

令和8年度  
(2026年度)

緑地地域包括支援センター

# おでかけマップ



## .....はじめに.....

このおでかけマップは、地域で暮らす皆さまが、必要な支援やサービスを安心して利用できるように作成しました。

本冊子では、地区ごとの暮らしに役立つ情報をまとめています。困ったときや気になることがあるときに、ぜひご活用ください。住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、地域の皆さまと共に支え合うまちづくりを進めてまいります。

本冊子に掲載している情報は、作成時点の内容に基づいています。サービス内容や連絡先などが変更となる場合がありますので、最新の情報については各機関へ直接お問い合わせいただくか、地域包括支援センターまでご確認ください。

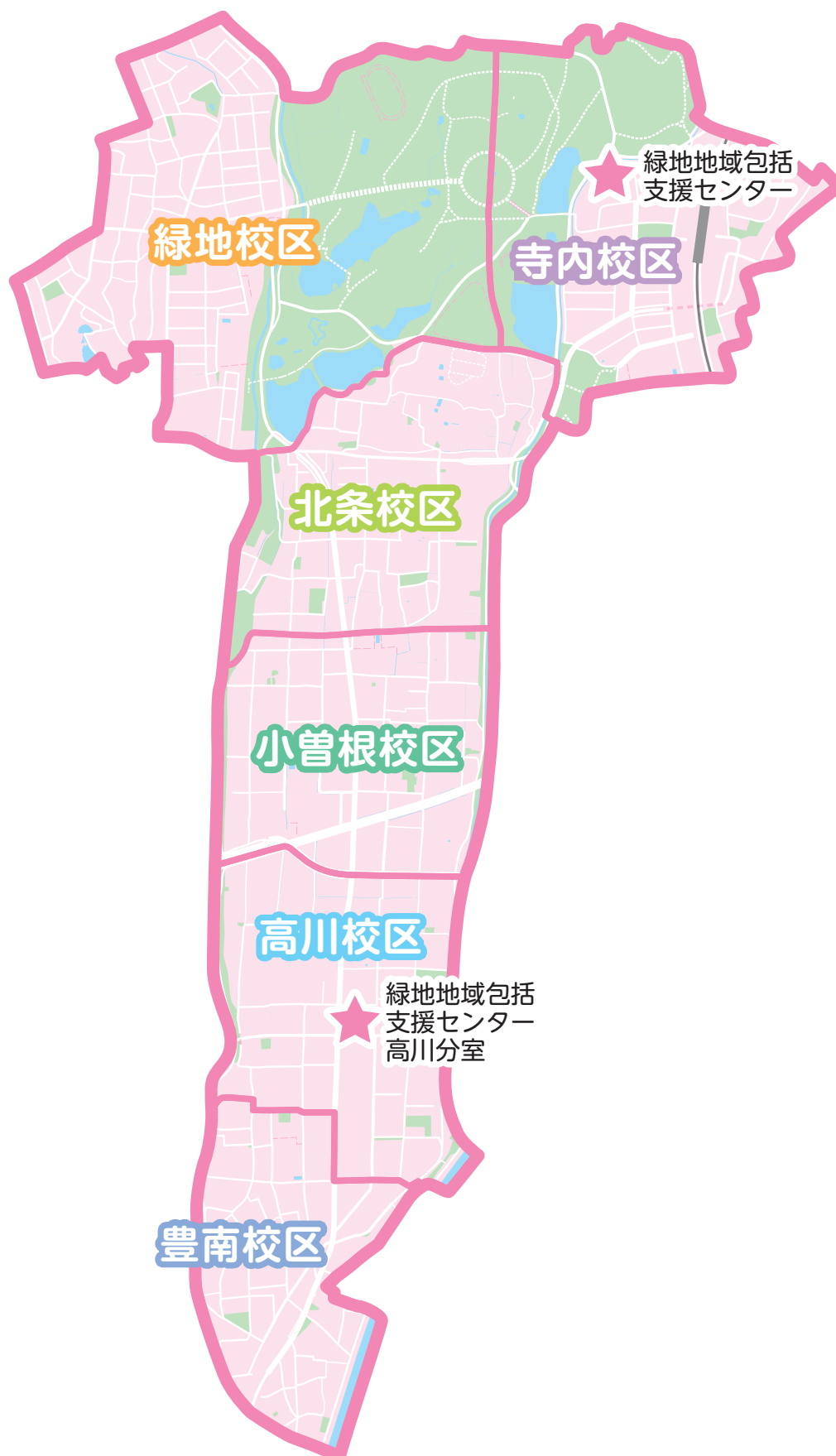
また、記載内容に誤りやお気づきの点がございましたら、お知らせいただけますと幸いです。より良いマップとなるよう皆様の声を今後の改善に活かしてまいります。

