝い会

毎月第2日曜日 10:00～12:00 会員数38名

※令和2年2月現在の会員数

活動内容

- ①全員で「老人クラブ」の歌合唱
 - ②会長並びに行事・連絡事項説明
 - ③誕生者の紹介及び誕生者からの近況報告
 - ④乾杯！
 - ⑤ビール・焼酎・コーヒ一等を飲みながら全員で楽しく交流を図り歓談！
 - ⑥カラオケタイムで楽しんでもらう。
 - ⑦閉会挨拶(役員が全員を見送り確認)・片付け
- 敬老の日は会員の方におはぎを配っています。
 - 新年会は1月の定例会と兼ねて行っています。
みんなでお弁当を食べて楽しんでいます。
 - 男性の参加者が半数です。男女共に楽しんで頂ける活動内容になっていますので、是非お気軽に参加して下さい。

活動の様子など

☆毎月の定例会後は、ビールで乾杯～♪



こ さん かい
小三会



団体紹介・メッセージ

活動場所：小坪井会館(千里丘東3-3-13)1階

●毎月第2月曜日

市老連や部会の報告を兼ねて集まっています。
お茶やお菓子を食べながら、近況報告や相談事なんでも気軽に皆で
話しをしています。

●敬老の日や新年会は、送迎バスでお食事会に行きます。
お店の雰囲気も、食事内容も最高です～ ♪

●今後の人生一緒に、親睦と生きがいづくりに取り組みませんか。

活動の様子など

☆家にいるより、一緒にお茶しませんか？



さい じゅ かい

歳寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第10集会所（千里丘5－8－28）

- カラオケは、カラオケボックスに行っていて楽しんでいます。
- 毎月ではありませんが、誕生日会も行っています。
- 忘年会で日帰りバス旅行に行く年もあります。
バス旅行に行かない年は、集会所で忘年会を楽しく行っています。
毎年、わいわい賑やかな時間を過ごしています。
- 清拭布を作り施設や病院に配布しています。
清拭布を作っている時間が、楽しくおしゃべりをしたり、日頃の困り事を話せる時間になっています。
- 現在の会員数は20名程で、他の老人クラブの会員数よりも少ない人数ですが、活動日の参加者はとても多いです。初めての方も馴染めるとおもいますので是非ご参加下さい。

活動の様子など

☆カラオケ好きな方も、歌が苦手な方も一緒に楽しめます。



さくら かい

桜会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第16集会所（桜町1-1-10）

●誕生日会

年4回、食事を楽しみながらお祝いをします。

●子ども会と多世代交流

年2回、敬老の日も多世代交流しています。

●社会奉仕活動

嘉円公園の清掃も行っています。

●日帰りバス旅行

去年は送迎付きのバスで能勢方面に行きました。

バス旅行に参加した皆さんからは、「集会所まで送迎して頂けるバスは助かる」との声が多く聞かれました。 ♪ ♪

活動の様子など

☆桜会は、子ども達の元気を分けてもらっています。



かい さつき会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第38集会所（鶴野4－20－15）

●バンパー会

毎月第2日曜日 13:00～16:00

バンパーの大会はさつき会として参加していませんが、バンパー台を2台使って会員の仲間14～15名の男女で、楽しんでいます。
バンパー後は、もう一つの楽しみとしてお菓子を食べてお酒も吞んで楽しんでいます。

●交流会

毎月第4日曜日 11:00～（参加費500円／1回）

交流会では昼食に手作りのたこ焼きやおでん等、いろいろと出されます。
※お酒は、各自持ち込み可能です。

●奉仕活動や市老連の活動にも参加しています。

無理なく身体を一緒に動かして、美味しい物を食べませんか。

活動の様子など

☆交流会でみんな元気に～!!



じょう らく かい

常楽会



団体紹介・メッセージ

活動場所：太中会館(千里丘東2-8)

- カラオケは、毎月 2～3回 13:00～16:00
- 誕生日お祝いは、2か月に1回
お弁当を食べて、カラオケを歌い、楽しく誕生をお祝いしています。
お祝い品としてお赤飯を贈っています。
- 会報を2か月に1回発行しています。 い お
- 社会奉仕活動として、毎月町内の道路清掃や定期的に井於神社の清掃を行っています。
- 親睦を兼ねて社会見学や様々な講習を受けています。
- 日帰り旅行も実施しています。
- グラウンドゴルフ
毎週木曜日 9:00～11:30 旧三宅小学校

※ 冬季は、練習休止

活動の様子など

☆常楽会の活動に参加していると、自然と会話と笑顔が増えますよ。

一緒に、笑顔を増やしましょう !!



せい こう かい

清交会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第8集会所(千里丘1-6-24)

●毎週日曜日 9:00～11:00

●健康体操 ・ カラオケ ・ 誕生日会

活動日に合わせて、誕生日会やカラオケ大会を行っています。
やっぱりカラオケは、男女共に盛り上がります。

●社会奉仕活動

神社の清掃は、年4回子ども会と合同で行っています。

●バス旅行 毎年6月の第3日曜日

滋賀県や箕面大江戸温泉へ日帰りバス旅行に行ってきました。

活動の様子など

☆カラオケはやっぱり楽しいし、元気が出ますね ♪
地域の繋がりを大切にしながら、一緒に楽しみませんか。



せん じゅ かい

千寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：千里丘公民館集会室(千里丘3-9-47)

●クラブ活動

手芸 [第1・3土曜日 13:00～]

