

# 南高安中学校区



## やお地域資源MAP

(地域活動編) R1 12.20現在  
各番号の詳細は、「やっぴーMAP」をご覧ください★

# 「やっぴーMAP」

※「やお地域資源MAP(地域活動編)R1 12.20」とあわせてご覧ください。

| 南高安 | 名称  | 内容  |
|-----|---|---|
| 1   | 「信貴の里」<br>(南高安中学校区高齢者あんし<br>んセンター)<br>住所*服部川5-7-2 | 南高安小学校区の高齢者相談窓口<br>電話*072-940-5727<br>FAX*072-941-9987  |
| 2   | 「畑中ひな子運動教室」(3B体<br>操)<br>場所*恩智荘苑集会所<br>(大字恩智)     | 日時*毎週(金) 19:30~21:00<br>対象者*誰でも                         |
| 3   | 「のびのび体操」<br>場所*恩智会館<br>(恩智中町5-214)                | 日時*第2・4(月) 13:00~15:00<br>対象者*誰でも<br>費用*500円            |
| 4   | 「食事会」<br>場所*南高安コミュニティセンター                         | 日時*第4(金)12:00-13:30頃<br>対象者*南高安地区のひとり暮らし高齢者<br>参加費*200円 |
| 5   | 「4班いきいきサロン」<br>場所*コープ野村集会所                        | 日時*不定期<br>対象者*4班  |
| 6   | 「1・2班いきいきサロン」<br>場所*黒谷会館                          | 日時*不定期<br>対象者*1・2班                                      |

|    |  |  |
|----|--|--|
| 7  | <p>「3B体操」<br/>場所*南高安コミセン</p>                       | <p>日時*①月3回(火) 10:00~11:30<br/>②月3回(金) 10:00~11:30<br/>対象者*誰でも<br/>費用*月3回2000円<br/>連絡先*072-941-9481(いそやまさん)</p> |
| 8  | <p>「3B体操教室」<br/>場所*JA南高安北支店<br/>(教興寺4-14)</p>      | <p>日時*第1・3(水)13:30~14:45<br/>対象者*誰でも<br/>費用*1回500円</p>   |
| 9  | <p>「さわやか教室」(3B体操)<br/>場所*コープ野村集会室</p>              | <p>日時*毎週(金) 10:00~11:15<br/>対象者*60歳以上~<br/>費用*月2500円</p>   |
| 10 | <p>「健康体操さくら」<br/>場所*恩智駅前亀吉ビル2階<br/>(恩智中町1丁目74)</p> | <p>自彊術、ペア体操、らく楽体操、元気体操<br/>日時*毎週(金) 10:00~11:15<br/>対象者*60歳以上~<br/>費用*月2500円</p>                               |

|    |                                 |   |
|----|---------------------------------|---|
| 11 | 「河内音頭健康体操」<br>場所*恩智南町五月会館       | おもりを使った筋トレと河内音頭体操<br>日時*第1・3(水) 13:00~14:00<br>対象者*誰でも<br>費用*無料 |
| 12 | 「河内音頭健康体操」<br>場所*信貴の里           | おもりを使った筋トレと河内音頭体操<br>日時*毎週(金) 9:30~<br>対象者*誰でも<br>費用*無料         |
| 13 | 「ヨガ教室」<br>場所*教興寺会館<br>(教興寺6丁目4) | 日時*第2・4(月) 10:00~11:30<br>対象者*誰でも<br>費用*500円                    |

|    |  |  |
|----|--|--|
| 14 | <p>「たまり場」<br/> 場所*医療生協支部センター南<br/> 高支部 ひまわり(教興寺3-86)</p> | <p>①河内音頭健康体操 ②体操(スクエアステップ)<br/> ③健康麻雀 ④カラオケ ⑤英会話</p> <p>日時*①毎週(金) 9:30~11:00<br/> ②第1・3(月) 14:00~15:00<br/> ③第1・2・3(火) 13:00~<br/> ④第2・4(金)14:00~⑤第1・3(水)13:30~</p> <p>対象者*誰でも<br/> 費用*0<br/> 連絡先*072-925-8755</p> |
| 15 | <p>「ロコモ予防体操(椅子に座った<br/> 体操)<br/> 場所*南高安コミセン</p>          | <p>日時*毎週(水) 10:00~11:30<br/> 対象者*高齢クラブ会員外も要相談<br/> 費用*3ヶ月4000円</p>   |
| 16 | <p>「ウォーキング」<br/> 場所*天王の森⇒市民の森⇒コ<br/> ミセン前⇒垣内・黒谷</p>      | <p>日時*毎週(土) 8:30~10:00<br/> *冬は9:00~<br/> *都合の良いところからの合流・解散<br/> 対象者*誰でも<br/> 費用*無料</p>  |
| 17 | <p>「ロコモ予防体操」<br/> 場所*黒谷会館</p>                            | <p>日時*第1・3(金) 10:00~11:00<br/> 対象者*高齢クラブ会員</p>   |
| 18 | <p>「パソコン教室」<br/> 場所*恩智南町1-17</p>                         | <p>日時*(月)(火) 13:00~対象者*誰でも<br/> 費用*1300円/1時間</p>   |

|    |  |  |
|----|--|--|
| 19 | 「体操教室」(ストレッチヨガ等)<br>場所*西町会館                  | 日時*毎週(水)<br>対象者*西町住民<br>費用*月1000円  |
| 20 | 「3・5班いきいきサロン」<br>場所*南高安コミュニティセンター            | 日時*不定期<br>対象者*3・5班   |
| 21 | 「はとぽっぽ南高安」<br>(子育て広場)<br>場所*南高安コミセン          | 日時*第2(木)10:00~11:30(※8・1月は休み、2月は第1木曜日に変更)<br>対象*0歳~就学前児<br>参加費*無料<br>連絡先072-991-1161(八尾市社会福祉協議会) |
| 22 | 「対話タオル教室」<br>場所*畑中文化教室<br>(垣内1-178)          | 日時*月4回(水) 10:00~11:45<br>対象者*誰でも<br>費用*2800円/月   |
| 23 | 「健康体操、押し絵講習、他」<br>場所*JA大阪中河内 南高安北支店(教興寺4-14) | 対象*女性会会員<br>年会費*1,200円<br>連絡先*活動の詳細は下記までお問合せ下さい<br>072-941-6661                                  |