



社会福祉法人大阪市平野区社会福祉協議会  
〒547-0043 大阪市平野区平野東2丁目1番30号  
平野区在宅サービスセンター（にこにこセンター）

TEL: 06-6795-2525  
FAX: 06-6795-2929  
HP: <http://hirano-kushakyo.or.jp>

平野区社協  
ホームページ



平野区社協  
公式Facebook



平野区社協  
公式Instagram



平野区社会福祉協議会  
マスコットキャラクター  
にこりん

## くしゃきょう って何？

区社協の取り組みの特徴は、一人ひとりの暮らしを支える「個別支援」と地域づくりをすすめる「地域支援」が両輪になって展開していることです。

地域で暮らすAさんを区社協のさまざまな部署が連携して支える、Aさんと同じような思いがある方々が心地よく暮らせる地域をつくること、そんな取り組みを知っていただけたらと考えます。

### 1 ニーズキャッチ

食事サービスを利用して  
いるAさん。現在64歳で、  
一人暮らしをされています。

次の食事サービスは  
いつだったかな。



地域福祉活動コーディネーター

最近Aさん  
もの忘れが多くなって  
きたかしら…



Aさん

Bさん

地域福祉活動コーディネーターのBさんは、最近Aさんの様子がおかしいと気になっています。もの忘れがでてきたせいか、何度も食事サービスの日時についてBさんに確認されるようになりました。また、Bさんの名前を間違えて呼ぶこともあります。そこで、Bさんは、区社協の見守り相談室に相談しました。

### 2 訪問や面談など、関係づくり

今は大丈夫



見守り相談室

何かお困りごとは  
ありませんか？

地域福祉活動コーディネーターから相談を受け、見守り相談室のワーカーがAさんの参加している地域のふれあい喫茶に訪問し、お話をお聞きました。Aさんは、「今は大丈夫」とのお返事でした。Aさんとのつながりが続けられるように、見守り相談室のワーカーが定期的なふれあい喫茶を訪問し、本人に声をかけるなど、ゆるやかな見守りをしています。

### 3 ニーズに沿った対応・支援

外出機会が減って、  
体力に自信が  
なくなっている。



地域包括支援センター

お身体の調子は  
いかがですか？



その後、65歳となられたので、地域包括支援センターの相談員にも関わってもらうことになりました。Bさんや見守り相談室のワーカーが顔を つなぎ、Aさんとお話をし、「最近、あまり外出していないから、体力をつけて、もっと外出したい！！」とのニーズを把握しました。Aさんは、地域活動への参加を続けながら、デイサービスを利用することになりました。

### 4 課題に対応するネットワークや仕組みづくり



その後、地域の活動者（ボランティア）から、「Aさんのような悩みを抱えた方が、地域にはほかにもいるようです」とのお話が地域支援担当の職員にありました。このような相談を受け、地域の方々や各関係部署で協力し、地域で体操ができる居場所づくりに向けた支援をおこなうことになりました。

## 能登半島地震 被災地支援の取り組み

令和6年元日に発生しました能登半島地震で、お亡くなりになられた方に追悼の意を表すとともに被災されましたすべての皆様にお見舞いを申し上げます。

平野区社会福祉協議会（平野地区募金会）では、1月より区在宅サービスセンター、老人福祉センターで義援金の募金箱を設置するとともに、窓口でも義援金を受け付けています。お預かりしました義援金は中央共同募金会を通じて、被災地の共同募金会に送金されます。

また、1月27日、30日には平野区内で街頭募金を実施。2日間で、**170,616円**ご協力いただきました。ありがとうございました。お預りしました義援金は石川県共同募金会にお届けします。

被災地支援の情報につきましては、平野区社協のホームページに掲載しています。



街頭募金の様子

協力スタッフ24人、ボランティアさん12人にご協力いただきました

MAP  
あるよ!

## 平野区つどいの場MAP Ver.5 百歳体操編

平野区内の「平野区つどいの場MAP Ver.5 百歳体操編」を作成しました！ぜひ活用ください！

掲載されている活動についての問い合わせは  
生活支援体制整備事業 ささえ愛支援員

06-6795-2525 まで!