バンパーゲーム [第2・4土曜日 13:00～]

麻雀ビンゴ [月6回 13:00～ 麻雀牌を使用して遊ぶゲーム]

雀すずめゲーム [第2・4日曜日13:00～索子、発、中だけを使用する]

●令和元年の月行事・活動の一部を紹介

月行事として、会員がおしゃべりなどをして楽しく過せるつどい場を作る目的で高齢者でも楽しく遊べるゲーム等を行っています。

※ 高齢者向けのゲームは、ネットおよび本を参考にしています。

4月 総会

5月 カーリンコン

6月 フーセンサッカー

7月 ピンポンビンゴ・ボールダーツ

8月 活動休み

9月 DVD観賞・敬老会

10月 ボーリングゲーム

11月 カーリンコン

12月 誕生日お祝い・折り紙(門松作り)

1月 新年会(ビンゴゲーム・ガンバルーン体操)

活動の様子など



たけ の はな たけ じゅ かい

竹之花竹寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：味舌上公民館(千里丘5-1-6)

仲間作りを通して、生きがいづくり・健康づくり・地域社会づくりに励んでいます。

年間を通じ会員のみなさんには、誕生会・敬老会・日帰り旅行・新年会など、一堂に会せる催しを唯一の楽しみにしています。

同好会

●健康体操

毎月第1・2・3月曜日 13:30～

男女共に親しみのあるテレビ番組(水戸黄門)のテーマソングで楽しく体操をしています。

●カラオケクラブ

毎月第2・4火曜日 13:30～

活動の様子など

☆是非、一緒に参加しませんか。



つぼい むつみ かい

坪井睦会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第14集会所(千里丘東4-24-17)

- 毎月第3日曜日、会員の方々とお茶やお菓子を食べながら報告会や誕生日会も行っています。
- その月の誕生日を迎えられた会員の方に、お赤飯を配り、お祝いさせて頂いています。

80歳の誕生日を迎えられた方には、表彰状が贈られます。
90歳の誕生日を迎えた方は、坪井睦会より表彰状が贈られ、会費が0円になります。

- 新年会では、抽選会を行い番号によって様々な景品も出ます。
老人クラブより特別にお弁当も配られて、賑やかに食べます。
- 社会奉仕活動の掃除や市老連の行事にも参加しています。
住み慣れた地域の活動に是非、一緒に参加しませんか。

活動の様子など

☆楽しみながら、地域のつながりを大切にしています。



なか うち なん じゅ かい

中内楠寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：中内公民館(千里丘東5-18-24)

●役員会毎月2日 19:30～20:30

●会員のつどい

情報共有や親睦を兼ねて毎月2回 14:00～16:00 お茶やお菓子を
食べながらゲーム等を行っています。

●敬老祝賀会

公民館で食事をしてカラオケを歌っています。お酒が呑める方はお酒を
呑んで楽しい時間を過ごしています。

●忘年会・新年会

食事の後は、カラオケ等を行って会員で楽しんでいます。

●社会奉仕活動としては、奇数月の第1日曜日に地域清掃を行って
います。

活動の様子など

☆催し時の平均参加人数は、30～40名です。
その内、男性の参加者は半数以上です。



パークシニアエッグ



団体紹介・メッセージ

活動場所：パークシティ 多目的アリーナ(南千里丘6)

●スティックリング

毎週月曜日 10:00～12:00(床で行うカーリングのようなスポーツ)

●ヨガ

毎月第1・3土曜日 13:30～15:00

●絵画

毎月第2・4火曜日 14:00～16:30

●健康体操

毎週火曜日 10:00～11:30 (※第5火曜日は休み)

●自治会行事のお手伝いも兼ねて、夏祭りやクリスマス会等にも参加しています。季節ごとに楽しみもありますので、是非参加して下さい。

活動の様子など

☆きっと、男性も女性も自分に合った活動が見つかると思います。 ♪



しょう おん じ けい ろう かい

正音寺敬老会



団体紹介・メッセージ

活動場所：正音寺会館（東正雀7-4）

- 毎月第3日曜日 11:00～12:00に活動しています。
- 日帰りバス旅行
昨年は、兵庫県に行って来ました。
- 会員の中には、華道を楽しまれている方も多いです。
- 新年会は、沢山の加入者の方が参加して大正琴を聴きながら皆でお弁当を食べて毎年楽しんでいきます。
- 会員の皆さんは、老人会の行事をとっても楽しみにしています。毎日の生活にも張りが出ますので、是非参加して下さい。

活動の様子など

☆新年会は、大正琴を聴きながらお正月の雰囲気です ♪



しょう じゃく さくら ろう じん かい

正雀桜老人会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第9集会所（正雀2-13-27）

●第1・3日曜日10:00～16:00に活動しています。

正雀桜老人会では「何か作品を作りたい」と、積極的な方が多いです。参加者同士で、楽しく丁寧に教え合っていますので手芸が苦手な方も、安心して参加して下さい。

カラオケを楽しむ方の歌声を聴きながら、手芸も楽しんでいます。

●社会奉仕活動として、交通公園の清掃も行っています。

●季節行事は、参加者で飾り付けを行って、お弁当を買って食べて季節を感じています。一緒に楽しみませんか。♪

活動の様子など

☆手芸が得意な方も、苦手な方も、是非参加して下さい。



しょう じゃく や ち よ かい
正雀八千代会



団体紹介・メッセージ

活動場所：正雀団地集会所（正雀本町1－3）

- 新年会は毎年楽しみにしています。
- 親睦会では、輪投げのゲームを行いました。
用意していた景品を順位の高い方から、スポーツタオルや食品容器、写真入れ付きの時計等、好きな商品を受け取りました。
当日の食事は注文した物をみんなで食べてお酒が呑める方達は、ビールで乾杯して楽しみました。
- 日帰りバス旅行は、5月か6月に行っています。工場見学等も検討しています。
旅行中の食事が楽しみです。
- 敬老祝賀会は、会員に赤飯を贈っています。

