

2026年版

西 成 区

暮らし

元気応援

地域リスト

西成区生活支援体制整備事業



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

この冊子を読む皆さまへ

この冊子は、「おしゃべりできる場所」「体操ができる場所」

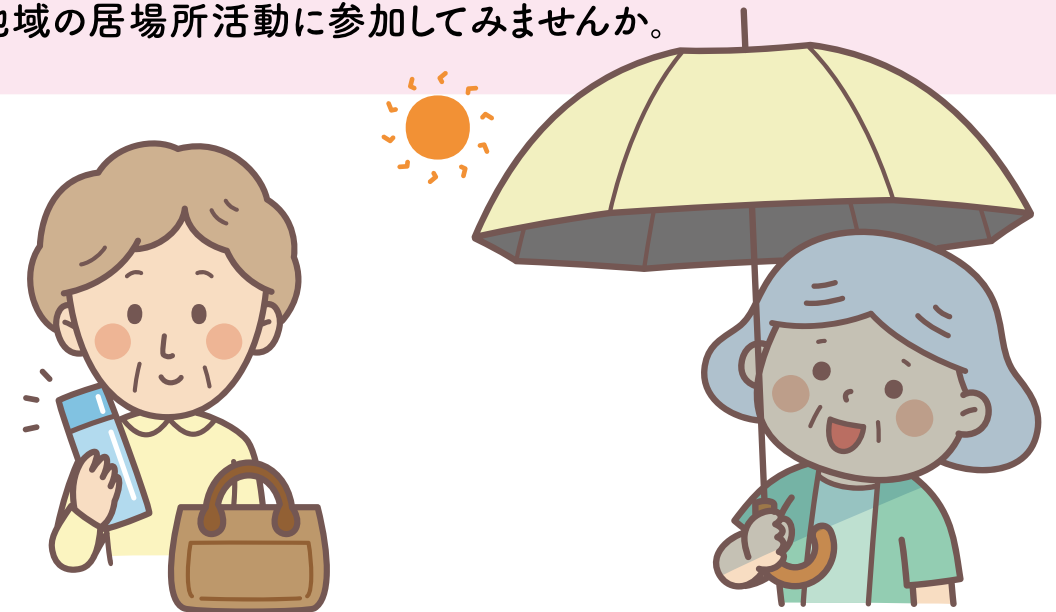
「得意なことを活かせる場所」など、さまざまな居場所をまとめたものです。

居場所に参加することは、「外に出ること」「人と話すこと」「何か役割をもつこと」など、
住みなれた地域で自分らしく、元気に暮らし続けるための大切な要素といわれています。

この冊子をきっかけに、皆さまの毎日が、少しでもいきいきとしたものになりますように。

ぜひ、たくさんご活用ください。

「どんな活動をしているの?」「場所がよく分からない」「体操したいけれど、
どこに参加したらいいか分からない」といったご相談もお待ちしています。
ぜひ地域の居場所活動に参加してみませんか。



地域の居場所づくりを応援しています

生活支援体制整備事業では、地域の居場所活動の立ち上げに向けたお手伝いをしています。

福祉関係施設や個人宅、企業など、さまざまな場所での取り組みが、地域の中で広がっています。

「空いているスペースを活かしてみたい」「地域の居場所づくりに関わってみたい」

「まずは話を聞いてみたい」という方も、どなたでもお気軽にご相談ください。

※本冊子は、令和8年3月時点の情報を掲載しています。

西成区 暮らし・元気応援地域リスト

この冊子を読む皆さまへ P.1

目次 P.2

ふれあい喫茶 P.3

百歳体操 P.4~6

集いの場 P.7~11

老人福祉センター P.12~13

ボランティア・市民活動センター P.14

認知症カフェ（オレンジカフェ） P.15

なにわ元気塾（いきいき元気教室） P.16

生涯学習 P.17

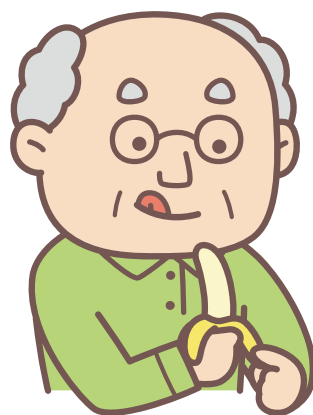
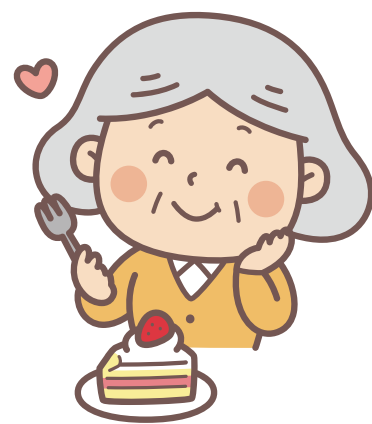
食事サービス P.18~19

家事支援 P.20

各種施設 P.21

各種相談窓口 P.22~23

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.24



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

◎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。

※数に限りがあるため、なくなり次第終了となる場合があります。

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

～どなたでも、問合せ《なし》で参加できます～

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）

地域	活動場所	開催日時
長橋	にしなり隣保館ゆ～とあい2階 （出城2-5-9）	第2・3・4・5（木）14:00～
萩之茶屋	萩之茶屋北住宅2号館1階集会所 （萩之茶屋1-11-2）	月1回（土）14:00～
今宮	天水湯 （天下茶屋3-18-27）	第1・3（月）11:00～
橘	山口文化センター （花園南1-8-15 山口ビル2階）	（火）16:30～ ※第4（火）を除く
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	松之宮ホール （鶴見橋3-3-2）	（金）13:30～
梅南	はぎのさと別館 （松3-1-16 はぎのさと別館2階）	★おとこまえ 百歳体操 （水）10:00～
		いきいき 百歳体操 （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	宮武酒店 （玉出東2-15-11）	（水）13:30～