## 平野区 地域包括支援センター 高齢者の身近な総合相談窓口

平野区地域包括支援センターでは、高齢者に関する総合相談の窓口として、ご本人、ご家族、支援者の方などからの相談を受け付けています。

相談内容に応じて、必要な介護サービスや福祉サービスなどの利用ができるように地域の関係者と連携して、総合的な支援をします。



相談無料

### 身近な相談窓口

地域包括支援センターにご相談を  
TEL 06-6795-1666

### 担当地域

平野地域・平野西地域・  
新平野西地域・平野南地域

※ 住所地ごとに担当の地域包括支援センターが割り当てられています。お住いの地域を担当する地域包括支援センターがご不明な場合は、お問い合わせください。

### 開所時間

月曜日～金曜日 9時～19時  
土曜日 9時～17時



## 生活に関するアンケート 経過報告

### ご協力ありがとうございました。

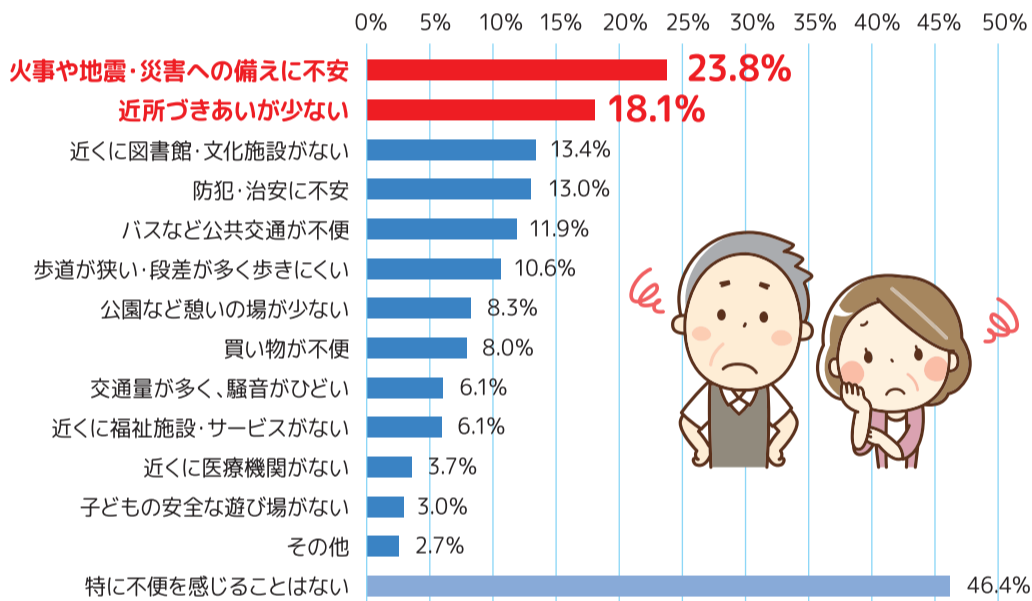
ささえ愛支援員は平野区にお住まいの高齢者のみなさまが、いつまでもいきいきと暮らせるように、「ご近所同士の助け合い活動」や「参加できる居場所づくり」などに取り組んでいます。

このたび、平野区内にお住まいの65歳以上の方を対象に、生活のようすや、暮らしのなかの困りごとについてお聞きするため、アンケート調査を実施しました。みなさまから、**6,692件**のご回答・ご意見をいただきました。ご協力ありがとうございました。いただいたご意見をもとに、今後、地域でのつながりづくり、高齢者の方々が活躍できる機会づくりなどに反映できるよう検討してまいります。



### アンケート結果の一部をお知らせします

#### お住まいの地域にどんな不便を感じますか(複数回答あり)



### アンケート調査から深掘り

#### 「災害時頼りになるのは近所の他人!?!」

大きな地震が起きた後は、多くの方が助けを必要としています。消防や警察、自衛隊などの公的な救助のほか、に頼りになるのがご近所の存在です。

阪神淡路大震災における救助活動では、**約98%が自助・共助(ご近所・地域)で救出されたといわれています**。災害への備えやご近所づきあいの少なさへの不安に対して、日頃から、地域の方との顔の見える関係づくりをおこなうことが大切です。まずはあいさつから始めてみませんか?

「私は毎日ラジオ体操に参加してる!」「月に1回だけ地域のふれあい喫茶にお手伝いに行ってる!」そうした社会参加の機会も大切だと考えます。



実施主体：平野区「有償活動プロジェクトチーム」

(平野区内地域包括支援センター、平野区役所、平野区まちづくりセンター、ひらのオレンジチーム、社会福祉法人優心会こうのとり、平野区社会福祉協議会)

協力：花園大学 神部智司 教授

## 平野区キャラバン・メイト 地域で活躍中!

キャラバン・メイトとは「認知症サポーター養成講座」の講師となる所定の研修を修了した方々です。

メイト活動は、基本ボランティア活動で養成講座の講師のほか、定期的に行われる連絡会での情報交換、地域における認知症啓発などおこなっています。

年に数回の公開講座のほか、受講希望者が5名以上いる場合、会場をご用意いただければ、地域に出向いて出前講座をおこなうこともできます。

また、連絡会に参加してみたい方、メイト活動に blanks があり不安のある方など、一度連絡会に参加されませんか?

