

お問い合わせは、健康友の会みみはら事務局へ

☎072-244-8061

※都合により、場所・日時の変更あり
詳しくは支部ニュースをご確認ください。
※機関紙のお届け時期により、掲載の月初行事に
間に合わない場合があります。

	支部名	サークル名	日にち	時 間	場 所	
中 区	八 田 宮 園	水彩画	毎月第1・3月曜日	13:30～	八田・宮園ともの家 (堺市中区八田北町396-2)	
		切り絵・ぬり絵	毎月第1・3土曜日			
		習字	毎月第2・4月曜日			
		小物づくり	毎月第2・4火曜日			
		折り紙	毎月第2・4水曜日	10:00～		
		絵手紙	第4金曜日	13:30～		
		堺コッカラ体操	毎月第2・4土曜日	10:00～		
		モルック	毎月第1・3土曜日	13:30～		
	深 井	リバイバル映画『天国と地獄』	第3火曜日	深井ともの家 (堺市中区深井北町738-8)		
		映画会『ファンファーレ!ふたつの音』	第3金曜日			
		堺コッカラ体操	毎月第1・3月曜日		10:00～	
		ちぎり絵・ぬり絵	毎月第1・3火曜日			
		習字	毎月第1・3水曜日			
		折り紙	毎月第1・3木曜日			
		切り絵	毎月第2・4火曜日		13:30～	
		編み物	毎月第2・4月曜日			
		ふれあいの日&おしゃべり会	第4木曜日			
		映画会『35年目のラブレター』	第3金曜日			
		歌おう会	第3水曜日			
		絵手紙	第4金曜日			
		寄席(ビデオ)	第1金曜日		12:00～	
		健康マーじゃん	第1・3月曜日、第2・4水曜日			
		堺コッカラ体操	毎月第2・4火曜日	西陶器ともの家 (堺市中区東山953-1 ウィンビル2階)		
		写経	第3月曜日			
	西陶器	絵手紙	第4木曜日		13:30～	
		小物づくり	第3木曜日			
		折り紙	第1木曜日			
		ふれあいの日&絵手紙	第4月曜日			
	土 師	映画会『おとなの事情』	第2月曜日	10:00～	土師・東深井支部 (堺市中区土師町1-12-25)	
		健康マーじゃん	毎週土曜日、第1・3水曜日			
		習字	毎月第1・3火曜日			
		新聞ちぎり絵	毎月第2・4火曜日			
		色鉛筆画	第1木曜日	13:00～		
		和紙ちぎり絵	第1水曜日			
		ぬり絵	第2月曜日			
		パソコン教室	第2火曜日			
		大正琴	第2金曜日	10:00～		
		絵手紙	第3水曜日			
		切り絵	第4水曜日			
		歌おう会	第4金曜日			
		映画会『雪の花ーともに在りて』	第4木曜日	13:00～		
		ふれあいの日	毎月第2・4水曜日			
		ふれあいの日	第1・4金曜日			
		編み物	第1月曜日	①10:00～ ②13:00～	友の家ちぐさ (堺市西区鳳北町2-35 大鳥大社鳥居前)	
鳳 エリア	鳳	編み物	第3・4月曜日	10:00～		
		健康麻雀	第1・3金曜日	①10:00～ ②13:00～		
		俳画・絵手紙	第1火曜日	10:00～		
		パッチワーク	第1・4水曜日	①10:00～ ②13:00～		
		洋裁	第1・3木曜日	13:00～		
		吊るし飾り	第4金曜日			
		手話	第4月曜日			
		スマホ教室	第4火曜日	10:00～		
		子ども食堂	第4土曜日	11:30～13:00		
		鳳平和を考える映画を観る会	第4木曜日	13:30～	鳳クリニック・3階多目的ホール (堺市西区鳳南町5-595)	
		『長崎ー閃光の影でー』	第3火曜日	10:00～		
		お茶会	毎月曜日(8/10休み)	10:00～		
		お茶会(唄う会)	毎金曜日(8/14休み)			
	ふくいずみ	スマホ教室	第1月曜日	10:00～12:00	友の家オリーブ (堺市西区山田1-1086-9)	
		健康麻雀	第4・5月曜日	13:00～15:00		
		工作	第1火曜日	10:00～12:00		
		ポッチャ	第4火曜日	13:30～15:00		
		写経	第1・3・4水曜日	10:00～12:00		
		小物づくり	第3水曜日			
		健康チェック(血圧・体脂肪)	第1・3・4金曜日			
		コーヒータム	第4月曜日			
	高 石 ブロック	麻雀サークル(A)・(B)	第3水曜日	10:00～	高石みみともセンター (旧耳原高石診療所) (高石市加茂1-1-5) (友の家[きらら]は2026年 6月30日で閉鎖しました)	
		ハングル初級	第4木曜日			
		みんなの広場(おしゃべり会)	毎週金曜日			
		川柳教室	8月10日(月)			