られた体操で、おもりを手首や足首につけて行う簡単な筋力運動です。

参加料
無料

★「おとこまえ百歳体操」は男性のみの参加となります

※印はポ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）

地域	活動場所	開催日時
岸里	西成区役所2階 （岸里1-5-20 西成区合同庁舎2階 集団検診室）	★おとこまえ 百歳体操 （月）10:00～
岸里	介護老人保健施設 はるか （岸里2-6-9）※令和8年3月時点 活動休止中	第1・3（火）、第2・4（木） 14:00～
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～
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	南津守福祉会館 （南津守4-1-33）	第1・4（月）11:00～
南津守	南津守会館老人憩の家 （南津守6-3-69）	（金）10:30～ ※老人クラブに加入していただく必要があります
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～



百歳体操

～参加条件があるため下記の☎へ、事前に問合せが《必要》です～

☎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)

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～
萩之茶屋	青春リターンズ (長橋1-4-24)	(月) 10:30～
今宮	今宮社会福祉会館 (天下茶屋1-32-19)	(木) 10:00～
千本	慈福会めぐみ3階 (千本北2-12-2)	第1・3(月) 13:00～ 体操 13:30～ 健康教室 ※1・2・7・8月は休止※千本地域の方限定
千本	千本会館・老人憩の家 (千本南2-11-21)	第2・3(火) 11:00～ ※老人クラブに加入していただく必要があります。
千本	栄光会館 (千本中1-17-50)	(火) 10:30～
津守	津守老人憩の家 (津守1-13-37)※入口まで階段あり	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～
天下茶屋	のぞみ (天下茶屋東2-15-12)	(火)・(水) 13:15～14:15

※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

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れる『集いの場』です。

ボッチャって何？

ヨーロッパ発祥のパラリンピック正式種目です。

目標となる白いボールに、赤・青それぞれ6球のボールをどれだけ近づけられるかを競います。年齢や性別を問わず、座ったままでも、車いすの方でも楽しめるスポーツで、西成区でも活動が広がっています。

区内で楽しまれているボッチャは、レクリエーションとして行われており、厳格なルールにとらわれず、みんなで楽しむことを大切にしています。

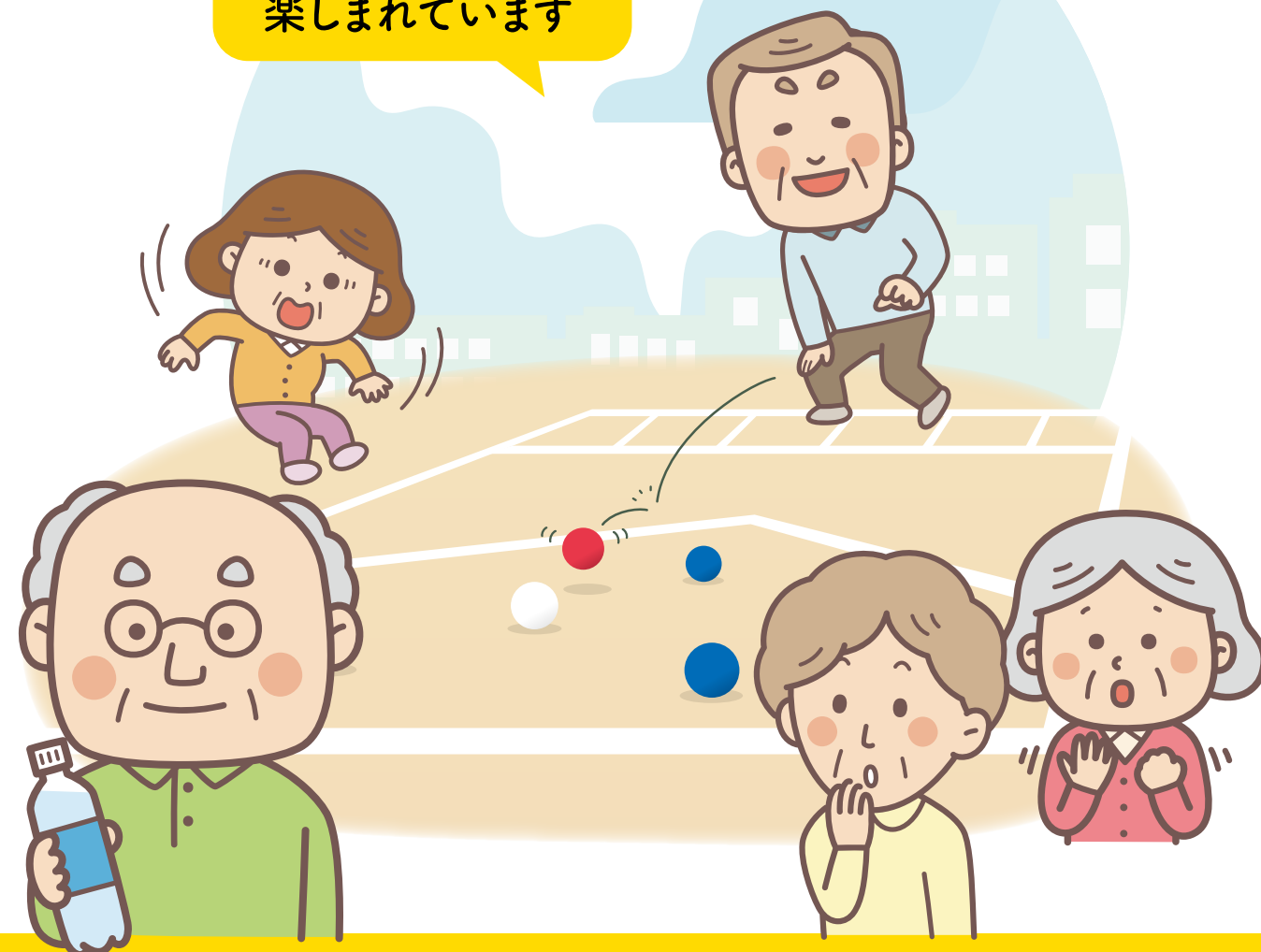
少し体を動かしたり、一緒にプレイする人と会話を楽しんだりできることから、介護予防やつながりづくりとしても注目されています。