問合せ 平野区キャラバン・メイト連絡会事務局(平野区見守り相談室内)  
TEL 06-6795-2577



# ふれあい喫茶 ボランティア交流会 で情報交換会

令和5年11月30日(木)午前・午後の2部制で、区内で開催しているふれあい喫茶のボランティアの方々を対象に「ふれあい喫茶ボランティア交流会」を開催し、34名(18団体)の参加がありました。

食中毒や衛生について、大阪東部ヤクルト販売株式会社の管理栄養士である高橋知子さんからお話がありました。特にアルコール消毒と次亜塩素酸ナトリウム消毒の違いのお話には、みなさん興味をもって聞いておられました。

また午前には、瓜破北地域の生方利子さん、午後は瓜破地域の前平靖江さんから、ふれあい喫茶の成り立ちや大事にしていることなどについてお話しいただきました。その後、グループに分かれ「ふれあい喫茶の良いところ、大事にしていること」「みなさんに聞きたいこと」について意見交換をおこない、情報を共有することができました。



活動継続のヒントを共有!!

## 参加者の声



### ●ふれあい喫茶の良いところ、大事にしていること

- ・ボランティア同士の交流や参加者との交流
- ・参加者の笑顔が元気につながる

### ●みなさんに聞きたいこと

- ・ボランティアの担い手について
- ・多くの方々に来てもらう工夫について

## 福祉ボランティア活動を応援!

平野区内で福祉ボランティア活動をおこなっている団体・グループ(構成メンバーが5名以上)に、善意銀行を活用し、「福祉ボランティア活動応援資金」として令和6年度中に活動をすすめるための必要な経費を助成します。

**払出額 3万円以内**

※審査の結果、助成されない場合もあります

**申請期間 令和6年3月15日(金)～4月12日(金)**

## ボランティア保険

安心して楽しく活動をするために

令和6年度のボランティア活動保険の加入申し込みを3月1日(金)から受付いたします!

補償期間

**令和6年4月1日～令和7年3月31日**

保険料

**Aプラン 300円**

**Bプラン 500円**

**Cプラン 600円**

問合せ：平野区ボランティア・市民活動センター  
TEL 06-6795-2200

## 「平野区社会福祉施設連絡会」～研修会を開催しました～

令和5年12月11日(月)に「社会福祉施設職員のためのメンタルヘルス研修」を開催しました。

平野区社会福祉施設連絡会は区内にある社会福祉施設73施設が加盟、相互に協力し、地域社会との連携、関係機関や団体との協調などをはかり、福祉の推進に取り組んでいます。そのひとつとして様々な研修・学習会を開催しています。

今回の研修では、講師として、大阪市社会福祉研修・情報センターのメンタルヘルス相談員である川岸育子さんをお招きしました。内容としては、メンタルヘルスの基礎、セルフケアなど、日頃より福祉業務に携わる施設職員が、自らを大切にすること、所属施設や職場のみんなが、相互に信頼し、大切にしようことがご利用者・ご家族様へのよりよい支援につながることを学びました。

コロナ禍で出来なかった取組みが少しずつ可能になってきました。本連絡会としてこれから取組みをより進めたいと考えています。



研修風景



## コラム 縁～えにし～

社協職員によるリレー投稿。地域福祉活動、職務に対する思いや、日々の業務の様子などをご紹介します。

平野区社会福祉協議会 見守り相談室 吉田 京子

みなさん「見守り相談室」をご存じですか?

私は、自分が働くまでは、その存在や役割を知りませんでした。

「見守り相談室」は、ご自身の困りごとやご近所、周りの気になる方の福祉についての相談をお受けし、適切な専門機関におつなぎする支援をしています。

多種多様なお悩み事があるなか、より細かく丁寧にお話をうかがうように心掛けています。「つながる」ことは、安心材料のひとつになると思っています。重たい気持ちも少し軽くなるのではないのでしょうか。