緑地地域包括支援センター

## .....目次.....

|             |       |
|-------------|-------|
| 寺内校区 .....  | 4～ 5  |
| 緑地地区 .....  | 6～ 7  |
| 北条校区 .....  | 8～ 9  |
| 小曾根校区 ..... | 10～11 |
| 高川校区 .....  | 12～13 |
| 豊南校区 .....  | 14～15 |

## 緑地圏域全体図



## 寺内校区



| 名 称                    | 場 所<br>日 時                             | 問い合わせ先<br>費用／参加要件                       | 主な活動                                                                                                                                                                        |
|------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ① ぐんぐん元気塾              | 寺内会館<br>毎月第1～4水曜日 10:00～               | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                 |       |
| ① ふれあいサロン              | 寺内会館<br>毎月第1～3水曜日<br>10:00～11:30       | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                 |                                                                                          |
| ① 麻雀クラブ                | 寺内会館<br>毎月第2・第4水曜日<br>13:00～17:00      | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279<br>※寺内校区の方限定    |       |
| ① 囲碁部                  | 寺内会館<br>毎週月曜日 13:00～17:00              | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279<br>※寺内校区の方限定    |       |
| ① 寺内あぐり                | 寺内会館<br>毎週日曜日 10:00～11:00              | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279<br>※寺内校区の方限定    |       |
| ② ひまわり会<br>(一人暮らし老人の会) | ローズコミュニティ<br>不定期                       | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                 |                                                                                        |
| ② 福祉なんでも相談             | ローズコミュニティ<br>毎月第1・第3火曜日<br>10:00～12:00 | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279<br>※第1週はスマホ相談あり |                                                                                        |
| ② 通いの場<br>花みずき         | ローズコミュニティ<br>毎週木曜日 15:30～              | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |                                                                                        |
| ② 通いの場<br>コミュニティぼっちゃん  | ローズコミュニティ<br>毎月第4木曜日 10:00～11:00       | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |                                                                                        |
| ② オレンジカフェ<br>ほっと愛カフェ   | ローズコミュニティ<br>毎月第3木曜日 13:00～14:30       | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |                                                                                        |
| ② オレンジカフェ<br>福わらい      | ローズコミュニティ<br>毎月第3火曜日 10:00～            | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |                                                                                        |
| ③ 通いの場<br>グランダ緑地公園     | グランダ緑地公園<br>毎週金曜日 10:00～11:00          | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |                                                                                        |
| ④ 通いの場<br>楽笑会          | 緑地グランドマンション<br>毎週火曜日 14:00～16:00       | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |                                                                                        |
| ⑤ オレンジカフェ<br>千里山病院     | 千里山病院<br>偶数月第2木曜日<br>14:00～15:00       | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |   |

## 緑地校区



| 名 称                                                            | 場 所<br>日 時                                 | 問い合わせ先<br>費用／参加要件                                                                             | 主な活動                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ① ぐんぐん元気塾                                                      | 長興寺会館<br>毎月第1・2・4水曜日、20日<br>10:00～12:00    | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                                                                       |                                                                                                |
| ① 福祉なんでも相談                                                     | 長興寺会館<br>毎月第1・2・4水曜日、20日<br>10:00～12:00    | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                                                                       |                                                                                                                                                                                   |
| ① 緑地会                                                          | 長興寺会館<br>不定期                               | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                                                                       |                                                                                                |
| ② OPHカフェサロン                                                    | OPH服部緑地<br>毎月第3水曜日 10:00～12:00             | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577                                                                  |                                                                                                |
| ② <span style="background-color: #90EE90;">通いの場</span><br>みどり会 | OPH服部緑地<br>毎月第1・2・4・5水曜日<br>10:00～11:00    | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577                                                                  |                                                                                              |
| ③ 服部緑地公園<br>(ラジオ体操)                                            | 服部緑地公園 こどもの楽園<br>毎日 6:30～                  | 地域の方が自主的に開催                                                                                   |                                                                                            |
| ③ 服部緑地公園 (太極拳)                                                 | 服部緑地公園<br>スケートボードパーク周辺<br>毎週土曜日 9:30～11:00 | 地域の方が自主的に開催<br><span style="background-color: #808080; color: white;">費用</span> 1,000円 (初回のみ) |  <br> |