初めての方でも大丈夫。

簡単なルールで楽しめますので、ぜひご参加ください！

がついている居場所で、ボッチャ活動に参加できます。
開催頻度は場所によって異なりますので、ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

地域でボッチャが
楽しまれています



集いの場

介護保険事業所、ボランテ

ィアなどが行っている『集いの場』

※ 参加を希望される場合は、事前にお問い合わせください。

問 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

名称	開催日時 / 参加費など	開催場所
コミュニティカフェ北津守	（木）13:30~15:30	津守西住宅集会所（北津守2-5）

問 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

『ここに来たら、 元気になる!』	第4（火）13:30~15:00	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）
---------------------	------------------	---

問 西成市民館（萩之茶屋2-9-1） ☎06-6633-7200

ラジオ体操	（水）13:00~	萩之茶屋中公園（四角公園） （萩之茶屋2-4）
-------	-----------	----------------------------

問 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

東部包括フリースクール	第4（木）13:30~15:30 ※7・8月は夏休みのため中止	今宮ふれあい会館 （天下茶屋北2-8-11）
喫茶よってこ	第2（日）10:00~11:30 麺100円/飲み物100円 ※7・8月は夏休みのため中止	今宮デイサービスセンター （天下茶屋1-31-10）

問 今宮デイサービスセンター（天下茶屋1-31-10） ☎06-6656-8800

ええとこあんでい	第4（日）10:00~12:15 サンドイッチ200円/飲み物100円	今宮デイサービスセンター （天下茶屋1-31-10）
----------	--	-------------------------------

※ ●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）



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

名称	開催日時 / 参加費など	開催場所
のぞみでボッチャ	第1・3（火）14:15~15:15 ●	のぞみ （天下茶屋東2-15-12）
手作り倶楽部のぞみ	（金）13:15~15:15	

問 山王地域総合相談窓口〔山王ランチ〕（山王1-6-5） ☎06-6631-8802

みどりカフェ	第4（火）10:00~12:00	みどり苑（山王1-6-5）
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 玉出地域包括支援センター（南津守7-12-32 白寿苑） ☎06-6651-6888

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

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

めぐみ喫茶	第3（金）13:00~14:30 飲み物200円（おやつ付き）	慈福会めぐみ （千本北2-12-2 3階）
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 西成区役所市民協働課（西成区岸里1-5-20 西成区合同庁舎7階） ☎06-6659-9734

にしなり ジャガピー花の会	毎日9:00~11:00頃 お花の栽培・水やりなど ご自身のペースでご参加いただけます!	花づくり広場 （西成区岸里1-1-40）
------------------	--	-------------------------

※ ●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

介護保険事業所、ボランテ

ィアなどが行っている『集いの場』

地域	名称	開催日時 / 参加費など	開催場所 / 問合せ先
弘治	笑いヨガ	第3(木) 10:30~11:30	浄福寺(花園北2-15-22)
長橋	長橋民踊教室	(月) 13:00~15:00	長橋集会所(長橋1-13-1)
	すずらん園芸ボランティア	第2(火) 10:00~11:00 ※雨天中止	まちかどホームすずらん (出城2-4-10) ☎06-6563-6563
橘	「たちばな和 ^(なごみ) 」 のつどい	月1回(水) 14:00~15:30	眞教寺(松3-2-18) ☎06-6661-7921
	ボードゲームカフェ	第3(水) 14:30~16:30	そんぽの家S天下茶屋 (花園南2-5-10) ☎06-6655-5711
	そんぽでぼっちゃ	(土) 14:00~	
	そんぽ カラオケ倶楽部	(日) 14:00~	
	ミニボッチャ 交流会	第4(火) 14:00~15:00 /定員8名	SOMPOケア そんぽの家天下茶屋駅前 (花園南2-5-1) ☎06-6651-1084 (担当:柳井・牧菌)
松之宮	松之宮 『スマイル』	(水) 13:30~15:00 ゲーム・健康教室など	松之宮ホール(鶴見橋3-3-2) ☎090-7873-1459
	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(火) 13:30~ ※変更あり	
岸里	岸里 ボッチャの会	第2・4(火) 13:30~15:00	岸里老人憩の家(岸里3-4-9)

◎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)

地域	名称	開催日時 / 参加費など	開催場所 / 問合せ先
千本	千本 ボッチャクラブ	第1・3(火) 13:30~ ※季節によって休止あり ※千本地域の方のみ ご参加いただけます	千本社会福祉会館 (千本北2-12-1)
	思い出教室	第2(火) 13:30~ ※季節によって休止あり ※生演奏で楽しくみんなで歌います	
津守	津守麻雀	(土) 13:00~16:00	津守老人憩の家 (津守1-13-37)※入口まで階段あり
南津守	あゆみ工房	(水)サークル (絵手紙・ウクレレ・手作りなど) 第2(金)歌みずきの会 ボッチャ・将棋は毎回 14:00~16:00/参加費200円	あゆみ工房(南津守3-5-14) ☎06-6656-7001 (南津守地域総合相談窓口) ☎06-6651-6888 (玉出地域包括支援センター)
北津守	北津守 ノルディック ウォーキング・ モルック	第2・4(水) 13:30~15:00	北津守老人憩の家 (北津守3-8-8)
	おしゃべりカフェ @Arita	(金) 13:30~15:30	開催場所は 西成区社会福祉協議会 ☎06-6656-0080まで お問い合わせください
山王	山王ボッチャ クラブ	第1・3(水) 14:30~	山王集会所 (山王2-10-24)
	山王 健康カラオケ	第3(木) 13:30~15:00	
天下茶屋	レコードで聴く 昭和歌謡	詳細は西成区社会福祉協議会 ☎06-66556-0080までお問い合わせください ※活動状況により、すぐに参加できない場合があります ※天下茶屋地域の方のみご参加いただけます	
	スポーツ吹き矢		