福祉のことでどこに相談したらいいかわからないとお悩みの方は、お気軽に見守り相談室にご相談ください。秘密は守ります。

今回は、金銭管理の相談で関わる「あんしんさぼーと」の職員が担当します。



丁寧にお話をお聞きします

## 地域活動ニュース

### 長吉川辺 シルバーフェスタ

長吉川辺地域は令和4年度に旧長吉西部地域から長吉長原地域と長吉川辺地域に分かれ、新しく出発しました。川辺小学校より、「新しくなった体育館をぜひ地域のみなさまに見ていただきたい」とありがたいお声をかけていただき、今年度、初めて「シルバーフェスタ」を開催しました。地域の諸団体の方々の多大なお力添えで、敬老会の式典だけではなく、コーラス、キッズダンス、フラダンス、楽器演奏、河内音頭と盛りだくさんの舞台発表に、手作り市やバザー、ふれあい喫茶やかき氷と大盛況でした。

この数年間、各地域で中止していた行事も再開し始め、少しずつ活気が戻ってきました。ふれあい喫茶は奇数月の第4日曜日に川辺会館で開催しています。みなさんお待ちかねだった百歳体操も12月から「お試し百歳体操」をしたところ、参加者の方々から「また参加したい!」と熱い要望もあり、来年度は、定期的に開催していく予定です。これからも地域のみなさまに喜んでいただける活動をしていきます!



元気いっぱいキッズダンス



すてきな歌声をお届け

定年後のあなた、ぜひご参加ください！

# 男の居場所 ひらりん 企画部

部員募集！

楽しくいろいろな企画をたててみよう！

たとえば…

- ・家族や友達との旅行
- ・近所で野球チームを作る
- ・みんなでスポーツ観戦
- ・パワースポット巡りツアー
- ・料理教室
- ・ボーリング大会…etc



やってみたいこと、なんでもOK！

いろいろな企画をたてて イベントを開催して 多くの人に、楽しんでもらいましょう！

日時	第1回 4月25日(木)午後1時30分～3時 簡単な企画のたて方講座、実際に企画してみよう！ 第2回 5月 9日(木)午後1時30分～3時 企画を完成させよう！	<a href="#">ホームページ</a> 
場所	ひらりん(平野区老人福祉センター)	
対象者	市内在住60歳以上の男性	
定員	なし(おひとり参加大歓迎)何名でもOK。	
参加費	無料	
持ち物	筆記用具・水分補給の飲み物・上履き ※館内は土足厳禁	
申込	電話または来館	

問合せ：ひらりん(平野区老人福祉センター) TEL 06-6793-0880 加美鞍作1-2-26

## 3/10 第6回 全員集合！ ボラセンまつり

～みんなで楽しくつながろう～

- 日時 3月10日(日)午後1時30分～4時30分(開場 午後1時)
- 場所 コミュニティプラザ平野(平野区民センター)長吉出戸5-3-58  
※駐車場には限りがあるので、お車でのお来場はご遠慮ください。
- 内容
- ステージ 楽器演奏、コーラス、新舞踊、創作阿波踊り、手話歌、歌体操など
  - ワークショップ 折り紙、民芸品絵つけ、タペストリーづくりなど
  - 販売コーナー 手作りパン、焼き菓子、手作り小物など
  - 体験コーナー 水性ネイル、シャボン玉、体力測定など
  - あそびコーナー おもちゃの修理、プラレール、絵本読み聞かせなど

主催：ボラセンまつり実行委員会  
事務局：平野区社会福祉協議会／平野区ボランティア・市民活動センター

## 共同募金へのご協力ありがとうございました

共同募金にご協力いただいた地域の方々・企業のみならず、ありがとうございました。集まった募金は、社会福祉協議会、社会福祉施設・団体などが行うさまざまな活動や被災地支援などに役立てられます。今後ともご理解・ご協力をよろしくお願いたします。

街頭募金	362,539
戸別募金	5,093,499
学校募金	30,332
職域募金	54,810
法人募金	195,445
バッジ募金	125,000
カード募金	36,500
その他	2,853
総額	5,900,978

(単位：円)



## 令和5年度 テーマ型募金 ひらの支え合いバンク

ひとり親世帯の方などで経済的に困っている世帯の方が増えています。「ひらの支え合いバンク」は、食糧や生活用品などをお届けすることで、経済的に困っている子どもたちや世帯の方をサポートするしくみです。集まった募金は、食糧などの購入費用に充てられます。

募集期間 令和6年1月～3月末 募金は平野区社会福祉協議会で受付していますので、ご協力よろしくお願いします。

問合せ：平野地区募金会 TEL 06-6795-2525

## 新しい教室紹介

## にこにこ教室 開催のご案内!!

初回は、4月24日(水)に開催するそうよ



長吉長原地域の65歳以上のみなさま、4月より、毎月1回にこにこ教室(介護予防教室)を開催することとなりました。お申込みされる際は、介護保険証が必要ですので、ご持参ください。

