

コミュニティデイハウスのご案内



茨木市役所長寿介護課 介護予防係

茨木市には 13 か所 のコミュニティデイハウスがあります。コミュニティデイハウスって何？どこにあるの？など、コミュニティデイハウスの疑問を、この冊子の中で詳しく案内しております。

コミュニティデイハウス(通称:コミデイ)とは??

茨木市内において地域住民が運営主体となり、地域における高齢者がほっとできる居場所と介護予防の拠点施設です。

誰でも利用できますか？

茨木市民で、おおむね 65 歳以上の方
総合事業の事業対象者や要支援 1・2 の認定を受けている方

どんな事をしているの？

趣味活動、昼食の提供（有料）、介護予防運動、また施設によっては入浴サービス（有料/施設によって有無あり）や、事業対象者・要支援の方には送迎サービスもあります。

利用の基本パターン（半日のみ、お昼ご飯だけなどご自由にお時間をお過ごしいただけます）

- 9:00 来所・送迎
- 10:00 健康チェック
- 11:00 介護予防の体操など希望があれば入浴
- 12:00 昼食（送迎 午前中で帰る事も可能です）
- 13:00 趣味活動
- 15:00 おやつ
- 16:00 送迎・帰宅



（コミデイによって異なることがあります）

身体を動かす体操がしたい…

コミュニティデイハウスでは、近隣の公民館やコミュニティセンターを利用し、無料で介護予防教室を実施しています。各コミデイの表「外事業」欄に実施場所、日時を記載していますので、こちらも合わせてご利用ください。

※日程が変更になる場合がありますので必ず各実施事業所にお問い合わせください。

利用するには、どうしたらいいの？

介護保険の認定を受けている方、受けていない方で手順が異なります。

要介護認定を受けていない方



各コミデイのうち、利用したい施設に直接お電話してからご利用ください

利用スタート♪

事業対象者、要支援 1・2 の方

ケアマネジャーに「コミデイを利用したい」旨、ご連絡ください（ケアマネジャーがいない場合は、お住まいの地域を担当している地域包括支援センター（※下表）にご連絡ください）

ケアマネジャーが介護予防・サービス支援計画書（ケアプラン）を作成



利用スタート♪

地域包括支援センター一覧（お住まいの小学校区により担当包括が異なります）

センター名	住所	電話番号	小学校区
清溪・忍頂寺・山手台地域包括支援センター	山手台三丁目 30-16-1	072-649-1808	清溪・忍頂寺・山手台
地域包括支援センター天兆園	安威二丁目 10-11	072-640-3960	安威・福井・耳原
地域包括支援センター常清の里	清水一丁目 28-22	072-641-3164	豊川・郡山・彩都西
地域包括支援センターエルダー	庄二丁目 7-38	072-631-5200	太田・西河原・三島・庄栄
東・白川地域包括支援センター	鮎川一丁目 6-4	072-636-8686	東・白川
春日・郡・畑地域包括支援センター	上穂積一丁目 2-27	072-646-5685	春日・郡・畑
地域包括支援センター春日丘荘	南春日丘七丁目 11-48	072-625-6575	沢池・西・春日丘・穂積
茨木市社会福祉協議会地域包括支援センター	駅前四丁目 7-55 福祉文化会館 4 階	072-627-0114	茨木・中条
大池・中津地域包括支援センター	園田町 8-17 プレステージ 1 階	072-697-8067	大池・中津
玉櫛・水尾地域包括支援センター	玉櫛一丁目 2-1 三吉マンション 1 階	072-652-5810	玉櫛・水尾
地域包括支援センター葦原	真砂二丁目 16-15 ヌーヴェルハイム 1 階	072-636-8000	玉島・葦原・天王・東奈良

料金はいくらかかるの？

料金は各コミデイによって異なりますが、時間単位での利用、昼食だけ利用、午前のみ、午後からの利用なども可能です。詳しい利用料金は各コミデイの詳細でご案内しております。

コミュニティハウス一覧（市内 13 か所あります）

名称		電話番号	住所
1	とんとん	072-627-5517	上中条一丁目 8 番 2 号
2	ふくろうハウス	072-623-8777	蔵垣内三丁目 14 番 23 号
3	日向（ひなた）	072-646-5453	総持寺一丁目 14 番 16 号
4	オアシス平田	072-665-8011	中津町 16 番 22 号 401
5	かるがも	072-637-8108	鮎川二丁目 26 番 21 号
6	デイスポート駅前らんど	072-633-7587	中総持寺町 3 番 25 号
7	ほづみ	072-601-0365	下穂積一丁目 3 番 1 号 3
8	ふくろうハウス上野	072-643-9092	上野町 16 番 9 号
9	ふれあいぽっぽ	072-627-8903	上穂積二丁目 1 番 10 号
10	ほっとスル	072-655-4308	沢良宜浜三丁目 19 番 15 号
11	なごみの里 和楽（わらく）	072-623-2612	西田中町 4-22 クレール西田中 102 号
12	ハーモニー	072-631-1414	西駅前町 13 番 16 号
13	しょう安（しょうあん）	072-643-2380	安威一丁目 5 番 18 号