◎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)

老人福祉センターのご案内

老人福祉センターとは？

利用できる方

大阪市内にお住まいの60歳以上の方がご利用いただくことができる高齢者福祉施設です。西成区老人福祉センターでは、各種サークル活動や教養講座のほか、囲碁・将棋、卓球（ラージボール）、バンパープールなどを楽しんでいただけます。



ご利用にあたり、来館時に利用証を提示してください。

※初めてご利用の方は利用証を発行するための登録手続きが必要です。（登録無料）
身分を証明できるもの（保険証・免許証・マイナンバーカードなど）をご持参ください
※登録後は、市内26館の老人福祉センターがご利用になれます。

利用料金：無料 ※一部有料の講座・イベント・サークル活動などがあります。

利用時間：午前10時～午後5時（土足厳禁 ※上履きをご持参ください）

休館日：日曜日・国民の祝日および年末年始（12/29～1/3）

事業紹介

■館内事業



囲碁・将棋



卓球



バンパープール



百歳体操



転倒予防教室



手づくり講習会

■アウトリーチ事業：区内16地域の身近な施設「老人憩の家」などで出張講座

誰もが参加しやすい講演会、レクリエーション等を開催し、「高齢者の閉じこもり予防」にも努めています。



ちんどん通信社



スカットボール

西成区老人福祉センターの役割

西成区老人福祉センターでは、高齢者の生きがいづくりや、社会参加を支援するため、さまざまな事業を行っています。

- いろいろな生活相談 ●講演会・講習会など教養講座の開催
- サークル活動・老人クラブに対する支援 ●レクリエーション
- 健康増進・介護予防のための体操・運動など ●世代間交流

西成区老人福祉センター：開放事業およびサークル活動など

開放事業				楽器	文化系	語学	健康づくり	体操
種別	内容	曜日	時間					
囲碁・将棋	毎日	10:00～17:00	○	楽器	ギター	第1・3(木)	13:30～15:30	○
	毎日	10:00～17:00	○		三味線	第2・4(月)	13:30～15:30	▲
	毎日	10:00～17:00	○		大正琴	第1・3(水)	13:30～15:30	○
卓球（ラージボール）	毎日	10:00～17:00	○	文化系	俳句	第4(木)	13:30～15:30	○
	毎日	10:00～17:00	○		川柳	第1(木)	13:30～15:00	○
	毎日	10:00～17:00	○		書道	第2(水)	10:15～12:00	○
バンパープール	毎日	10:00～17:00	○	語学	手話	第1・3(水)	13:30～15:30	○
	毎日	10:00～17:00	○		フラワーアレンジメント	第1(水)	10:30～12:30	○
	毎日	10:00～17:00	○		いちょう会	第4(水)	13:30～15:30	○
踊り	舞踊	第1・3(火)	10:30～11:45	歌	英会話①	第1・3(月)	13:00～14:30	○
	踊り	第2・4(金)	10:30～12:30		英会話②	第1・3(月)	10:30～12:00	○
	踊り	第2・4(金)	10:30～12:30		英会話③	第2・4(金)	10:15～12:00	▲
カラオケ①	第2・4(火)	13:30～15:30	○	健康づくり	ハンブル	第2・4(月)	10:30～12:00	○
	第2・4(火)	10:30～12:30	○		百歳体操①	毎週(水・金)	10:15～	○
	第1・3(火)	10:30～12:30	○		百歳体操②	毎週(水・金)	10:55～	○
カラオケ②	第1・3(火)	10:30～12:30	○	体操	百歳体操③	毎週(水・金)	11:35～	○
	第1・3(水)	13:30～15:30	○					
	第1・3(木)	13:30～14:30	○					
民謡	第1・3(金)	13:30～15:30	○	運動				
	第1・3(金)	13:30～15:30	○					
	第2・4(金)	13:30～15:30	○					
詩吟	第2・4(土)	12:30～	○					
	第2・4(土)	12:30～	○					
	第2・4(土)	12:30～	○					

※卓球・バンパーサークル：毎月大会開催

募集：○ 募集停止中：▲ 募集状況が変わりますのでご連絡ください



大正琴



踊り



民謡



ハンブル



舞踊



英会話



詩吟



書道



俳句



手話



大阪メトロ四つ橋線「花園町」駅下車
④番出口を西へ徒歩5分
大阪シティバス
「西成区老人福祉センター」前
48号・52号

西成区老人福祉センター
TEL:06-6654-2951
FAX:06-6654-1504
梅南1-4-27

（ご来館をお待ちしております）



外観写真

ボランティア活動を始めてみませんか？

西成区ボランティア・市民活動センターってどんなところ？

ボランティアをしたい方、ボランティアを必要としている方をおつなぎする場所です。



「人と関わるボランティアがしたい」
「〇〇が得意だけど何かボランティアできるかな？」
「ボランティアに来てほしいけど誰かいないかな？」などなど
あなたの思いや得意を
カタチにしてみませんか？

ボランティア活動は、園芸や切手整理、イベントの運営補助、施設利用者との関わりなどさまざまな内容があります。やってみたいこと、興味のあることなど、ご希望に合わせておつなぎします。