## 北条校区



| 名 称                           | 場 所<br>日 時                             | 問い合わせ先<br>費用／参加要件                       | 主な活動                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ① ぐんぐん元気塾                     | 北条西会館<br>毎週木曜日 10:00～12:00             | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                 |       |
| ① 福祉なんでも相談                    | 北条西会館<br>毎週木曜日 10:00～12:00             | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279<br>※第3週はスマホ相談あり |                                                                                          |
| ① ふれあいサロン                     | 北条西会館<br>毎月第2水曜日 13:00～                | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                 |       |
| ② ぐんぐん元気塾                     | 若竹中自治会館<br>毎週水曜日 13:30～                | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                 |       |
| ③ ふれあいサロン                     | 若北会館<br>毎月第4水曜日 13:00～                 | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                 |       |
| ③ コスモス会                       | 若北会館<br>毎月第3水曜日                        | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                 |   |
| ④ <span>通いの場</span><br>あおやぎ会  | 若竹1丁目 自治会館<br>毎週木曜日 10:00～             | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |   |
| ⑤ <span>通いの場</span><br>北条東集会所 | 北条東集会所<br>毎月第1・3水曜日<br>10:00～11:00     | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |   |
| ⑥ <span>通いの場</span><br>若葉グループ | 若竹2丁目 自治会館<br>毎月第2・4水曜日<br>14:00～16:00 | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577            |   |

## 小曽根校区



| 名 称                           | 場 所<br>日 時                                    | 問い合わせ先<br>費用／参加要件                                     | 主な活動                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ① ぐんぐん元気塾                     | 小曽根校区 南郷の家<br>毎週火曜日 10:00～10:30               | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                               |       |
| ① 南郷の家                        | 小曽根校区 南郷の家<br>[休館日] 金曜日・祝日・盆・<br>年未年始         | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                               |       |
| ① ふれあいサロン                     | 小曽根校区 南郷の家<br>毎月第1・第3火曜日<br>9:00～12:00        | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                               |       |
| ① ふれあい給食                      | 小曽根校区 南郷の家<br>毎月第3日曜日（8・12月除く）<br>11:00～13:00 | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                               |       |
| ① 福祉なんでも相談                    | 小曽根校区 南郷の家<br>毎月第1月曜日 9:00～11:00              | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279                               |                                                                                        |
| ② <span>通いの場</span><br>さくらクラブ | 小曽根センター<br>毎週火曜日 13:30                        | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577                          |   |
| ③ <span>通いの場</span><br>小曽根東会館 | 小曽根東会館<br>毎週日曜日 10:00～10:30                   | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577                          |   |
| ④ <span>通いの場</span><br>リスさん   | リハビリ専門施設 リ・ハビリス<br>毎週水曜日 9:15～10:00           | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577                          |   |
| ⑤ おぞねっと                       | ベースおぞねっと<br>毎月第3木曜日 10:00～12:00               | 小曽根小学校区<br>地域自治協議会<br>費用 100円<br>※詳細は地域包括支援センタ<br>ーまで |                                                                                        |

