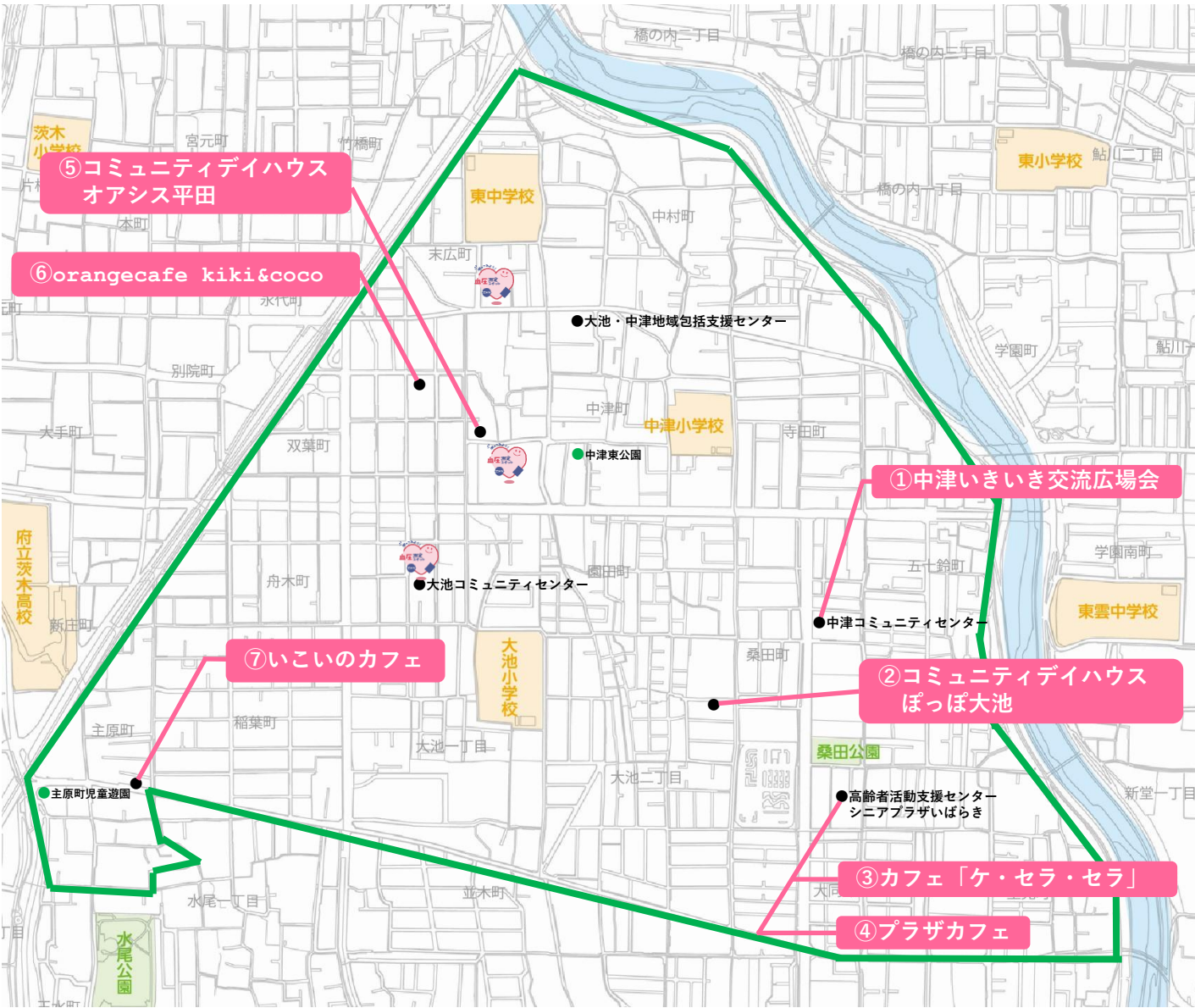


11.大池・中津小学校区



団体名	①中津いきいき交流広場会（いきいき交流広場）
場 所	中津コミュニティセンター（桑田町13-29）地図P.29
連絡先	080-1518-8690（湯原）
日 時	月曜日 9時～12時
費 用	無料
条 件	市内在住の60歳以上の方
実施内容	