まずはお気軽にご相談ください！

あなたの好きが生きがいになるかもしれません。

ボランティア活動を通して新しい居場所を見つけてみませんか？

〔切手整理ボランティア〕

〔農園ボランティア〕



使用済み切手の仕分けを行っています。
ボランティア活動の入門として初めての方でも気軽に参加できます。

●毎月第4木曜日 10:00～



今宮つながり広場で仲間と植え付けや収穫を行います。

問合せ先 西成区ボランティア・市民活動センター（西成区社会福祉協議会）

TEL: 06-6656-0080

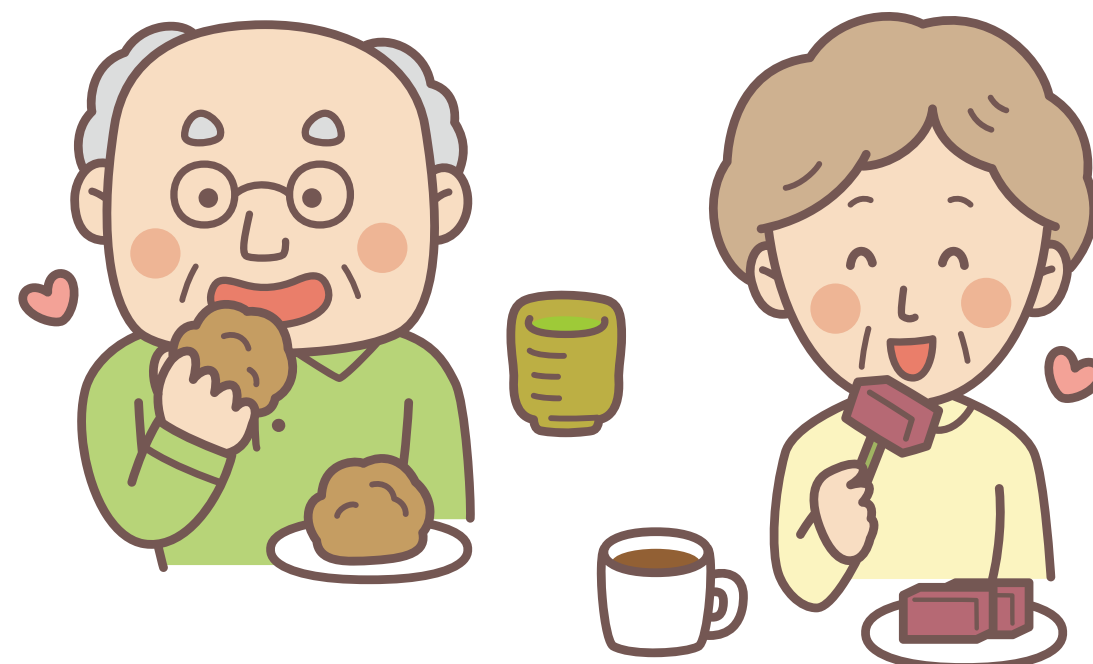
住所: 大阪市西成区岸里1-5-20 西成区合同庁舎8階

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など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	開催日時	開催場所 / 問合せ先
つるみばしカフェ	最終週(火) 15:00~17:00 会費制100円	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
りんごの会	第4(火) 13:30~14:30	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、お問い合わせください
オレンジカフェin玉出	奇数月第2(月) 14:00~15:00 参加費100円 ※事前申込み必要	にしなりオレンジチーム 白寿苑内(南津守7-12-32) ☎06-6651-6000
Orange Café悠楽	第2・4(木) 13:00~16:00 実費負担200~300円	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)
喫茶よってこ	第2(日) 10:00~11:30 麺100円/飲み物100円	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) ※7・8月は夏休みのため中止
カーサガーデンカフェ	第3(火) 13:30~15:00 参加費100円	特別養護老人ホーム ライフカーサ (松3-12-35) ☎06-6661-0999



なにわ元気塾 (いきいき元気教室)

月に1回、地域の集会所などで、専門家による「体操」や「栄養」、「音楽」のようなお話を通じてこころとからだの元気を高めます。

- ◎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。

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。

参加料
無料

登録
必要

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

生涯学習

「生涯学習ルーム事業」は、区民にとって身近な施設である小学校の特別教室等を活用し、書道や絵画、生け花、踊りなどの講習・講座を実施しています。単に学ぶだけでなく、こういった

“学び”をきっかけにして、人と人とのつながりをつくる目的で実施しています。

校区によって、講座の内容や開催時期が異なりますので、区役所市民協働課(生涯学習担当)設置の講座一覧チラシをご覧ください。右記の二次元コードでご確認ください。

西成区生涯学習ルーム事業の掲載ホームページ

<https://www.city.osaka.lg.jp/nishinari/page/0000652396.html>



この事業は、市民ボランティア『生涯学習推進員』が中心となって、地域の学習ニーズの把握と講座等の企画・運営を担っています。お問合せ後、生涯学習推進員さんより連絡をさせていただくため、お名前と連絡先をお聞きたいします。

問 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

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(花園北2-16-26) 問 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) 問 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) 問 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) 問 まつば小学校 ☎06-6651-3428 もと松之宮小学校(旭3-5-39) 問 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) 問 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) 問 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) 問 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) 問 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) 問 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) 問 天下茶屋小学校 ☎06-6661-8741

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さまによる
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。
※その地域にお住まいの方が対象です。

