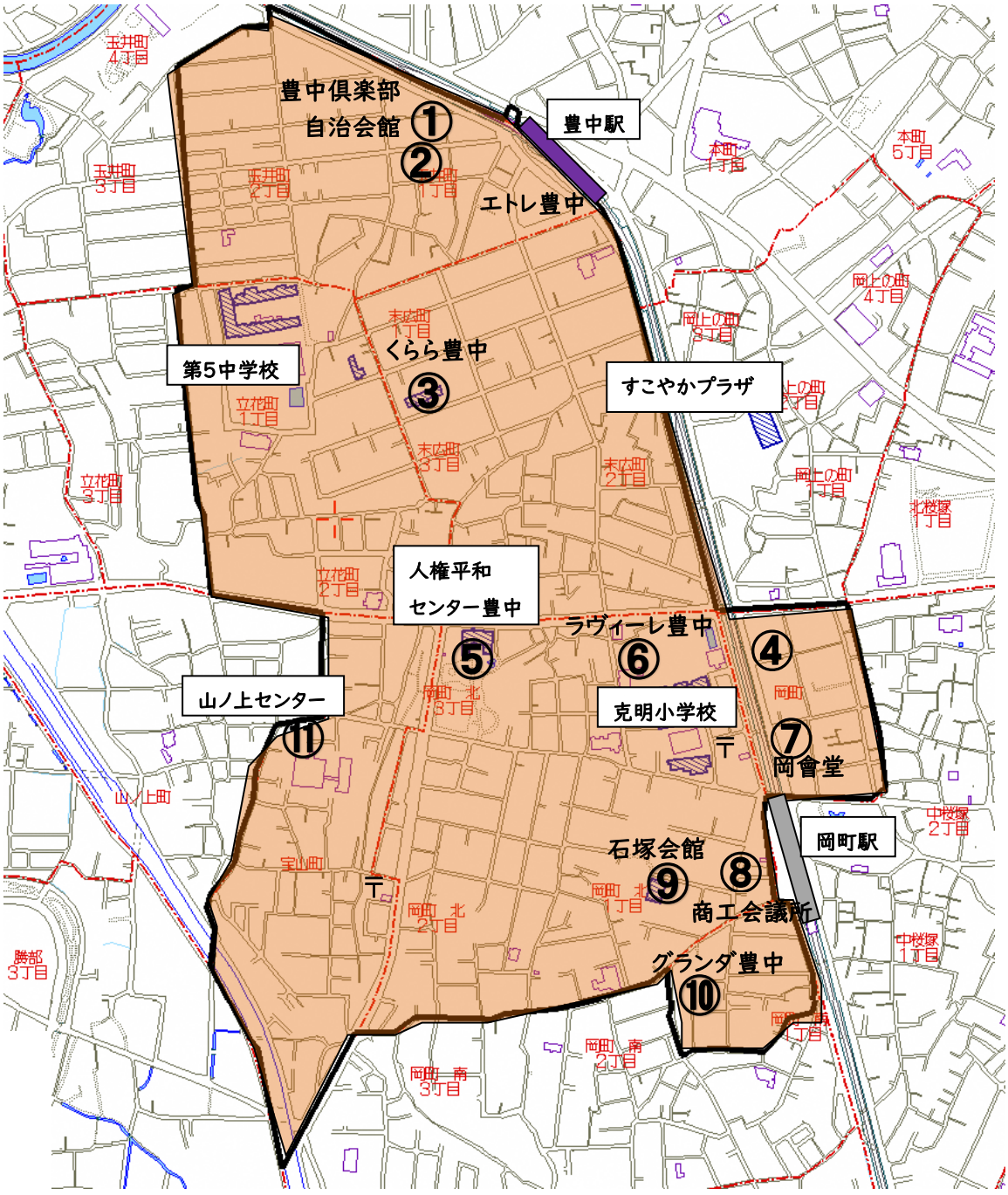
# 克明校区エリア




番号と表は連動しています。

詳細は表を参照してください。

| 名称 | | 場所 | 問い合わせ | 主な活動 | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 日時 | 費用と参加要件 | 運動 | 交流 | 趣味 | その他 |
| ①<br>(1) | **克明校区<br>なんでも相談** | 玉井町 1-10-4<br>豊中倶楽部自治会館 | 06-6848-1279<br>豊中市社会福祉協議会<br>地域支援係 | | | | |
| | | 第 3 木曜日<br>13 時半～16 時 | 無料<br>どなたでも可 | | | | |
| ①<br>(2) | **健プロ体操<br>「椅子体操クラス」**<br>脚の筋力や歩く力を高める体操（60 分） | 玉井町 1-10-4<br>豊中倶楽部自治会館 | 080-9479-9911<br>（担当：片平）<br>受付：平日 9 時～19 時 | ○ | ○ | ○ | |
| | | 第 1・3 金曜日、第 2・4 木曜日<br>① 9 時半～10 時半<br>② 11 時～12 時 | 月 2 回 2,500 円<br>入会金 3,000 円<br>体験 1,000 円<br>定員 12 名 | | | | |
| | **健プロ体操<br>「マット体操クラス」**<br>姿勢を整え下半身を鍛える体操（75 分） | 玉井町 1-10-4<br>豊中倶楽部自治会館 | 080-9479-9911<br>（担当：片平）<br>受付：平日 9 時～19 時 | ○ | ○ | ○ | |
| | | 第 1・3 木曜日、第 2・4 金曜日<br>① 9 時半～10 時 45 分<br>② 11 時 15 分～12 時半 | 月 2 回 3,500 円<br>入会金 3,000 円<br>体験 1,000 円<br>定員 9 名 | | | | |
| ② | **ほくせつ医療生協<br>健康づくりセンター<br>たまい** | 玉井町 1-8-22-102 | 06-6840-7601 | ○ | ○ | ○ | |
| | | 体操等時期によって異なるため要問い合わせ | 無料（一部実費負担あり）<br>体験はいつでも可<br>ほくせつ医療生協要入会 | | | | |