活動の様子など

☆情報交換や気分転換を兼ねて、地域のつながりを一緒に大切にしませんか。



しょう や しょう じゅ かい

庄屋庄寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：庄屋公園管理棟（庄屋1－10）

- 毎年、日帰りバス旅行に行っています。今年は、温泉旅行に行きビールを呑んでわいわい楽しい時間を過ごしました。
- 敬老の日に合わせて、食事をしながら楽しくお酒も呑みます。
カラオケ・ビンゴゲームを行って楽しんでいます。♪
ビンゴゲームの景品は、もらって助かる日用品の景品を用意しています。
- 米寿・卒寿の記念日には、粗品を贈らせて頂いています。
- 社会奉仕活動として、庄屋公園の清掃を偶数月の午前中に行っています。
- 声を掛け合い、会員同士が助け合っています。

活動の様子など

☆男性も女性の方も、参加者が多いです。



しょう や しょう わ かい

庄屋庄和会



団体紹介・メッセージ

活動場所：庄屋老人常設集会所第49集会所（庄屋2-4-6）

●グラウンドゴルフの練習

毎週水・金曜日 10:00～12:00

他のチームと合同で、練習をしています。

●囲碁・将棋は、毎月第1・3水曜日 19:00～22:00

市老連等の囲碁や将棋の春と秋の大会にも参加しています。

●日帰りバス旅行

年に一度のバス旅行を毎年楽しみにしています。

●敬老の日は、会員にお祝いとして赤飯を配布しています。

●カラオケ大会

庄屋会館で、11:00～15:00 秋にカラオケ大会を行います。

お弁当を食べて、お酒も吞んで歌ってワイワイガヤガヤ騒いでいます。

庄屋庄和会は、親睦と生きがいづくり、健康づくり、様々な社会奉仕活動等を行う事で地域を豊かにしながら、これからの人生を明るく健康で楽しく暮らして行くことを目的にして設立された老人クラブです。

活動の様子など

☆男女問わず、新しい方のご参加をお待ちしています。



しん ゆう かい

親友会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第51集会所（正雀3-23-1）

- 毎月第3土曜日 13:00～15:00に活動を行っています。
会員のみんなで美味しいお弁当を食べて、食後は卓球を楽しんでいます。
- 総会は、5月に行っています。
- 懇親会は談笑しながらお弁当を食べて、その後はビンゴゲームを行っています。景品も用意していますので、参加者の方々は盛り上がります。
- 敬老の日は会員に赤飯を配布しています。
- 社会見学にアサヒビール工場見学にも行きました。
- 社会奉仕活動として、地域清掃・見守りパトロールの活動も参加しています。

是非活動に参加して頂き、一緒に健康で楽しく暮らして行きましょう。

活動の様子など

☆懇親会がほんとうに楽しいです ♪



たい せい ろう じん かい
大成老人会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第40集会所（東正雀3－34）

- 次年度より大成老人会としての活動を広げて行く予定です。
- 市老連主催の万博ウォーキングに参加。
元気に万博ウォーキングに参加すると、気分がリフレッシュします。
- 連合の日帰りバス旅行に参加。
みんなで同じ場所で美味しい物を食べて、綺麗な景色を見て一緒に
楽しい思い出を作りました。

活動の様子など

☆健康で楽しく暮らして行きたいですね。



ちょう めい かい

長命会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第42集会所（正雀 4-15-6） 2階

●バンパーゲーム

毎週金曜日 13:00～16:00

バンパーゲームは、ビリヤードのような玉突きゲームです。

大会もあるので、目標を持って楽しく練習に励んでいます。
初心者の方も安心して参加して下さい。会員で優しく丁寧に教えます。

●カラオケ

第42集会所の1階 毎月第2・4水曜日 13:00～16:00

新年会も、カラオケも男女ともに、盛り上がって楽しんでいます。

活動の様子など

☆バンパーゲームが、とっても楽しみです ♪
健康作りも兼ねて、一緒に楽しみましょう。
是非、参加お待ちしております。



ちょう らく かい
長楽会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第31集会所（三島2-7-16）