◎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。

問 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

会食サービス ～地域の会館等集まってみんなで食事を楽しめます～

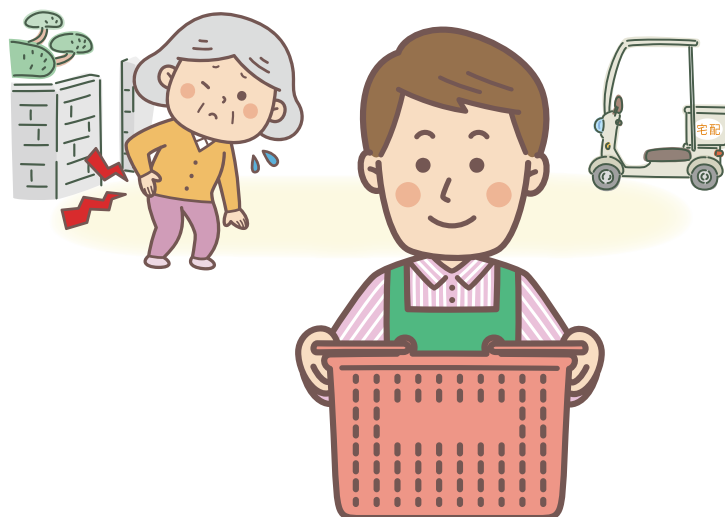
地域	名称
千本	千本会食会
玉出	玉出食事サービス
南津守	南津守食事サービス



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
橘	橘食事サービス
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



食事の支援を行なうサービスです。

生活支援型 食事サービス

心身の機能低下や障がいなどにより食事の確保が困難な、
ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯、または
重度の障がいがある方などが対象の見守りを目的とした配食サービスです。

申込み
必要

事業者名 / 問合せ先	利用内容 / 備考
お弁当 銀座（天神ノ森1-4-13） 問 ☎06-6569-9316	◎利用条件があり、申込み や利用調整などが必要 となるため、事前に問合 せ先に連絡が必要です。
なにわ老人保健施設 ラガール（浪速区大国1-10-24） 問 ☎06-6632-8865	
宅配クック ワン・ツー・スリー 大阪中央店（浪速区塩草2-2-30） 問 ☎06-4392-8901	
配食のふれ愛 大阪みなみ店（玉出中1-11-3） 問 ☎06-6690-7340	
配食サービス しおかぜ（港区磯路3-25-7 市岡グランドビル103） 問 ☎06-4395-3335	
ライフデリ大正・西成・浪速店（大正区千島1-14-1 明伸ビル1階） 問 ☎06-6626-9711	

その他の配食サービス

生活支援型食事サービスに該当しない方が対象の配食サービスです。
店舗によってメニューや申込方法、配達時間、支払い方法などが
異なるため、事前に問合せ先へ確認してください。

事業者名 / 問合せ先	利用内容	備考
お弁当 銀座（天神ノ森1-4-13） 問 ☎06-6569-9316	（月）～（日）、（祝）の昼食、夕食 年末年始は除く	・1食からでも利用可 ・配達料無料 ・安否確認対応可
なにわ老人保健施設 ラガール （浪速区大国1-10-24） 問 ☎06-6632-8865	（月）～（日）、（祝）の 昼食、夕食	・配達料無料 ・安否確認対応可
宅配クック ワン・ツー・スリー 大阪中央店 （浪速区塩草2-2-30） 問 ☎06-4392-8901	（月）～（金）の 昼食、夕食	・1食からでも利用可 ・配達料無料 ・安否確認対応可
配食のふれ愛 大阪みなみ店 （玉出中1-11-3） 問 ☎06-6690-7340	（月）～（日）、（祝）の 昼食、夕食	・1食からでも利用可 ・配達料無料 ・安否確認対応可 ・配達時にゴミ捨てや 電球交換など3分間 サービス利用可
配食サービス しおかぜ （港区磯路3-25-7 市岡グランドビル103） 問 ☎06-4395-3335	（月）～（土）、（祝）の 昼食、夕食	・1食からでも利用可 ・配達料無料 ・安否確認対応可
ライフデリ大正・西成・浪速店 （大正区千島1-14-1 明伸ビル1階） 問 ☎06-6626-9711	（月）～（日）、（祝）の 昼食、夕食	・1食からでも利用可 ・配達料無料 ・安否確認対応可

家事支援

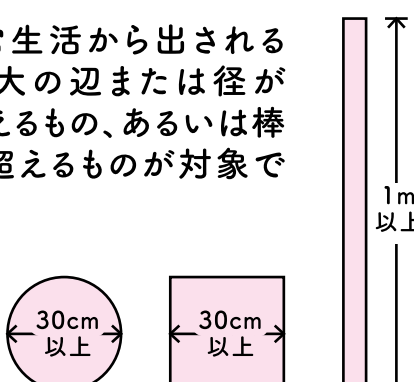
普段の生活の中で「ちょっと手を貸して欲しいな…」
そんな時の家事手伝いやごみ出しサービスがあります。

家事などを支援するサービス

名称 / 問合せ先	内容
大阪市シルバー人材センター 西部支部 (西区立売堀4-10-18 大阪市阿波座センタービル 3階) 問 ☎06-6543-7011 FAX:06-6543-8474	◎介護保険の対象にならない、家庭のちょっとした家事手伝いや高齢者援助、子育て支援から、庭木の剪定などまで対応しています。 ◎対応できる内容や料金、申込み方法など詳しくはお問合せください。
御用聞き／一般社団法人チイキスタイル (大阪市北区梅田1-2-2大阪駅前第2ビル12-12) 問 ☎050-1792-8103	◎大学生を中心としたメンバーが生活のちょっとしたお困りごとをお手伝いします！ ・電球交換や日常のお掃除5分110円(30分以降は5分330円) ・家具や粗大ゴミの移動5分330円 ・しっかりお掃除やお片付け30分2,200円 ※出張料550円～ ※全て税込価格