## 高川校区



| 名 称                                                                      | 場 所<br>日 時                                | 問い合わせ先<br>費用／参加要件                  | 主な活動                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ① ぐんぐん元気塾                                                                | 高川老人憩の家<br>毎週水曜日 10:00～12:00              | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279            |       |
| ① 福祉なんでも相談                                                               | 高川複合施設3階<br>毎月第1水曜日 10:00～12:00           | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279            |                                                                                          |
| ① 配食サービス                                                                 | 高川老人憩の家<br>毎月第3日曜日                        | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279            |                                                                                          |
| ① 高川カフェ                                                                  | 高川複合施設3階<br>毎月第2火曜日 13:00～15:00           | 高川地域福祉活動<br>支援センター<br>06-6335-1560 |       |
| ① <span style="background-color: #90EE90;">通いの場</span><br>生き生き体操         | 高川老人憩の家<br>毎週水曜日 10:00～                   | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577       |       |
| ① お針の会 たまてばこ                                                             | 高川複合施設3階<br>毎月第3木曜日 13:30～14:30           | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577       |       |
| ① 高川老人憩の家<br>(クラブ活動など)                                                   | 高川老人憩の家<br>[休館日] 日曜日・祝日・盆・<br>年未年始        | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577       |     |
| ① ふらっと倶楽部                                                                | ※詳細は連絡してご確認ください                           | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577       |   |
| ① <span style="background-color: #FFA500;">オレンジカフェ</span><br>よってほっと高川    | 高川図書館 集会室<br>毎月第2木曜日 13:30～14:30          | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577       |   |
| ① 高川スポーツルーム                                                              | 高川複合施設2階<br>9:00～21:00<br>[休館日] 毎月末日、年未年始 | 高川スポーツルーム<br>06-6336-7840          |   |
| ① <span style="background-color: #00CED1;">パワーアップ体操</span><br>高川介護予防センター | 高川介護予防センター<br>月曜日～土曜日(祝日除く)<br>9:30～10:00 | 高川介護予防センター<br>06-6335-1015         |   |
| ② ぐんぐん元気塾                                                                | 高川会館<br>第1・2・4金曜日<br>10:00～12:00          | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279            |   |
| ② ふれあいサロン                                                                | 高川会館<br>毎月第3金曜日                           | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279            |   |
| ③ <span style="background-color: #FFA500;">オレンジカフェ</span><br>清浄苑カフェ      | 清浄苑<br>毎月第4木曜日 14:00～15:00                | 清浄苑<br>06-6335-0293                |   |
| ④ ふるる2号館                                                                 | ふるる2号館<br>第1・3木曜日 10:00～11:00             | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577       |   |

## 豊南校区



| 名 称                                                            | 場 所<br>日 時                            | 問い合わせ先<br>費用／参加要件            | 主な活動                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ① ぐんぐん元気塾                                                      | 豊南会館<br>第1～3火曜日・第4水曜日                 | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279      |   |
| ① 福祉なんでも相談                                                     | 豊南会館<br>第1～4木曜日 13:00～15:00           | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279      |                                                                                      |
| ① おしゃべりサロン                                                     | 豊南会館<br>毎月第4木曜日 13:00～15:00           | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279      |                                                                                      |
| ② 豊南老人憩の家<br>(クラブ活動など)                                         | 豊南老人憩の家<br>[休館日] 日曜日・祝日・盆・<br>年未年始    | 豊南老人憩の家<br>06-6331-6880      |   |
| ② 豊南老人憩の家<br>(100円喫茶、カラオケ)                                     | 豊南老人憩の家<br>毎月第2月曜日 13:00～15:00        | 豊南老人憩の家<br>06-6331-6880      |   |
| ② <span style="background-color: #90EE90;">通いの場</span><br>さくら会 | 豊南老人憩の家<br>毎月第1・3・4水曜日<br>10:30～11:30 | 緑地地域包括支援センター<br>06-6867-0577 |                                                                                    |
| ③ 独居老人給食会                                                      | 豊南小学校北館2階<br>毎月3日 11:00～              | 社会福祉協議会<br>06-6848-1279      |                                                                                    |

## 生活・福祉に関する相談窓口

— 緑地圏域 —

### 緑地地域包括支援センター ほっと

☎ 06-6867-0577

📍 豊中市寺内1-1-10  
ローズコミュニティ緑地内

担当校区 寺内・緑地・北条



### 緑地地域包括支援センター ほっと 高川分室

☎ 06-7650-8513

📍 豊中市豊南町東1-1-2  
高川介護予防センター内

担当校区 小曽根・高川・豊南



このマップに関するお問い合わせは…

緑地地域包括支援センター

豊中市寺内1-1-10

ローズコミュニティ緑地内

☎ 06-6867-0577