① コミュニティハウス とんとん

特徴

活動内容は多く、水彩画やデッサン、ちぎり絵、さまざまな文化活動も取り入れています。笑顔で利用者さんと接し、居心地よい場所を心がけています。手作りの昼食も美味しく自慢のひとつです。

所在地	上中条町一丁目 8 番 2 号（★）
T E L	072-627-5517
開所日時	月 火 水 木 金 土 日 ○ ○ ○ ○ ○ × ×
	10:00~16:00
利用料金	1 時間 50 円 / 昼食 350 円 1 日利用（昼食代込み）650 円
送迎	あり（養精中学校区および隣接する中学校区程度）
入浴	なし
外 事 業	場 所：クリエイトセンター （駅前四丁目 6-16） 開催日：火曜日 時 間：午前 10 時～12 時



②コミュニティテイクハウス ふくろうハウス

特徴

一番の人気は「思い出の唄を歌う」事！ぬり絵も人気があり皆さん集中して取り組んでいます。季節のお出掛けや外食は郊外に行く事もあり、遠出する機会が少ない利用者さんはいつも楽しみにされています。

所在地	蔵垣内三丁目 14 番 23 号 (★)						
T E L	072-623-8777						
開所日時	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	○	○	×	×
	9:30~16:30						
利用料金	1日 400円/昼食代 400円 1日利用(昼食代込み) 800円						
送迎	あり(天王・南中学校区程度)						
入浴	なし						
外事業	場 所: 天王公民館 (天王二丁目 13-71) 開催日: 第1・3月曜日 第1・2・3木曜日 時 間: 午後1時半~3時半						



③コミュニティテイクハウス ひなた 日向

特徴

利用者さんに人気なのが毎月の外食ランチや、季節のお出掛け(お花見や紅葉)です。近隣の保育所や小学校との交流もあり、行事やイベントも多く取り入れ楽しんでいます。

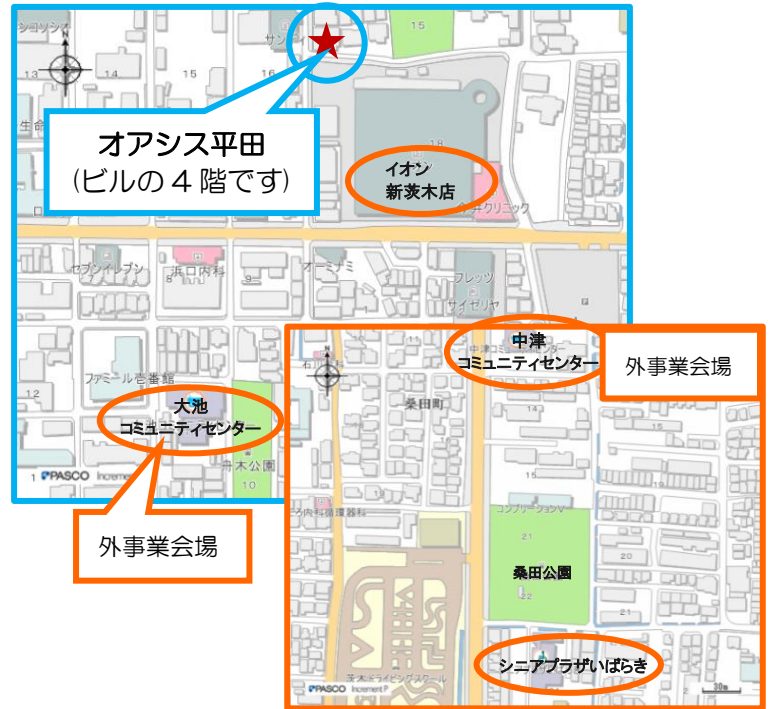
所在地	総持寺一丁目 14 番 16 号 (★)						
連絡先	072-646-5453						
開所日時	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	○	○	×	×
	9:00~16:00						
利用料金	半日 250円/昼食 500円/おやつ 50円 1日利用(昼食代込み) 1050円						
送迎	あり(三島中学校区および隣接する中学校区程度)						
入浴	あり(150円)						
外事業	場 所: 総持寺・いのち・愛・ゆめセンター(総持寺二丁目 5-36) 開所日: 第1・3月・水・金曜日 時 間: 午前10時~正午						



④コミュニティデイハウス オアシス平田

特徴 「お喋りと笑いと体操、そして美味しい食事を」目指して介護予防事業を実施しています。川柳、俳句、絵手紙、オカリナ、着物リメイク、筆ペン、カーリンコン、のびのび体操、ヨガなど、毎日通っても楽しめる内容になっています。