日時	毎月第4水曜日
時間	午前10時～11時30分
場所	長吉長原老人憩の家

問合せ：平野区社会福祉協議会 にこにこ教室 TEL 06-6795-2525

## 善意銀行 ご寄付ありがとうございます

令和5年9月から令和6年1月までの間に、次の方々から平野区社会福祉協議会 善意銀行への預託をいただきました。みなさまのお気持ちに感謝いたしますとともに、区内の福祉充実のために有効に活用させていただきます。

善意銀行への預託 (順不同、敬称略)	善意銀行の払出 (順不同、敬称略)
《金銭預託》合計 67,600円	《金銭払出》合計 130,000円
八上 隆久、ひらりん卓球同好会、ボランティア フレンドリー 大阪東部ヤクルト販売株式会社、匿名1名・1団体	二十歳のつどい実行委員会、綿帽子の会
《物品預託》平野区民生委員児童委員協議会、匿名1名	《物品預託》緊急食糧等提供事業
	子ども食堂「はやねはやおきかい」

※善意銀行への預託は、税法上(所得税・市民税)の寄付金控除の対象になります。

## 平野区社会福祉協議会 施設マップ・問合せ先



**くらしサポートセンター平野**  
〒547-8580 大阪市平野区背戸口3-8-19 (平野区役所1階19番窓口)  
TEL 06-6700-9250 FAX 06-6700-9251  
メール kurasapo1@pure.ocn.ne.jp  
相談日 月～金曜日 午前9時～午後5時30分  
※土・日曜、祝日、年末年始を除く



**ひらりん (平野区老人福祉センター)**  
〒547-0004 大阪市平野区加美鞍作1-2-26  
TEL 06-6793-0880 FAX 06-6793-0868  
開館日 月～土曜日 午前9時～午後5時  
※日曜、祝日、年末年始を除く



**平野区社会福祉協議会**  
〒547-0043 大阪市平野区平野東2-1-30  
平野区在宅サービスセンター(にこにこセンター)  
開館日 月～金曜日 午前9時～午後7時  
土曜日 午前9時～午後5時30分  
※日曜、祝日、年末年始を除く

- 地域支援  
生活支援体制整備事業  
地域福祉活動コーディネーター事業  
介護予防教室事業(にこにこ教室)  
生活福祉資金貸付相談窓口  
居宅介護支援事業  
TEL 06-6795-2525
- 平野区ボランティア・市民活動センター  
TEL 06-6795-2200
- 平野区地域包括支援センター  
TEL 06-6795-1666
- 平野区見守り相談室  
TEL 06-6795-2577
- 平野区あんしんさぽーと  
TEL 06-6795-2727