●世代交流

近隣の保育園との交流の一つとして、年に4回季節の行事に園児達が訪問に来てくれます。

節分の時期は、独居の方を訪問し園児達が豆を入れた手作りの鬼の面を贈ってくれました。

●日帰りバス旅行

年に一度ですが、とっても楽しみにしています。

●新年会は、カラオケで盛り上がります。

●3月の総会

ビンゴゲーム大会を行って盛り上がっています。

ビンゴゲームでは、100円から500円の景品を用意しています。

●敬老の日

近隣スーパーの500円の商品券を長楽会の会員に贈っています。

●長楽会では、会員の方が90歳のお誕生日を迎えると会費が無料になります。

みんなで出来るゲームや体操を取り入れていますので、一緒に健康で楽しく暮らしていきたいですね。是非、ご参加下さい。

活動の様子など

☆出会い作りを大切にしています♪



はま ・ とも かい
浜・友の会



団体紹介・メッセージ

活動場所： 第20集会所（浜町9－24）

浜・友の会のメインイベントの、秋の日帰り旅行の紹介をします。
ツアーには、温泉あり・美味しい食事あり・美しい景色ありで、とても癒される
バスツアーです。

道中の車内でも、用意されたおやつや飲み物を頂き、笑い声の絶えない
楽しい時間を過ごしています！

他にも、浜・友の会会員の懇親会・七夕祭り・お誕生日会・忘年会など、
盛りだくさんの活動があり、餅つき大会の世代間交流もわいわいと楽しく
しています。

- カラオケ 毎週木曜日 13:00～15:00
- クラフト 毎週金曜日 13:30～15:00
- バンパー 毎月第2・3水曜日 13:00～15:00
- ハーモニカ 毎月第1月曜日・第4水曜日 13:30～15:30

活動の様子など

☆浜・友の会への加入を、是非お待ちしております。！
一緒に楽しい時間をすごしませんか。



いきいきクラブ



団体紹介・メッセージ

活動場所：第5集会所（南別府町7-30）

いきいきクラブでは毎月第1日曜日に、昼食を兼ねて茶話会を開催しています。季節により、お花見会、または新年会や忘年会になります。お弁当を食べて、お茶やコーヒーを飲みながら、おしゃべりに花が咲き、笑い声が広がっています！

- 年1回、春か秋に日帰りバス旅行か1泊旅行へ行き、親睦を目的に楽しい時間を過ごしています。
- 社会見学会もあり、天満天神繁昌亭へ落語を聴きに行ったり、箕面温泉スパーガーデンへ行って、温泉に入ったり大衆演劇の鑑賞をしたりします。
- 毎月第3月曜日に、保健センターの方に来ていただき体力テストや体操をしています。

活動の様子など

★楽しい活動を仲間でしています！
是非、いきいきクラブへの加入をお待ちしております。



きらくかい
喜楽会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第27集会所(東別府2-7-12)

- バンパー
毎週月曜日 13:00～17:00
- グラウンドゴルフ
毎週月曜日・水曜日・金曜日 9:00～11:00 別府公園
味生地区老人クラブのみんなで楽しんでいます。
- 健康体操
毎月第2・4木曜日 13:30～15:30
- カラオケ愛好会
毎月第3木曜日 13:30～15:30
- たちより体操タイム
毎月 月2回程度 10:00～10:15 べふこども園
べふこども園で、園児とふれあい体操をして癒されています。
- セーフティパトロール
毎週火曜日14:50～16:15 別府小学校東交差点で小学生の見守りを
しています。

活動の様子など

★喜楽会への加入を、是非お待ちしております！
人と人とのつながりを大切にし、わきあいあいと楽しく
様々な活動をしています。同年代が多いので色々刺激になったり
情報交換にもなります！



きん ろう かい
金老会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第30集会所(一津屋2-7-3)

金老会では健康維持そして介護予防のために、毎月第1・3日曜日に10:00～10:40まで、DVDをみながら、摂津みんなで体操四部作をしています。

- 1月には新年会、9月には敬老会を開催し、会員でお弁当を食べてその後は、近況報告や色々な情報交換の場として、おしゃべりしたり、カラオケをして楽しんでいます！
- 月に1度、自治会と合同で地域の廃品回収もしています。
- グラウンドゴルフ
毎週木曜日 10:00～ 神崎川緑地公園
第二福寿会と合同で”福寿グラウンドゴルフ愛好会”として活動し青空の下わきあいあいと、みんなで楽しんでいます。

活動の様子など

★みんなで色々な活動と一緒に楽しみませんか？
金老会への加入を、是非お待ちしております！



けい ゆう かい

敬友会



団体紹介・メッセージ

活動場所：別府コミュニティセンター集会室（別府2-10-21）

敬友会では、毎月第2日曜日の午前中に地域清掃をして、午後からはみんなでわいわいとカラオケをして笑い声の絶えない楽しい時間を過ごしています！

そして、摂津市老人クラブ連合会の色々な楽しい行事、カーリンコンやスカイクロスなど色々な行事にも参加しています。

味生地区老人クラブの日帰りバス旅行へも参加して、味生地区の仲間と温泉に入って癒されたり、お土産を買って楽しんだりしています。

同年代が多いのでおしゃべりをしてストレス発散し、様々な情報交換にもなります。一緒に活動しませんか！

活動の様子など

★敬友会への加入を、是非お待ちしております！



だいいち ふくじゅ かい

第一福寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：味生公民館（一津屋1－16－13）

昭和35年4月1日に設立された歴史のある老人クラブです！

- 健康体操 毎月第1・3金曜日 13:30～15:00
摂津みんなで体操四部作や脳トレなど、健康・体力維持のため体操しています。
- 新年会では、おいしい食事をしてカラオケをしたりして、楽しい時間を過ごし盛り上がっています。
- 敬老のつどいは、日帰りバス旅行に出かけています！
食事をして温泉に入ってほっこりし、カラオケも楽しみにぎやかにしています。
- 年に1度の総会後には、カラオケを気持ちよく歌ってリフレッシュです。
- 2か月に1度、味生神社の清掃もしています。
- 摂津市老人クラブ連合会のカーリンコンにも参加しています。