| ③ | **「とよなか<br>パワーアップ体操」<br>自主グループ**<br>【すえひろ】 | 末広町 1-9-13<br>メディカル・リハビリホームくらら豊中 | 直接会場へ | ○ | | | |
| | | 毎週月曜日<br>10 時～11 時 | 無料<br>どなたでも可 | | | | |

| 名称 | | 場所 | 問合せ | 主な活動 | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 日時 | 費用と参加要件 | 運動 | 交流 | 趣味 | その他 |
| ④ | フラダンス教室 | 岡町 3-6<br>アソルティ豊中岡町 3 階<br>スタジオウエスト | 070-8585-1093<br>（市山） | ○ | ○ | ○ | |
| | | 第 1～4 火曜日<br>（第 5 火曜日休み）<br>①13 時～14 時<br>ゆっくりエンジョイクラス<br>（初心者）<br>②14 時 15 分～15 時半<br>一般クラス（経験者） | 月 4 回 8,000 円 | | | | |
| ⑤<br>（1） | 克明校区<br>さくらの会<br>（ひとり暮らし老人の会） | 岡町北 3-13-7<br>人権平和センター豊中<br>老人憩の家 | 06-6848-1279<br>豊中市社会福祉協議会<br>地域支援係 | | ○ | | |
| | | 5 月 12 月以外の<br>第3月曜日<br>12 時～ | ひとり暮らし老人の会会費<br>（平均 1 回 300 円）<br>※年会費 1,000 円 | | | | |
| ⑤<br>（2） | ほっとス | 岡町北 3-13-7<br>人権平和センター豊中<br>老人憩の家 | 06-6841-5300<br>とよなか<br>人権文化まちづくり協会 | ○ | ○ | ○ | |
| | | 毎週金曜日（祝日休み）<br>13 時半～15 時 | 要事前申し込み | | | | |
| ⑤<br>（3） | 克明校区<br>ぐんぐん元気塾 | 岡町北 3-13-7<br>人権平和センター豊中<br>老人憩の家 | 06-6848-1279<br>豊中市社会福祉協議会<br>地域支援係 | ○ | ○ | | |
| | | 毎週水曜日<br>10 時～12 時<br>（3 部制） | 無料<br>克明校区の高齢者 | | | | |