# 平野区 つどいの場MAP

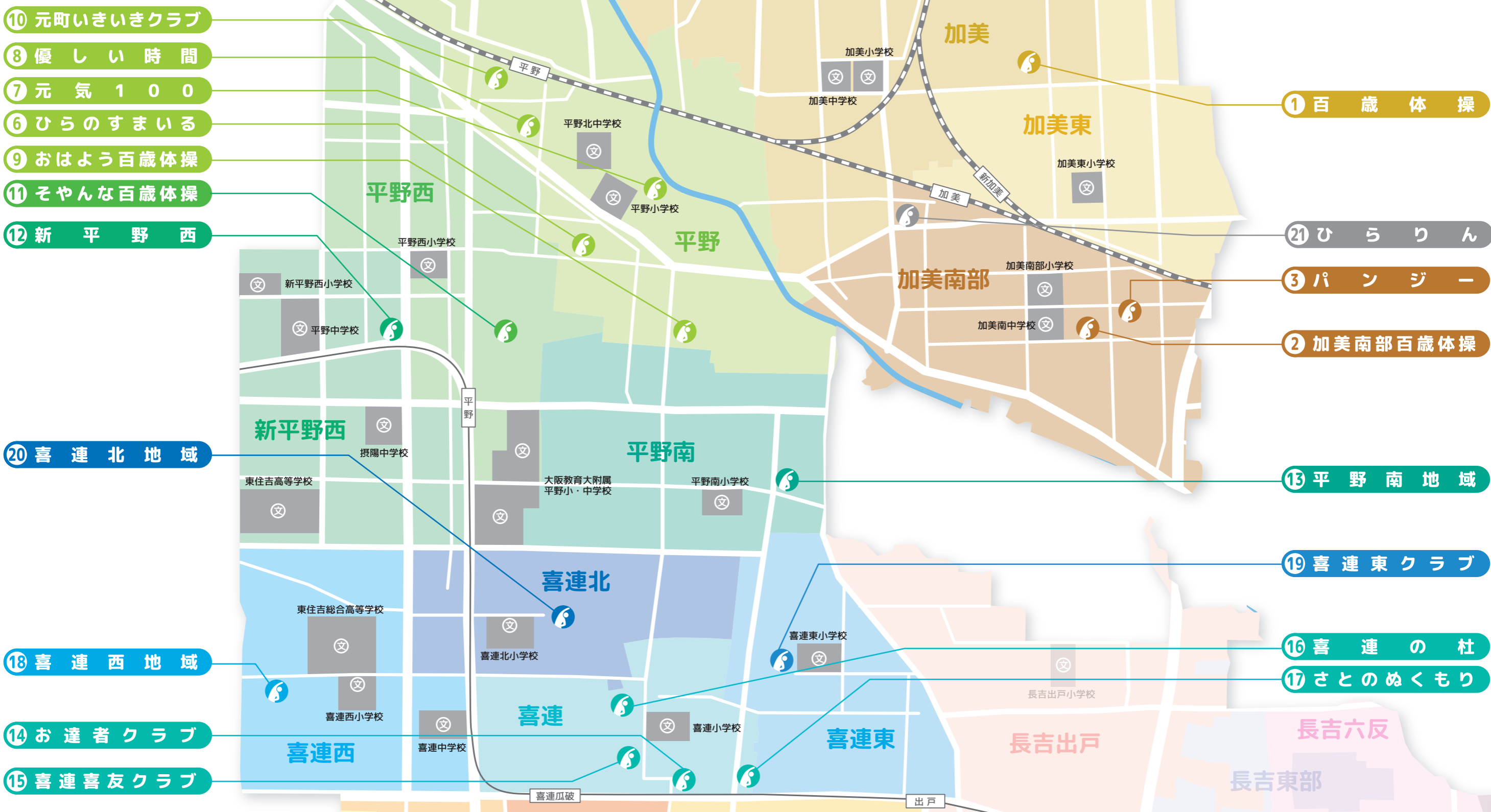
## 百歳体操 編

Ver. 5

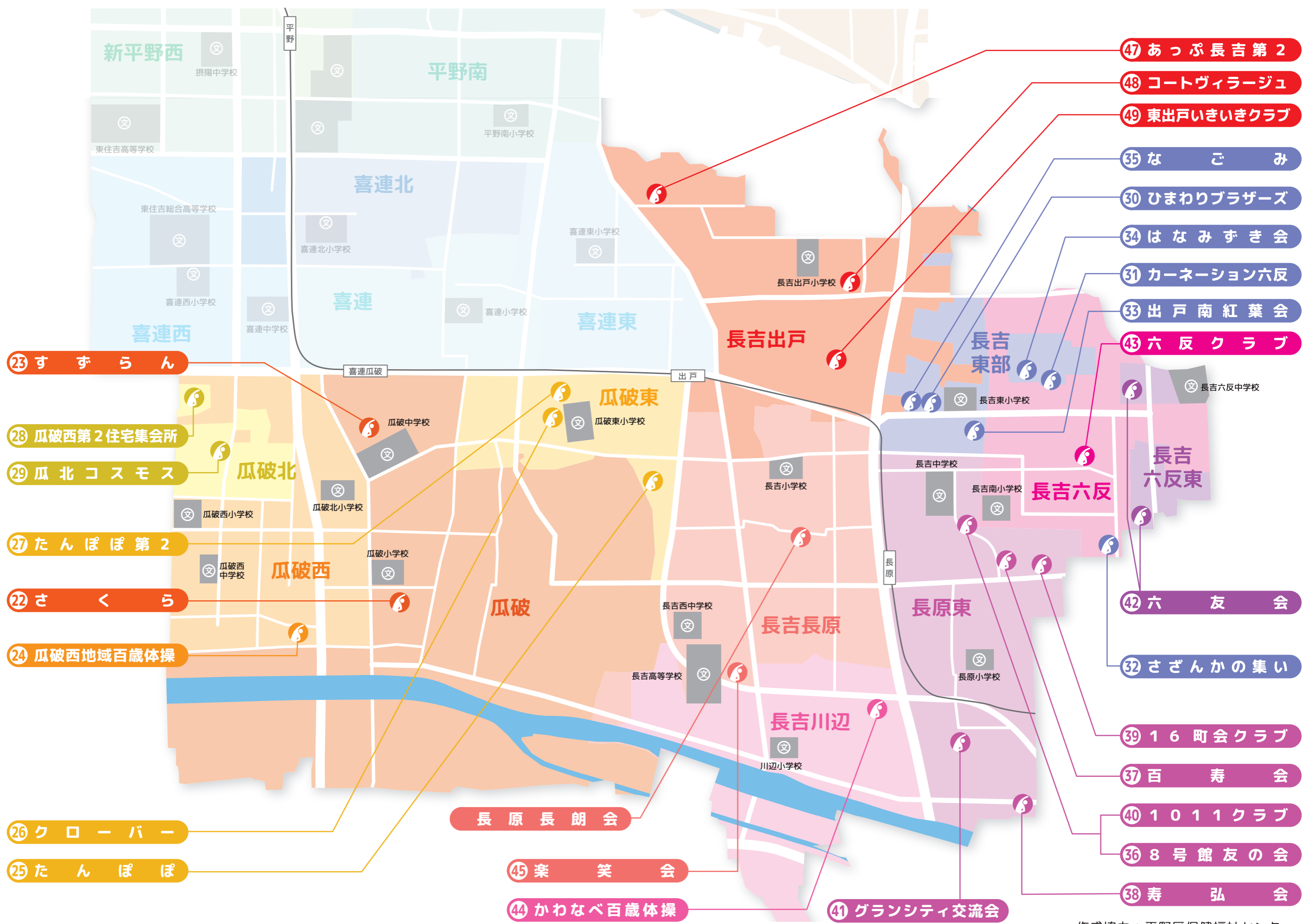
お問い合わせ TEL 06-6795-2525  
 平野区ささえ愛支援員 生活支援コーディネーター  
 令和6年3月発行