活動の様子など

★第一福寿会への加入を、是非お待ちしております！
楽しくおしゃべりし、一緒に活動しませんか。



だ い に ふくじゅ かい
第二福寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第47集会所(一津屋2-16-27)

- 囲碁・将棋
毎週月曜日 13:00～
 - バンパークラブ
毎週月曜日 13:30～
 - 麻雀
毎月第2・4火曜日 13:00～
 - のんびり喫茶
毎月第3水曜日 13:30～
 - カラオケ
毎月第1・3・4土曜日 13:30～
 - グラウンドゴルフ
毎週木曜日 10:00～ 神崎川緑地公園
 - のんびり体操
毎週金曜日 13:30～
 - 清拭布作り
毎月第1火曜日 10:00～
- 第一福寿会・第二福寿会・金老会の3クラブ合同でしています。

活動の様子など

★第二福寿会への加入を、是非お待ちしております！
人と人とのつながりを大切にしています、一緒に活動しませんか。



べ ふ じん せい かい
別府仁生会



団体紹介・メッセージ

活動場所：あいあいホール別府(別府1-6-21)

- はなまるクラブ 毎月第2・4水曜日 13:30~15:00
摂津みんなで体操四部作や懐メロで歌体操などしています。
健康維持と親睦を兼ねて、わきあいあいとみんなで体操や脳トレを楽しみながらしています。
他にもクラブには、グラウンドゴルフ、バンパーの会、すみれ会(盆踊りの会)など盛りだくさんです。
- 会員のつどい
色々なイベントを企画しています。落語で大笑いしたり、ためになる健康講話講座を開催したり、会食タイムにはみんなで美味しいお弁当をいただき、楽しくおしゃべりをして笑い声が広がっています。
食後はビンゴゲームで盛り上がります。
- 月に1度、地域清掃にも取り組んでいます。
- 摂津市老人クラブ連合会のカーリンコンや健康ウォーキングにも参加しています。

活動の様子など

★別府仁生会への加入を、是非お待ちしております！
住民同士の交流を深めて見守りや支え合いができる関係づくりを目指しています。



ゆう わ かい

友和会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第28集会所（別府3-5-9）
第42集会所（正雀4-15-6）

●グラウンドゴルフ

毎週月・水・金曜日 9:00～11:00 別府公園
味生地区老人クラブの仲間と、体力づくりをしながら、わきあいあいと
楽しんでいます。

●カラオケ

毎週木曜日 13:00～17:00 第28集会所
おしゃべりしてお茶を飲みながら、大きな声を出してカラオケで
リフレッシュし、にぎやかに盛り上がっています。

●バンパー

毎週火曜日 第42集会所

活動の様子など

★友和会への加入を、是非お待ちしております！
人と人とのつながりを大切にしています
一緒に活動しませんか！



かい いちょう会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第11集会所（鳥飼八防1－12－8）

- いちょう会では、年に1度11月に、摂津苑ちびっこ広場の掃除の後に、懇親会を兼ねて「お食事会」を開催して、おしゃべりを楽しみ、にぎやかな時間を過ごしています！
- 4月は桜の花が満開の木の下で『お花見会』、9月は『敬老のつどい』もしています。敬老のつどいでは、介護予防体操やクイズ、そして景品が楽しめるビンゴゲームなどを行っています。（自治会と合同です）
- 1年に6回は、社会奉仕活動として地域清掃も頑張っています！

活動の様子など

★いちょう会への加入を、是非お待ちしております！
一緒にお花見などしません。



しもきた ことぶき かい

下北寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：鳥飼下北集会所（鳥飼本町4－7－27）

- 春は下北寿会の総会終了後に、ふるさと公園の満開の桜の下で時々花びらが舞う中、お弁当を食べ、おしゃべりにも花が咲き、楽しい時間を過ごしています。
- 9月の敬老祝いには、お弁当を食べてカラオケやビンゴゲームをしてにぎやかに盛り上がってます。

鳥飼地区シニアクラブの、シニアフェスタや日帰りバス旅行も参加して他の老人クラブの方とも交流を持ち仲間の輪が広がります。

活動の様子など

★下北寿会への加入を、是非お待ちしております！
みんなと一緒に、交流を持ち親睦を深めませんか。

参加者の声！

満開の桜の木の下で
お花見しましょう！



しも だいいち ことぶき かい ・ しも だいに ことぶき かい

下第一寿会・下第二寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：鳥飼下会館(鳥飼下2-24-26)

●毎月第2・4金曜日 13:00～17:00

下第一寿会と下第二寿会の合同で、『下寿会憩いの場』を開催しています。会員の親睦目的で、わきあいあいとおしゃべりに花を咲かせたり、手芸やカラオケなど、なんでもあり！で、楽しく活動しています。