所在地	中津町 16 番 22 号 401 (★)						
連絡先	072-665-8011						
開所日時	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	○	○	×	×
	10:00~16:00						
利用料金	1 時間 100 円 / 半日 300 円 1 日 500 円 / 昼食代 400 円 1 日利用 (昼食代込み) 700 円						
送迎/入浴	なし						
外 事 業	場所：シニアプラザいばらき 桑田町 24-21 (第 1・3 金曜日) : イオン新茨木 (第 2・4 金曜日) : 中津コミュニティセンター (第 1・3 月曜日) : 大池コミュニティセンター (第 2・4 水曜日) 時間：午後 1 時~3 時						



中津コミュニティセンター (桑田町 13-29)
大池コミュニティセンター (舟木町 11-35)

⑤コミュニティデイハウス かるがも

特徴 昼食は野菜中心に、和・洋・中、3時のおやつも全て手作りです。毎月の誕生日会には、お赤飯でお祝いします。健康麻雀は初心者教室もあり、初めての方でも楽しく参加しています。

所在地	鮎川二丁目 26 番 21 号 (★)						
連絡先	072-637-8108						
開所日時	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	○	○	×	×
	9:00~16:30						
利用料金	1 時間 100 円 / 半日 300 円 1 日 400 円 / 昼食代 300 円 1 日利用 (昼食代込み) 700 円						
送 迎	あり (東雲中学校区程度)						
入 浴	あり (200 円)						
外 事 業	場 所：東コミュニティセンター (学園町 4-18) 開催日：金曜日 時 間：午後 1 時半~3 時半						



⑥コミュニティデイハウス ティスポット駅前らんど

特徴

指先を動かし脳トレを行うなど、日々の作業でも介護予防を行っております。ごぼう先生(!?)と一緒にする体操も好評。オレンジカフェや、子ども食堂など多くの関わりを大切にしています。

所在地	中総持寺町3番25号(★)						
連絡先	072-633-7587						
開所日時	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	○	○	×	×
	10:00~17:00						
利用料金	1日400円/昼食代500円 1日利用(昼食代込み)900円						
送迎	あり(三島中学校区程度)						
入浴	なし						
外事業	場 所: 庄栄コミュニティセンター (庄二丁目26-12) 開催日: 第1・3金曜日 時 間: 午後1時~3時						



⑦コミュニティデイハウス ほづみ

特徴

和やかで家庭的な雰囲気。指編みや裁縫、編み物が活発でバッグ、服、セーターなど日常で使える物を作っています。手仕事だけでなく、ヨガや体操にも取り組み、介護予防を行っています。

所在地	下穂積一丁目3番1号3(★)						
連絡先	072-601-0365						
開所日時	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	○	○	×	×
	10:00~16:00						
利用料金	1時間100円/1日350円 昼食代400円 1日利用(昼食代込み)750円						
送迎	あり(西陵中学校区および隣接する中学校区程度)						
入浴	なし						
外事業	場 所: 穂積コミュニティセンター (下穂積一丁目7-5) 開催日: 毎週月曜日、 第1・3金曜日 第2・4水曜日 時 間: 午前10時~正午						



⑧コミュニティデイハウス ふくろうハウス上野

特徴

要支援の方も多く利用されており、支援を持っていない利用者の方と協力しながら楽しんでいます。昼食は全て手作り、お好み焼きを皆で焼いたり、野外で鉄板焼きをしたり、食べる事も楽しみながら毎日介護予防活動をしています。

所在地	上野町 16 番 9 号 (★)
連絡先	072-643-9092
開所日時	月 火 水 木 金 土 日
	○ ○ ○ ○ ○ × ×
	9:30~16:30
利用料金	1日400円/昼食代400円 1日利用(昼食代込み)800円
送迎	あり(北・豊川・彩都西中学校区程度)
入浴	なし
外事業	場 所: 耳原公民館 (耳原二丁目 18-14) 開催日: 第2・4金曜日 時 間: 午前10時~正午



⑨コミュニティデイハウス ふれあいぽっぽ

特徴

大正琴やギターの演奏があり、聴くだけでなく、それに合わせて一緒に歌うこともあり、利用者さんに好評です。運動は青竹を使うなど昔ながらの馴染みやすい方法を取り入れています。

所在地	上穂積二丁目 1 番 10 号 (★)
連絡先	072-627-8903
開所日	月 火 水 木 金 土 日
	○ ○ × ○ ○ ○ ×
	10:00~16:00
利用料金	1日350円/昼食460円 1日利用(昼食代込み)810円
送迎	あり(西中学校区および隣接中学校区程度)
入浴	あり(200円)
外事業	場 所: 春日文化会館 (春日三丁目 12 番 41 号) 開催日: 火曜日 時 間: 午前10時~正午