区内23地域では、各地域の特色にあわせて、気軽に参加でき、交流できる場所として、さまざまな“つどいの場(サロン活動)”を開催されています。このマップでは、地域のつどいの場の一部を紹介しておりますので、「参加してみたい!」「どんなところ?」「他にもある?」など気になることがありましたら、平野区社会福祉協議会までお問合せください。

「いきいき百歳体操」は手首足首におもりをつけ、DVDを観ながらゆっくりと手足を動かす筋力づくり運動です。特に足腰の筋力を強化します。体操をきっかけに近所に知り合いが増えることで、地域のつながりが強くなり、見守りや助け合いの活動につながります。ささえ愛支援員は平野区保健福祉センターとともに「百歳体操」の取組みを応援しています。まずはぜひ見学してみてください。



地域名	番号	名称	定例日	時間	場所	住所	他地域からの参加可否
加美	①	百歳体操	第1・3水 第2・4金	13:00 13:30	加美老人憩の家	加美東2-9-3	可
加美南部	②	加美南部百歳体操	第3・4水	11:00	鞍作公園集会所	加美南1-11-20	可
加美南部	③	パンジー	金	13:30	平野加美グランドハイツ2号棟集会所	加美南2-5-2	不可
加美北	④	百歳体操たすく	土	10:00	南巽リハビリデイサービスたすく	加美北1-1-11	可
加美北	⑤	加美北さくらの会	月	10:00	地域交流センター	加美北7-1-30	可
平野	⑥	ひらのすまいる	第2・4月	10:00	平野連合会館	平野上町2-5-22	不可
平野	⑦	元気100	第1・3・5土	10:00	平野老人憩の家	平野宮町2-2-24	可
平野	⑧	優しい時間	水	14:00	藤和ハイタウン平野駅前マンション集会場	平野元町8-15	不可
平野	⑨	おはよう百歳体操	第2・4土	8:30	みかづきデイサービス内	平野東2-2-29	可
平野	⑩	元町いきいきクラブ	第1・3月	13:30	元町センター	平野元町1-16	可 (要相談)
平野西	⑪	そやんな百歳体操	第2・第4水	10:00	平野西会館	平野本町1丁目10-12	可 (要相談)
新平野西	⑫	新平野西	第2・4金	13:30	新平野西コミュニティ会館	背戸口3-3-12	不可 (要相談)
平野南	⑬	平野南地域	金	①13:30 ②14:30	平野南会館1階	平野南3-11-53	不可
喜連	⑭	お達者クラブ	金	13:00	喜連住宅3棟集会所	喜連7-4	不可
喜連	⑮	喜連喜友クラブ	月	9:00	喜連第2住宅集会所	喜連4-10-1	可
喜連	⑯	喜連の杜	水	13:30	特別養護老人ホーム喜連の杜	喜連4-6-19	不可
喜連	⑰	さとのぬくもり	水	14:00	(株)さとのぬくもり	喜連東3-5-65	可
喜連西	⑱	喜連西地域	第1・3金	13:30	喜連西老人憩の家	喜連西3-3-6	可
喜連東	⑲	喜連東クラブ	第2・4月	15:00	喜連東小学校(多目的教室)	喜連東2-2-17	可
喜連北	⑳	喜連北地域	火	13:30	喜連北老人憩の家	喜連1-8-18	不可
	㉑	ひらりん(平野区老人福祉センター)	火	①10:00 ②11:00	老人福祉センター ひらりん	加美鞍作1-2-26	可