●グラウンドゴルフ

第1・3水曜日 9:30～12:00 旧鳥飼送水所グラウンドゴルフ場

第2・4木曜日 9:30～12:00 旧鳥飼送水所グラウンドゴルフ場

わきあいあいと、みんなで楽しんでいます！

年4回スポーツ広場で、万葉ひまわりさんと合同で記録会もしています。

鳥飼地区シニアクラブの日帰りバス旅行やシニアフェスティバルにも参加しています。

社会奉仕活動として地域清掃、墓所清掃もしています。

活動の様子など

★下第一寿会・下第二寿会への加入を、お待ちしております！

一緒にグラウンドゴルフをして汗を流しませんか。



しんざいけ みどりかい
新在家緑会



団体紹介・メッセージ

活動場所：新在家町公民館（新在家1－6－14）

●健康体操

毎月第1・3木曜日 13:30～15:00

摂津みんなで体操三部作の体操が終わると、おしゃべり会が始まり
情報交換をしたり、笑い声が広がっています。

●敬老の日に小行事として『敬老祝い』を予定しています。

●会員全員で、墓地などの清掃をしています。

●鳥飼地区シニアクラブのシニアフェスタや日帰りバス旅行、 グラウンドゴルフ大会などにも参加しています。

★最近、4～5名に新規加入していただきました。

さらに、只今、摂津市老人クラブ連合会60周年行事として
老人クラブ加入促進及び活性化のため、新規加入を増やして
いきたいと思っています。

活動の様子など

★新在家緑会への加入を、是非お待ちしております！
一緒に、体操しましょう！



しんせい ふくじゅ かい

新生福寿会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第17集会所（鳥飼西2-19-4）

新生福寿会では、3か月に1度、会員の誕生会をしています。
お昼に美味しいお弁当を食べて、おしゃべりやカラオケで盛り上がり
景品が楽しみのビンゴゲームをする等、親睦を深めています。

- 4月は、新生さくら公園で満開の桜の木の下でお花見をしています。
- 自治会と合同で、日帰りバス旅行へ出かけて、わいわいがやがやと楽しんでいます。
- 鳥飼地区シニアクラブの、日帰りバス旅行に行ったり、シニアフェスタにも参加しています。
- 摂津市老人クラブ連合会のグラウンドゴルフ大会に参加しています。

活動の様子など

★新生福寿会へ加入を、是非お待ちしております！
誕生会やお花見を一緒にしませんか。

一緒にグラウンドゴルフを楽しみませんか！



しん はち ぼう

新八防クラブ



団体紹介・メッセージ

活動場所：第22集会所（鳥飼野々2-2-6）

- 新八防クラブ茶話会 10:00～12:00
健康体操・歌・ゲーム・誕生会などしています。茶話会の後に第22集会所の隣の新八防第3ちびっこ広場の清掃をしています。
- 折り紙カフェ
第4水曜日 10:00～12:00 100円/回（茶菓子代）
折り紙をしたり、他に歌や健康体操などを行っています。
- 東南西北若さの会
毎月第1・3水曜日 10:00～12:00
摂津みんなで体操四部作をしたり、卓球・麻雀をしています。
わきあいあいと、楽しくおしゃべりし気軽に参加できます。
- 年に一度、日帰りバス旅行に行き、美味しいお食事、温泉に入ったり美しい景色を見たりして癒されています。

活動の様子など

★新八防クラブへの加入、是非お待ちしております！
一緒に、折り紙をしたり卓球をしませんか。



・参加者の声
「アットホーム
な楽しい場所
です!!」

しんわ かい
新和会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第46集会所(鳥飼和道1-5-14)

●新和会つどいの会

つどいの会と称して、誕生会を年に3回(4か月ごと)バーベキューの食べ放題に行き、おしゃべりに花を咲かせ楽しい時間を過ごしています。

●喫茶(ほほえみ喫茶)

毎月第1土曜日 13:30~15:30

健康体操や脳トレ・ゲームなど、お茶タイムにおしゃべりしたり、おやつを食べたり、にぎやかに盛り上がっています。

●ゆうやけの会

毎月第1・3火曜日 13:30~15:00

介護予防体操をして、いつまでも元気・健康を維持しています。

●バンパー 毎月第1・3月曜日 9:00~12:00 会員数10名

●カラオケ 毎月第3水曜日 13:00~15:00 会員数10名

●パッチワーク 毎月第2・4土曜日 13:00~17:00

●地域清掃 2か月に1回最終週の月曜日

鳥飼地区シニアクラブの、日帰りバス旅行やシニアフェスタにも参加したり
摂津市老人クラブ連合会主催の、グラウンドゴルフやウォーキング、美化活動も参加しています。

活動の様子など

★新和会への加入を、是非お待ちしております！
楽しく一緒に、体操やおしゃべりをしませんか。



すみれの会

かい



団体紹介・メッセージ

活動場所：第7集会所（鳥飼西2-38-14）

●4月 春の親睦会

親和さくら公園の桜の木の下で、お食事したり、カラオケや河内音頭などで盛り上がり楽しんでいます！

●6月 万博公園へ散策

梅雨に咲く、少し雨に濡れてキラキラ光る綺麗な紫陽花の見学へ行きます。

●9月 敬老会

お食事をして、カラオケを楽しんだりおしゃべりに花を咲かせ笑い声が広がっています。

●11月 菊花展

親和自治会の菊花展に、すみれの会土曜クラブの作品を展示しています。

●土曜クラブ 毎月第4土曜日 13:30～15:30

物づくりや健康体操、盆踊りの練習をしたり、わきあいあいとおしゃべりも楽しんでいます。物づくりで出来上がった作品は、9月の老人福祉大会で展示します。

活動の様子など

★すみれの会への加入を、是非お待ちしております！
一緒に活動をして楽しみましょう！



だい いち しん わ かい

第一親和会



団体紹介・メッセージ

活動場所：あじさい公園（鳥飼中2－6）
せんだん公園（鳥飼上3－4）

●お花見

あじさい公園で青空のもと、満開の桜の下で時々花びらが舞ってきれいな時期に、お弁当を食べておしゃべりをしお花見を楽しんでいます！

●敬老祝い・誕生祝い

第一親和会から会員さんにフェイスタオルなどのプレゼントをお渡しています。

●グラウンドゴルフ

せんだん公園で、グラウンドゴルフをして親睦を深め楽しい時間を過ごしています。

鳥飼地区シニアクラブのシニアフェスタや日帰りバス旅行へも参加しています。

活動の様子など

★第一親和会への加入を、是非お待ちしております！
一緒にお花見や、グラウンドゴルフをしませんか。



だい に しんわ かい ・ だいご しんわ かい

第二親和会・第五親和会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第18集会所（鳥飼上1-10-20）