⑩コミュニティテイクハウス ほっとスル

特徴

幅広い年代の方の利用があり、季節に応じたイベントを大切に、楽しんでいます。皆でひとつの作品を作りあげる事もあり、協力し合い介護予防に取り組んでいます。

所在地	沢良宜浜三丁目 19-15 (★)
連絡先	072-655-4308
開所日時	月 火 水 木 金 土 日
	○ ○ ○ ○ ○ × ×
	10:00~16:00
利用料金	半日: 200円/1日 400円 昼食 400円 1日利用(昼食代込み) 800円
送迎	なし
入浴	あり(200円)
外事業	場所: 沢良宜いのち・愛・ゆめセンター(沢良宜浜三丁目12番19号) 開催日: 金曜日 時間: 午前10時~正午



⑪コミュニティテイクハウス なごみの里 和楽

特徴

管理栄養士が考えた食事で、バランスの取れた美味しい昼食が出てきます。パソコン講習、スマホの使い方、日常生活に役立つ事を介護予防にしています!

所在地	西田中町 4番 22号 102 (★)
連絡先	072-623-2612
開所日時	月 火 水 木 金 土 日
	○ × ○ ○ ○ × ×
	10:00~15:00
利用料金	1時間 100円/昼食代 400円 1日利用(昼食代込み) 900円
送迎	あり(西中学校区程度)
入浴	あり(100円)
外事業	場所: 畑田コミュニティセンター(畑田町3-6) 開催日: 土曜日 時間: 午後1時~5時



⑫コミュニティテイクハウス ハーモニー

特徴

利用者さんに積極的に声かけを行い、楽しく元気に過ごせるようにしています。力を入れているのは手芸ですが、運動器具も揃えているので筋力アップを目指している方にも利用してほしいです。

所在地	西駅前町 13 番 16 号 (★)
連絡先	072-631-1414
開所日	月 火 水 木 金 土 日
	× ○ ○ ○ ○ ○ ×
	10:00~16:00
利用料金	午前 200 円/午後 300 円 1 日 350 円/昼食 400 円 1 日利用 (昼食代込み) 750 円
送迎/入浴	なし
外事業	場 所：春日丘公民館 (下穂積三丁目 5-5) 開催日：金曜日 第 1・3 水曜日 時 間：午前 10 時~正午



⑬コミュニティテイクハウス しょう安^{あん}

特徴

地元でとれたお米や野菜を使つての昼食の提供。利用者さんの一人一人のペースに合わせての物作り。健康管理や相談、どんな事でも話せる居場所作りをしています。

所在地	安威 1 丁目 5 番 18 号 (★)
連絡先	072-643-2380
開所日	月 火 水 木 金 土 日
	○ × ○ × ○ × ×
	11:00~16:00
利用料金	1 日 350 円/昼食代 500 円 1 日利用 (昼食代込み) 850 円
送迎	あり (北・北陵中学校区程度)
入浴	なし
外事業	場 所：安威公民館 (安威二丁目 16-12) 開催日：第 2・4 木曜日 時 間：午前 10 時~正午



実施内容一覧

各コミデイで実施されている内容を一覧にしております。



	体操	手芸	麻雀	囲碁	将棋	英会話	カラオケ	書道	脳トレ	外食
とんとん	●			●			●	●		
ふくろうハウス	●	●	●				●		●	●
日向（ひなた）	●	●	●				●		●	●
オアシス平田	●	●	●			●		●	●	
かるがも	●	●	●	●					●	
ディスポット 駅前らんど	●	●		●	●		●	●	●	
ほづみ	●	●	●						●	
ふくろうハウス上野	●	●	●				●	●	●	●
ふれあいぽっぽ	●	●	●		●		●	●	●	
ほっとスル		●	●				●			●
なごみの里 和楽		●	●	●	●	●			●	●
ハーモニー	●	●	●					●	●	●
しょう安	●	●		●	●		●		●	



上記内容以外にも多くの介護予防事業を実施しております。

市内には13か所のコミデイがあり、どのコミデイでも利用出来ます。ご近所や、お散歩の時に前を通って気になっていた場所、活動内容にひかれて一度見学してみたい体験してみたい、と思ったなどお気軽にお問い合わせ、ご利用ください。

また、コミデイでは各地域の公民館やコミュニティセンターなどを利用して無料で介護予防教室も実施しております。（各コミデイの表の「外事業」に実施場所、日時を記載しております。）こちらも合わせてご利用ください。

※送迎サービスは、事業対象者、要支援1・2の方が対象です。

※入浴サービスは家庭用のお風呂を利用、介助はありません。



問い合わせ先：茨木市健康福祉部
長寿介護課・介護予防係
072-620-1637（直通）

令和元年9月発行