

いきいき百歳体操一覧

日時	場所	参加費	対象
毎週木曜日 10:30～	つるはし交流ひろば ぱだん (鶴橋2-15-28)	無料	北鶴橋・御幸森・中川地域 にお住いの方
毎週土曜日 10:00～	大阪朝鮮会館 1階ロビー (桃谷4-15-7)	500円/月	60歳以上の方
毎週月曜日 ①13:30～②14:40～	勝山会館・老人憩の家 (勝山南1-4-4)	200円/月	どなたでも
毎週火・土曜日 ①10:00～②10:40～(週2回)	生野区老人福祉センター (勝山南4-7-35)	無料	60歳以上の生野区民で 老人福祉センター利用証要 新規毎回10名申込み
毎週火曜日 ①10:00～②11:00～	生野会館・老人憩の家 (生野東3-10-31)	200円/月	生野地域にお住いの方
毎週月曜日 ①10:00～②13:30～	西生野会館・老人憩の家 (生野西4-4-16)	200円/月	西生野地域にお住いの方
毎週火曜日 13:30～	生野南会館・老人憩の家 (林寺6-2-6)	100円/月	生野南地域にお住いの方
毎週火曜日 ①10:00～②11:00～	小路会館・小路老人憩いの家 (小路2-23-8)	200円/月	小路地域にお住いの方
毎週月・木曜日 10:00～(週2回)㊤	巽南会館・老人憩の家 (巽南1-15-29)	300円/月	巽南地域にお住いの方
毎週木曜日 ①10:00～②11:00～	舍利寺中央公園会館 (勝山南4-7-18)	200円/月	舍利寺地域にお住いの方
毎週土曜日 10:00～	巽東小学校多目的室 (巽東3-8-13)	無料	巽東地域にお住まいの方
毎週火曜日 13:30～	東中川会館・老人憩の家 (新今里2-12-35)	無料	東中川地域にお住いの方
毎週月曜日 ①13:30～ ②14:30～ (第1月曜のみ①13:00～㊤)	鶴橋会館・老人憩の家 (桃谷1-2-39)	200円/月	鶴橋校下にお住まいの 65歳以上の方 各25名
毎週木曜日 10:00～	田島会館・老人憩の家 (田島4-20-3)	200円/月	田島校下にお住いの方
毎週水曜日 ①10:10～②11:10～	巽会館・老人憩の家 (巽中2-21-31)	無料	巽校下にお住いの方
毎週木曜日 14:00～	巽西第四振興町会会館 (巽西4-6-12)	無料	巽西第四振興町会の方 お近くの方
毎週金曜日 ①10:00～②11:00～	北巽会館・老人憩の家 (巽北2-4-16)	200円/月	北巽校下にお住いの方
毎週火曜日 ①13:30～②14:30～	林寺センター (林寺2-16-3)	200円/月	林寺校下にお住いの方
毎週月・金曜日 9:30～(週2回)	東小路会館・老人憩の家 (小路東3-7-20)	無料	東小路地域にお住いの方

※ 場所によっては、満員で入れないこともあります。

※ ㊤・百歳体操とあわせて、「かみかみ百歳体操」をおこなっているところもあります。

生活支援コーディネーターが調べた情報紙

いくのでいこう！

IKUNO-de-IKOU

憩

vol. 6



人とのつながりが
おもしろい

教えて!! いくののセンパイ<<4>>★生活支援コ-ディネ-タ-活動報告★広がっています! 「いきいき百歳体操」