●カラオケサークル

毎週土曜日 13:30～17:00

わきあいあいとカラオケを楽しんで、盛り上がっています。

●忘年会・日帰りバス旅行などもあり、わいわいがやがやとフレンドリーな仲間とおしゃべりをしたり、楽しく活動をしています。

●第二親和会と第五親和会から会員さんに、誕生日のプレゼントをお渡ししています。

●敬老の日は、自治会主催の敬老祝賀会を開催しています。

第二親和会と第五親和会から、敬老祝いのプレゼントもお渡ししています。

13:00～17:00まで、ゲームやカラオケなどして賑やかな時間を過ごしています。

参加者からの声！

日帰り旅行では、気の合う仲間と、美味しい食事や、温泉につかり癒され楽しい時間を過ごしています！

活動の様子など

★第二親和会・第五親和会の合同で活動をしています。
加入を、是非お待ちしております！



だいさん しんわかい

第三親和会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第12集会所（鳥飼八町1－8－8）

第三親和会では仲間との交流を深め、活動を楽しんでいます。
年の初めには仲間が集まり、新年会をしてみんなで食事をして情報交換も兼ねて楽しくおしゃべりをして笑い声が絶えないです。

- 年に1度は、日帰りバス旅行へ行き、温泉に入ってほっこりしたり、カラオケを楽しんだりして親睦を深めています。
- 青空の下せんだん公園でグラウンドゴルフをわきあいあいと楽しんでいます。
- 民謡（舞踊）やカラオケを練習して、鳥飼地区シニアフェスタで練習の成果を発表しています。

鳥飼地区シニアクラブのグラウンドゴルフ大会に出場し、体力づくりと記録更新に励んでいます。

活動の様子など

★第三親和会への加入を、是非お待ちしております。
青空の下で、グラウンドゴルフを楽しみませんか。

参加者の声！
みんな、カラオケをしてリフレッシュしませんか！



だいろく しんわかい
第六親和会



団体紹介・メッセージ

活動場所：鳥飼西公民館（鳥飼西1－15－8）

●カラオケ

毎月第1土曜日 13:00～17:00

わきあいあいとカラオケを楽しんで、にぎやかに盛り上がっています。

●バンパー

毎月第2土曜日 13:00～17:00

お互いにアドバイスをしながら、楽しんでいます。

●敬老の日は、会員にお祝い品として紅白饅頭を贈っています。

鳥飼地区シニアクラブのシニアフェスタや日帰りバス旅行に参加し、まったり温泉に入り癒されています。

毎週水曜日には、鳥飼西小学校区で小学生の登下校の見守り活動もしています。地域活動の地蔵盆やお墓掃除、子供会の運動会のお手伝いなどもしています。

活動の様子など

★第六親和会への加入を、是非お待ちしております。
一緒に、楽しく活動しませんか。



参加者からの声

みんなで一緒に
カラオケで楽しみ
ましょう！

かい なごみ会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第41集会所(新在家2-10-15)

なごみ会は、平成30年9月に誕生した、新しい老人クラブです。

●カラオケ

第1火曜日 19:00～21:30

人気のカラオケをわきあいあいと、にぎやかに楽しんでいます！

●グラウンドゴルフ

年2回 9:30～11:00

グラウンドゴルフで汗をながした後は、親睦を兼ねてお食事をして、カラオケを楽しみながら懇親会をして盛り上がっています！

●忘年会

みなでお食事をして、その後はおしゃべりなどで盛り上がり、笑い声も広がり楽しい時間を過ごしています。

活動の様子など

★なごみ会への加入を、是非お待ちしております！
カラオケをして、一緒に楽しみませんか。

新在家南シニアクラブなごみ忘年会
令和元年12月22日



ねん りん かい
年輪会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第37集会所(鳥飼下2-7-6)

健康体操をして、健康と体力の維持にがんばっています！

毎月第1～3火曜日 13:30～15:00 鳥飼下会館(鳥飼下2-24-26)

摂津みんなで体操四部作や、頭の体操・筋力トレーニング・歌体操をしています。一緒に体操しませんか！

- 鳥飼地区シニアクラブのシニアフェスタや日帰り旅行にも参加し、新しい仲間が増え交流を深めています。
- 新年会・敬老会では、お食事をして、みんなでおしゃべりをしてわいわいがやがや笑い声が広がり楽しんでいます。
- 摂津市老人クラブ連合会の行事で、梅の花の季節に万博へ健康ウォーキングに参加し、きれいな景色に癒されています。

活動の様子など

★年輪会への加入を、是非お待ちしております。
私たちと一緒に、楽しく活動しませんか。



はち ぼう しん わ か い

八防親和会



団体紹介・メッセージ

活動場所：第11集会所(鳥飼八防1-12-8)

●麻雀

毎週木曜日 13:00～17:00(会費100円お茶菓子代)