いばらき体操を主体としたストレッチ、ストレッチ体操、身体をほぐす体操を実施しています。体力測定やグラウンドゴルフ、ニュースポーツも取り入れ、皆で楽しく取り組んでいます。



団体名	②コミュニティデイハウス ぽっぽ大池
場 所	大池二丁目28番6号 地図P.29
連絡先	072-633-1080（吉川）
日 時	月・火・金曜日 10時～16時
費 用	1日350円、食事620円、入浴200円
条 件	概ね65歳以上の市民かつ介護認定なし、または要支援者（ケアプラン要）
実施内容	

地域とのつながりを大切に、一人ひとりに寄り添った温かいサービスを提供しています。



団体名	③カフェ「ケ・セラ・セラ」
場 所	桑田町24-21（シニアプラザいばらき内）地図P.29
連絡先	080-5342-1568（藤井）
日 時	第4水曜日 14時～16時（初めての方はお問合せください。）
費 用	100円（コーヒー、お菓子付き）
条 件	市内在住の65歳以上の方
実施内容	

時々アマチュアバンドの演奏でいろんな唄を歌ったり、輪投げ等のニュースポーツを楽しんだり、後半はコーヒータイムでゆっくり会話を楽しんで頂きます。すべて皆で協力しあう手作りカフェです。



団体名	④プラザカフェ
場 所	桑田町24-21（シニアプラザいばらき内）地図P.29
連絡先	072-620-0081（中央保健福祉センター）
日 時	火～土曜日 13時～16時
費 用	100円
条 件	市内在住の60歳以上の方
実施内容	

コーヒーを飲みながら、みんなと一緒に楽しい時間を過ごしませんか？



団体名	⑤コミュニティデイハウス オアシス平田
場 所	中津町16-22掛谷第3ビル401号 地図P.29
連絡先	072-620-0081（中央保健福祉センター）
日 時	月～金曜日 10時～16時（※水曜日は月2回）
費 用	午前200円、午後300円、1日500円、1日昼食込：800円
条 件	概ね65歳以上の市民かつ介護認定なし、または要支援者（ケアプラン要）
実施内容	

遊びたいときにはいらっしゃい、お腹のすいた時にはいらっしゃい、一人で寂しいときにはおしゃべりにいらっしゃい。体操したり、心に良い話をきいたり…。お気軽にお越しください！



団体名	⑥orange café kiki&coco
場 所	おくだ内科クリニック（双葉町6-2 401号）地図P.29
連絡先	072-657-8637（おくだ内科クリニック）
日 時	第4金曜日 13時～17時
費 用	300円（ドリンク・お菓子付き）
条 件	どなたでも参加可能です。
実施内容	

認知症の方やそのご家族の方はもちろん、誰かとお話したいという方など、ワンちゃんに癒されてみませんか？当院の受診歴がない方も参加可能です。お待ちしております。



団体名

⑦いこいのカフェ

場 所

主原町6メゾン茨木主原1号棟101号室 地図P.29

連絡先

072-627-0033(茨木市社会福祉協議会)

日 時

第2木曜日 13時30分～15時30分（祝日の場合第1木曜日）

費 用

無料

条 件

どなたでも参加可能です。

実施内容



介護をされている方の悩みが少しでも軽くなればと思い、このカフェを始めました。
介護をされている方（要介護者の方も一緒に）、介護について知りたい方もお気軽にお立ち寄りください。



中津東公園



P.29

(中津町)



けんすいバーと健康歩道があります。

主原町児童遊園



P.29

(主原町)



健康遊具と健康歩道があります。

ウォーキングコース

安威川河川敷

茨木市の東部を流れる安威川の河川敷は道幅も広く歩きやすいコースとなっています。川の音が心地よく周辺に休憩箇所があるのもポイントです。



明るい時間に歩く方が安全です



自分に合った靴を履いて歩きましょう



安威川河川敷マップ

全7km



※雨の後などは増水する場合がありますので注意して利用しましょう。
※お手洗いは堤防をあがった場所や隣接している公園内にあります。