申込み
必要

ごみ出しに関するサービス

名称 / 問合せ先	内容
『ふれあい収集』 問 南部環境事業センター (南津守5-5-26) ☎06-6661-5450	◎決まった曜日に収集します。 ◎65歳以上の独居高齢者や高齢世帯、障がい者のいる世帯でゴミの持ち出しが困難な方が対象です。 ◎ゴミを個別収集し、出ていなければ登録先に通報するサービスも兼ねています。 ◎料金は無料です。
『粗大ゴミ収集』 問 粗大ゴミ収集受付センター ☎0120-79-0053 ▶携帯電話からは… ☎06-6530-1530 ▶インターネットからは… https://ecolife.e-tumo.jp/kankyo-osaka-u/ (スマートフォン・タブレット端末からも申込みできます)	◎家庭の日常生活から出されるゴミで、最大の辺または径が30cmを超えるもの、あるいは棒状で1mを超えるものが対象です。 

申込み
必要

◎詳しくは問合せ先へご確認ください。

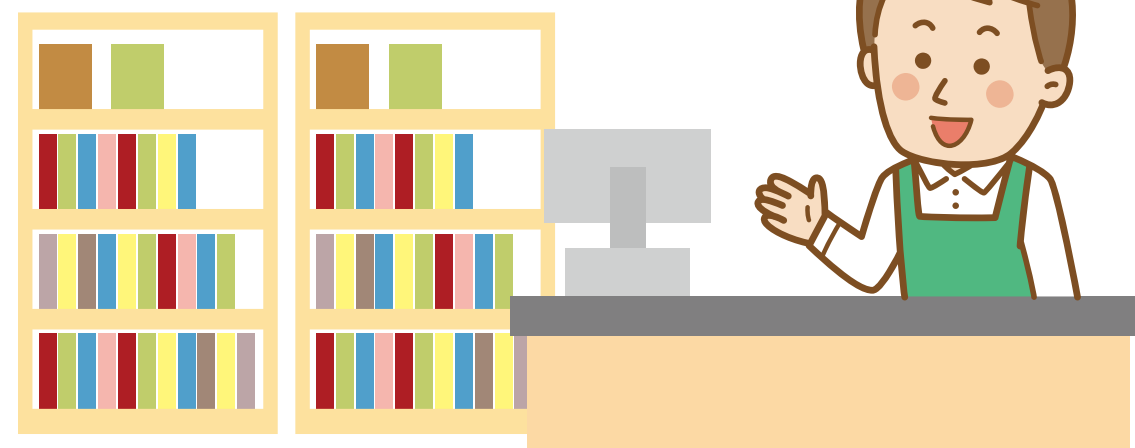
各種施設

スポーツや文化活動をしたり、
仲間と交流や活動ができる場所です。



施設名 / 問合せ先	利用時間 / 対象 / 備考
西成スポーツセンター (玉出東1-6-1) 問 ☎06-4398-1603	◎利用時間…(火)～(日) 9:00～21:00 (月)休み ※(月)が祝日の場合は翌日 ◎65歳以上の方が「屋内プール」「トレーニングルーム」を利用する場合に割引があります。 ※「屋内プール」「トレーニングルーム」の最終受付時間は20:00 ◎他にも、スタジオ、体育館などの設備があります。
西成区民センター (岸里1-1-50 1・2階) 問 ☎06-6651-1131	◎利用時間…9:30～21:30 ◎市民の交流・活躍の場として、様々な講座やイベントを開催しています。 ◎貸室も行なっています。
西成図書館 (岸里1-1-50 3階) 問 ☎06-6659-2346	◎利用時間…(火)～(金) 10:00～19:00 (土)・(日)・(祝)は10:00～17:00 (月)・第3(木)休み ※祝日の場合は開館 ◎本などの資料の閲覧や貸出のほか、読書会などの行事を行っています。
大阪市社会福祉研修・情報センター (出城2-5-20) 問 ☎06-4392-8200	◎利用時間…(月)～(金) 9:00～21:00、(土)・(日) 9:00～17:00 ※図書・資料閲覧室は(月)～(木)、(土) 9:30～17:00 (金) 9:30～19:00 (祝)休み ※(土)・(日)と重なる場合は開館 ◎福祉に関する本などの閲覧や貸出のほか、研修や講座の開催、情報発信を行っています。 ◎社会福祉を目的とする貸室も行っています。
西成市民館 (萩之茶屋2-9-1) 問 ☎06-6633-7200	◎運営主体…石井記念愛染園(指定管理) ◎利用時間…(火)～(土) 9:00～21:00 (日)・(月)・(祝) 年末年始休み ◎定期的にイベントを開催しています。 ◎貸し室やよろず相談対応もしています。