麻雀で脳トレをして、会費の残金が増えたとお食事会を開催しています。

わきあいあいとおしゃべりをして、楽しい時間を過ごしています。

麻雀をしない方でも、お食事会に参加する事もできます。(要弁当代)

●カラオケ 奇数月第1水曜日

カラオケでわいわいがやがやと、楽しんでいます。

偶数月の第2日曜日は、カラオケスタジオを貸し切ってにぎやかに楽しんでいます。その後、時間がある方は夕食会をして、親睦を深めています。

鳥飼地区シニアクラブの、シニアフェスタや日帰り旅行にも参加しています。
人と人とのつながりを大事にしています、一緒に活動しませんか。

活動の様子など

★八防親和会への加入を、是非お待ちしております！



はな かい
花みずき会



団体紹介・メッセージ

活動場所：マンハイム淀川公園集会所（鳥飼中1－2－5）

- 新年会や敬老会で、楽しい仲間と昼食にお弁当を食べて、カラオケをしてリフレッシュしています。そして何より楽しいおしゃべりをして笑い声が響きわたっています。
- わきあいあいと青空の下でグラウンドゴルフをして、体力づくりにも励んでいます。スコアは気にせず楽しんでます(笑)
- 年に1度、日帰りバス旅行に行き温泉に入ってほっこりし、カラオケをして盛り上がっています。
- 自治会と合同で、夏祭りやお餅つき大会などを実施し、子どもたちも参加することで多世代交流(子供から高齢者まで)をしています。
- 桜の花が満開の時期に、お花見ウォーキングも開催しています。

活動の様子など

★花みずき会への加入を、是非お待ちしております！
一緒に、多世代交流など色々な活動を楽しみましょう。



ほんまち

本町クラブ



団体紹介・メッセージ

活動場所：第35集会所（鳥飼本町1－10－3）

●1月 新年会

年始のご挨拶をし、わきあいあいと楽しくおしゃべりして、お食事をしています。

●3月 お花見、バーベキュー

桜の花が満開の時、わいわいがやがやとバーベキューを楽しんでいます。

●6月 日帰りバス旅行

温泉に入り美味しい食事をして楽しく過ごしています。

●7月 バーベキュー

あべりあ公園で行います。

●9月 敬老を祝う会

老人クラブに未加入でも、自治会に加入されていれば参加できます。

●12月 忘年会

色々な行事があり、笑い声が広がり活発に活動しています！
社会奉仕活動として、公園清掃もしています。

活動の様子など

★本町クラブへの加入を、是非お待ちしております！
一緒に楽しく活動して、仲間づくりをしませんか？



まん よう

万葉ひまわり



団体紹介・メッセージ

活動場所：第32集会所（鳥飼本町4－9－26）

●手芸

第2水曜日 13:30～15:00 100円/回

先生にお越しいただき、手芸やかわいい小物を作っています。

●親睦カラオケ

第4水曜日 13:30～15:00

歌をうたって、わきあいあいと楽しみリラックスしています。

●グラウンドゴルフ

毎週火曜日・金曜日 9:00～10:30 ふるさと公園

鳥飼地区老人クラブ大会にも参加し普段の練習の成果を発揮しています。

●公園草取り 第1日曜日 8:00～

他に、敬老会・クリスマス会・新年会・食事会など、色々な活動をしていて毎月誕生日の方には、プレゼントがあります。

鳥飼地区老人クラブのシニアフェスタや、日帰り旅行も参加しています。

活動の様子など

★万葉ひまわりへの加入を、是非お待ちしております。

毎月1回、行事の報告と予定を”万葉ひまわり便り”でお知らせしています。



みんなで手芸を
楽しんでいます！



みどり

緑クラブ



団体紹介・メッセージ

活動場所：ふれあいの里（鳥飼上5－2－8）

- 緑クラブでは、6月中旬に会員の親睦をかねて日帰りバス旅行へ行っています！おいしい食事をして、温泉にゆったりつかり、癒されています。
- 新年会・敬老祝いには、お弁当を食べて（少々アルコールあり）、他にはじゃんけんゲームやビンゴゲームなどしたり、カラオケをして楽しい時間を過ごして大盛況です。
- 鳥飼地区シニアクラブの日帰りバス旅行や、シニアフェスタにも参加して交流を深めています。
- 摂津市老人クラブ連合会活動の、万博公園ウォーキングへも参加しています。

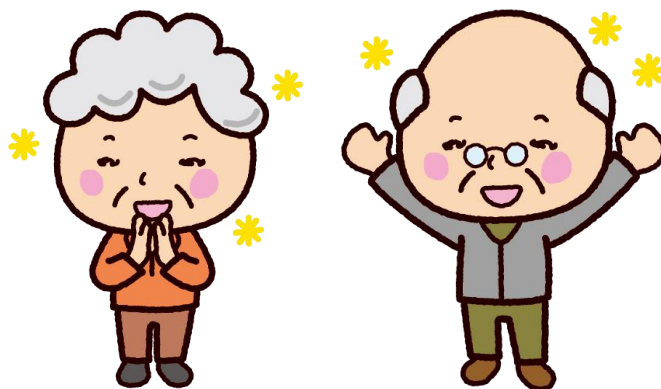
★緑クラブへの加入を、是非お待ちしております！

活動の様子など

★緑クラブへの加入を、是非お待ちしております！
一緒に、日帰りバス旅行に行きましょう！



老人クラブ



令和2年8月 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