| 名称 | | 場所 | 問合せ | 主な活動 | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 日時 | 費用と参加要件 | 運動 | 交流 | 趣味 | その他 |
| ⑤<br>（4） | 人権平和センター豊中<br><br>サークル | 岡町北 3-13-7<br>人権平和センター豊中<br>老人憩の家 | 06-6841-1313<br>人権平和センター豊中 | ○ | ○ | ○ | |
| | | | どなたでも可 | | | | |
| | 令和6年度<br><br>一覧<br><br>（時期により時間や月額が異なるため、詳細は問い合わせて下さい） | ①豊中カラオケ同好会（カラオケ） 毎週火曜日 9 時～12 時 月額 3,000 円<br>②なかよし葉月会（ボールペン字） 第 1・3 水曜日 10 時～12 時 月額 1,250 円<br>③リズム体操（リズム体操） 毎週木曜日 10 時～11 時半 月額 2,000 円<br>④劇団「金夢太郎飴」（演劇） 公演前の土曜日や平日夜間 無料<br>⑤ヨガサークル（ヨガ） 第 1・(2)・4・5 月曜日 10 時～11 時半 月額 1,000 円<br>⑥水墨画同好会（水墨画） 第 1 火曜日 10 時～12 時 月額 1,200 円<br>⑦パソコンサークル「虹」（パソコン教室） 第 1～3 月曜日 14 時～16 時<br>月額 1,000 円<br>⑧フラワーズ（生け花） 第 1・3 木曜日 13 時半～16 時 月額 4,000 円<br>⑨中国文化同好会（太極拳） 毎週金曜日 16 時～18 時 月額 3,000 円<br>⑩踊り同好会「志の山会」（日本舞踊（新舞踊）） 毎週水曜日 13 時～16 時<br>月額 3,000 円<br>⑪パソコン「あじさい」（パソコン教室） 第 1～3 火曜日 14 時～16 時 月額 1,500 円<br>⑫バランスボール「フレッシュ！」（ボールエクササイズ）<br>第 2・4・5 土曜日 10 時～11 時半 月額 300～900 円<br>⑬アロハフラ豊中（フラダンス） 第 1・2・3 月曜日 13 時半～15 時 月額 3,000 円<br>⑭健康ジャンの会（麻雀） 毎週月～土曜日 13 時～17 時 入会 500 円 月額 300 円<br>⑮木曜ヨーガサークル（ヨガ） 毎週木曜日 13 時～16 時 月額 500～2,500 円<br>⑯おどりサークル「佑華の会」（日本舞踊（新舞踊）） | | | | |
| | | 毎週土曜日 13 時～17 時 月額 3,000 円<br>⑰手話サークル「このゆびなあに」（手話） 第 1・3 月曜日 14 時～15 時半 無料<br>⑱フォトサークル薫風 in 豊中（カメラ・写真） 第 2 金曜日 9 時半～12 時<br>月額 1,000 円<br>⑲とどろき笑いヨガクラブ（笑いヨガ） 第 1 月曜日 10 時半～11 時半 無料<br>（轟木公園の場合あり）<br>⑳楽しいピンポン同好会（卓球） 第1・2・4・5火曜日 13 時～16 時 入会金 1,000 円<br>㉑憲法を考える女性有志の会（人権や平和の学び） 不定期 無料<br>㉒初心者向けスマホ相談 毎月第4月曜日 13 時半～15 時 無料 | | | | |

| 名称 | | 場所 | 問い合わせ | 主な活動 | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 日時 | 費用と参加要件 | 運動 | 交流 | 趣味 | その他 |
| ⑥ | 「とよなか パワーアップ体操」<br>自主グループ<br>【ラヴィーレ】 | 岡町北 3−5−22<br>SOMPO ラヴィーレ豊中 | 直接会場へ | ○ | | | |
| | | 毎週木曜日<br>14 時～15 時 | 無料<br>どなたでも可 | | | | |
| ⑦ | 「とよなか パワーアップ体操」<br>自主グループ<br>【おかまちパワーアップ体操】 | 岡町 1−12<br>岡會堂 2 階 | 06−6841−9384<br>中央地域包括支援センター | ○ | | | |
| | | 毎週金曜日<br>10 時～11 時 | 無料<br>岡町自治会会員及び岡町近隣住民 | | | | |
| ⑧ | 豊中商工会議所<br>パソコン教室 | 岡町北 1−1−2<br>豊中商工会議所 3 階 | 06−6840−5539 | | | | パソコン相談 |
| | | 月・木・土曜日<br>9 時～18 時<br>火・水・金曜日<br>9 時～20 時半<br>定休日 日曜日・祝日 | 要問い合わせ | | | ○ | |
| ⑨ | 克明校区<br>いきいきふれあいサロン | 岡町北 1−4−1<br>石塚会館 | 06−6848−1279<br>豊中市社会福祉協議会<br>地域支援係 | | ○ | | |
| | | 第 2 水曜日<br>13 時半～16 時 | 克明校区の住民<br>無料 | | | | |
| ⑩ | 「とよなか パワーアップ体操」<br>自主グループ<br>【グランダ豊中（月曜日グループ）】 | 岡町南 1−5−9<br>有料老人ホームグランダ豊中 | 直接会場へ | ○ | ○ | | |
| | | 毎週月曜日<br>10 時～11 時 | 無料<br>どなたでも可 | | | | |
| ⑪ | 「とよなか パワーアップ体操」<br>自主グループ<br>【りんどう】 | 宝山町7−5<br>共同利用施設山ノ上センター | 06−6836−9764<br>柴原地域包括支援センター | ○ | ○ | | |
| | | 毎週金曜日<br>10時半～11時半 | 無料<br>どなたでも可 | | | | |