作成協力：平野区保健福祉センター

地域名	番号	名称	定例日	時間	場所	住所	他地域からの参加可否
瓜破	22	さくら	第2・4火	14:00	瓜破老人憩の家	瓜破7-2-7	不可
瓜破	23	すずらん	月	10:00	瓜破2丁目住宅集会所	瓜破2-4	不可
瓜破西	24	瓜破西地域百歳体操	火 (第5はなし)	①13:30 ②14:15	瓜破西老人憩の家	瓜破6-2-6	不可
瓜破東	25	たんぼぼ	水 (第5はなし)	13:30	瓜破東老人憩の家	瓜破東4-5-69	可
瓜破東	26	クローバー	水	13:30	瓜破東第3住宅3号館集会所	瓜破東2-2-3	可
瓜破東	27	たんぼぼ第2	土	13:30	瓜破東2丁目集会所	瓜破東2-4-1	可
瓜破北	28	瓜破西第2住宅集会所	月 (第5はなし)	①14:00 ②15:00	瓜破西第2住宅集会所	瓜破西1-1-3	可
瓜破北	29	瓜北コスモス	水 (第5はなし)	10:30	瓜破北連合町会集会所	瓜破西1-5-25	可
長吉東部	30	ひまわりブラザーズ	月	13:30	長吉出戸南第1住宅1町会集会所	長吉出戸8-10-1	不可
長吉東部	31	カーネーション六反	月	13:30	長吉六反住宅2号館集会所	長吉六反1-11-2	不可
長吉東部	32	さざんかの集い	第2・4火	13:30	長吉東部憩の家	長吉六反5-10-19	可
長吉東部	33	出戸南 紅葉会	水	14:00	長吉出戸南第1住宅4号館集会所	長吉出戸8-11-4	不可 (要相談)
長吉東部	34	はなみずき会	月・金	13:30	長吉六反第1住宅集会所	長吉六反1-11	不可
長吉東部	35	なごみ	第1・2月	13:30	出戸南第1住宅第2・3号集会所	長吉出戸8-3	不可
長原東	36	8号館 友の会	第2木	13:00	長吉長原東住宅8号館集会所	長吉長原東1-11-8	可
長原東	37	百寿会	月	13:30	長吉長原東第2住宅13号館集会所	長吉長原東2-7-13	不可
長原東	38	寿弘会 (コトヒロカイ)	水	13:00	長吉川辺東住宅集会所	長吉川辺3-21-1	可
長原東	39	16町会クラブ	火	13:30	長原東住宅16号館集会所	長吉六反3-11-16	不可
長原東	40	1011クラブ	第2・4水	①13:00 ②14:00	長吉長原東住宅10・11号館共同集会所	長吉長原東1-11-25	可
長原東	41	グランシティ交流会	第2・4金	10:00	グランシティ内集会所	長吉川辺3-9-10 グランシティ	不可
長吉六反東	42	六友会	水	13:30	隔週で場所変更 ①六反東第1住宅東集会所 ②六反北住宅集会所	①長吉六反5-1-7 ②長吉六反4-5	不可
長吉六反	43	六反クラブ	第2・4水	13:30 13:00	六反会館	長吉六反2-10-15	可
長吉川辺	44	かわなべ百歳体操	第2金	14:00	川辺会館	長吉川辺2丁目1-20	可
長吉長原	45	楽笑会	木	13:00	長吉長原西第6住宅集会所	長吉長原西3-10-6	可 (要相談)
長吉長原	46	長原長朗会	水・日	10:00	長吉長原老人憩いの家	長吉長原3-9-10	不可
長吉出戸	47	あっぷ長吉第2	水	10:00	長吉第2住宅集会所	長吉出戸1-5-6	可
長吉出戸	48	コートヴィラージュ	木	9:00	コートヴィラージュ平野集会所	長吉出戸3-2-45	不可
長吉出戸	49	東出戸いきいきクラブ	土	10:00	東出戸会館	長吉出戸6-8-17	可