◎詳しくは問合せ先へご確認ください。



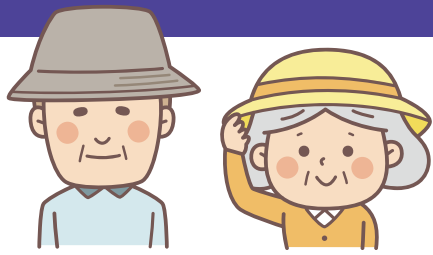
各種相談窓口

暮らしの中での困りごとについて
相談できる所を掲載しております。
詳しくは各問合せ先までご連絡ください。

高齢者に関する 相談窓口

高齢者の方々が住み慣れた地域で安心して生活が続けられるように、
専門の職員がさまざまな関係機関と協力しながら支援します。

担当地域	名称(所在地) / 問合せ先	開館日時
弘治/ 萩之茶屋/ 橘/岸里	西成区地域包括支援センター (はぎのさと／岸里1-5-20 西成区合同庁舎8階) ☎06-6656-0080	(月)~(金) 9:00~19:00 (土) 9:00~17:00
萩之茶屋	あいりん地域総合相談窓口〔あいりんランチ〕 (西成市民館／萩之茶屋2-9-1) ☎06-6537-7353	(月)~(金) 9:00~17:30
長橋/松之宮/ 梅南/津守/ 北津守	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) ☎06-6568-8400	(月)~(金) 9:00~19:00 (土) 9:00~18:00
梅南/ 津守/松之宮	梅南・橘地域総合相談窓口〔梅南・橘ランチ〕 (梅南・橘地域在宅サービスステーション／松3-1-16) ☎06-6656-0322 (はぎのさと別館)	(月)~(金) 9:00~17:30
今宮/ 山王/飛田/ 天下茶屋	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	(月)~(金) 9:00~19:00 (土) 9:00~17:30
山王/飛田	山王地域総合相談窓口〔山王ランチ〕 (山王地域在宅サービスステーション／山王1-6-5) ☎06-6631-8802	(月)~(金) 9:00~17:30
天下茶屋	天下茶屋地域総合相談窓口〔天下茶屋ランチ〕 (天下茶屋地域在宅サービスステーションのぞみ ／天下茶屋東2-15-12) ☎06-6655-3030	(月)~(金) 9:00~17:30
玉出/千本/ 南津守	玉出地域包括支援センター (白寿苑／南津守7-12-32) ☎06-6651-6888	(月)~(金) 9:00~19:00 (土)・(祝) 9:00~17:30
千本	成南地域総合相談窓口〔成南ランチ〕 (成南地域在宅サービスステーションめぐみ ／千本北2-12-2) ☎06-6652-5811	(月)~(金) 9:00~17:30
南津守	南津守地域総合相談窓口〔南津守ランチ〕 (ピアンエトール恭愛／南津守1-4-7) ☎06-6656-7001	(月)~(金) 9:00~17:30



相談
無料

認知症に関することは…

医療・介護・福祉の専門職と認知症サポート医が、
認知症の早期発見・早期対応を行う専門チームです。

名称(所在地) / 問合せ先	開館日時
認知症初期集中支援チーム にしなりオレンジチーム (白寿苑／南津守7-12-32) ☎06-6651-6000	(月)~(土) 9:00~17:30

地域の見守りに関することは…

地域における見守りネットワークの強化とともに、
誰もが安心して暮らせる地域づくりに向けた取組みを行っています。
お困りごとの相談を年齢・障がいの有無などに関わらず受け付けています。

名称(所在地) / 問合せ先	開館日時
西成区見守り相談室 (はぎのさと／岸里1-5-20 西成区合同庁舎8階) ☎06-4967-4682	(月)~(金) 9:00~19:00 (土) 9:00~17:30

生活に困っている…

さまざまな理由で生活に困窮するおそれのある方に対し、
専任のスタッフがサポートを行います。

名称(所在地) / 問合せ先	開館日時
西成区自立相談支援窓口 はぎさぼーと (西成区役所／岸里1-5-20 西成区合同庁舎6階) ☎06-6115-8070	(月)~(金) 9:00~17:30

障がいに関することは…

障がいについての相談に応じ、サービスの利用や専門機関の
情報提供などを行い、地域での生活を支援します。

名称(所在地) / 問合せ先	開館日時
西成区障がい者基幹相談支援センター (西成障害者会館／長橋3-2-27) ☎06-6599-8122	(月)~(金) 9:00~18:00

お困りごとがあれば…

幅広い相談をお受けいたします。

西成市民館 (石井記念愛染園(指定管理)/萩之茶屋2-9-1) ☎06-6633-7200	(火)~(土) 9:00~17:00
---	--------------------

※直接的なサービスはございませんので、『助言』や『各種制度、専門機関、専門家のご紹介』となります。

西成区役所の各種相談窓口

岸里1-5-20 西成区合同庁舎1～7階

相談
無料

相談受付内容	部署名 / 問合せ先	開館日時（祝日を除く）
介護保険に関する相談	介護保険グループ ☎06-6659-9859	(月)～(木) 9:00～17:30 (金) 9:00～19:00
高齢・障がい福祉サービスに関する相談	地域福祉グループ ☎06-6659-9857	
こころの健康・介護予防に関する相談	地域保健活動グループ ☎06-6659-9968	(月)～(金) 9:00～17:30
生活に困ったとき	支援グループ ☎06-6659-9872	

介護予防 ポイント事業

高齢者の外出の機会を増やし、社会的な役割を持つことで、生きがいづくりや介護予防につなげることを目的としています。

研修・登録
必要

◎介護保険施設、保育所、幼稚園、認定こども園、障がい者（児）施設などで対象となる活動を行った場合に、活動実績に応じてポイントが貯まり、貯めたポイントを換金（年間上限 10,000円）することができる事業です。

◎活動を行うには、65歳以上の大阪市民の方で、事前に登録時研修（1時間程度）を受講する必要があります。

☎ 大阪市社会福祉協議会 福祉部（大阪市介護予防ポイント事業担当）（天王寺区東高津町12-10）
☎06-6765-5610 （月）～（金）9:00～17:30

ワークサロン

高齢者が交流しながらお仕事をし、ちょっとしたおこづかいがもらえる場です。

名称（所在地）	内容	利用時間 / 対象 / 問合せ先
ワークサロン（まちかどホームすずらん） （出城2-4-10）	室内での簡単な軽作業から屋外の緑化作業、グループホームの世話人などです。	(月)～(金) 9:00～15:00 ◎西成区内在住の60歳以上の方
ワークサロン（にしなりWing） （北津守3-6-4）		☎ 06-4392-8700 （にしなりWing）

発行・問合せ先

社会福祉法人 大阪市西成区社会福祉協議会
生活支援体制整備事業

〒557-0041 大阪市西成区岸里1-5-20

西成区合同庁舎8階

TEL.06-6656-0080(代)

FAX.06-6656-0668