8月支部行事のお知らせ



	支部名	サークル名	日にち	時 間	場 所	
総 合 エリア	東 西	絵手紙・書道	毎月第1・3月曜日	14:00～16:00	ともの家『大仙ごりよう』 (堺市堺区旭ヶ丘中町2-4-13)	
		小物づくり	毎月第2・4土曜日			
	安 井	おしゃべり会(カラオケ、色鉛筆画など)	毎週金曜日(第2金曜休み)	13:00～	安井校区地域会館2階 (堺市堺区賑町3-2)	
		書道	毎月第1火曜日			
		絵手紙	毎月第3火曜日	13:30～	安井校区地域会館1階	
		編み物	毎月第1水曜日	10:00～11:30		
	大仙西	ポッチャ体験会	8月21日(金)	14:00～	ゆんたく (堺市堺区協和町4-449)	
		ゆんたく映画会	毎月第3火曜日	13:30～		
	大 浜	体操	毎週火曜日(第3火曜休み)	13:30～	ともの家『はまかぜ』 (堺市堺区南半町西2-3-18)	
		体操サークル	第4火曜日			
		健康麻雀	毎週月曜日			
		なんでも会	毎月第3火曜日			
		カラオケ	毎月第3木曜日			
		健康初級麻雀	毎週月曜日	10:00～12:00		
	湊 西	モーニング	毎週日曜日	9:00～12:00	高砂フリニックB棟	
		麻雀サークル	第2・3水曜日	13:30～		
	浜 寺	初心者麻雀	毎週月曜日	13:30～15:30	ともの家『風車』 (堺市西区浜寺石津町中3-9-6) 8/8(土)～8/18(火)まで お盆休みにつきお休みです! (映画会は行います)	
		絵手紙	毎月第1水曜日	13:00～		
		映画会①『三大怪獣 地球最大の決戦』	毎月第1木曜日			
		映画会②『怪獣大戦争』	毎月第2木曜日			
	上野芝 向ヶ丘	昔の遊び	毎月第3水曜日	10:00～	ともの家『ほっこり』 (堺市西区上野芝向ヶ丘町2-1-7) 8/10(月)～8/20(木)まで お盆休みにつきお休みです!	
		健康麻雀	毎週金曜日(第3金曜休み)			
		編み物	毎週月曜日			
		おしゃべりサロン	毎週火・金曜日			
北 区	も ず	健康麻雀	毎月第1・2・3土曜日	13:30～	ともの家『なごみ』 (堺市北区百舌鳥赤畑町4-305 中沢マンション101)	
		絵手紙	毎月第4木曜日	9:30～12:00		
		モーニング	第1～4日曜日			
		健康麻雀	毎週木曜日	13:00～15:00		
		初級の健康麻雀	第1・2土曜日			
		書道・書画	第1・3金曜日	13:30～15:30	カラオケライブ 百舌鳥八幡店 (堺市北区百舌鳥梅北町5-472)	
		将棋	第2・4月曜日	14:00～16:00		
		小物づくり	8月25日(火)	10:00～12:00	百舌鳥校区地域会館 (堺市北区百舌鳥赤畑町5-743-2)	
		映画会『千羽づる』	第2水曜日	13:00～15:00		
		川柳教室	第2土曜日	10:00～12:00	13:30～15:30	
		絵手紙	第3月曜日			
	新 金 岡	スマホ教室	第4水曜日	11:30～	友の家ちぐさ (堺市西区鳳北町2-35 大鳥大社鳥居前)	
		カラオケ	第4水曜日	11:30～		
		うたごえ	第2金曜日	13:00～15:00		
		モルック	各地区へ出張開催 月2回予定 お近くで開催を希望の方はご連絡ください	10:00～16:00		
		編み物	第1火曜日			
		ハーブ料理を楽しもう会	第3火曜日	10:00～15:00	ともの家新金岡 (堺市北区新金岡5-6-103)	
	南 花 田	書を楽しむ会	第1水曜日	14:00～16:00		
		健康麻雀	第3木曜日	13:00～16:00	新金岡市民センター1階 (堺市北区新金岡町4-1-8)	
		写真クラブ	第4水曜日	13:30～16:00		
		セラバンド&ストレッチ体操	第4金曜日	14:00～16:00	新金岡東公園 (堺市北区新金岡4-5-1)	
南 区	南 花 田 新金岡合同	モルックサークル	8月8日(土)	9:00～11:00		
		脳トレサークル	第1金曜日	13:30～15:30	ヒマワリ薬局3階友ルーム (堺市北区蔵前町3-5-46)	
		おしゃべりクッキング	偶数月第3月曜日			
	南 花 田 新金岡合同	ポッチャサークル	第3火曜日	11:30～13:00	蔵前町会館 (堺市北区蔵前町3-5-32)	
		子ども食堂	第4土曜日			
	南 花 田 新金岡合同	ガーデニングクラブ	第3月曜日	15:00～	ともの家新金岡 (堺市北区新金岡5-6-103)	
		ガーデニングクラブ	第3月曜日	15:00～		
	南 花 田 新金岡合同	ガーデニングクラブ	第3月曜日	15:00～	ともの家新金岡 (堺市北区新金岡5-6-103)	
		ガーデニングクラブ	第3月曜日	15:00～		
和 泉	和 泉	健康カフェ	毎月第2水曜日	13:30～16:00	みいけサロン (事務局へお問い合わせ下さい)	
		健康カフェ	毎月第2水曜日	13:30～16:00		
	和 泉	囲碁班	毎月第1・4木曜日	13:30～	友の家いずみ (和泉市伯太町2-25-3)	
		麻雀班	毎月第1・2・3金曜日	13:00～		
	和 泉	卓球班A	毎月2・3・4月曜日	13:00～	友の家いずみ (和泉市伯太町2-25-3)	
		卓球班B	毎月1・3・4火曜日	13:00～		
	和 泉	卓球班B	毎月1・3・4火曜日	13:00～	友の家いずみ (和泉市伯太町2-25-3)	
		スマホ班	8月19日(水)	10:00～		

お問い合わせは、健康友の会みみはら事務局へ

☎072-244-8061

※都合により、場所・日時の変更あり
詳しくは支部ニュースをご確認ください。
※機関紙のお届け時期により、掲載の月初行事に
間に合わない場合があります。

	支部名	サークル名	日にち	時 間	場 所
中 区	八 田 宮 園	水彩画 切り絵・ぬり絵 習字 小物づくり 折り紙 絵手紙 堺コッカラ体操 モルック	毎月第1・3月曜日 毎月第1・3土曜日 毎月第2・4月曜日 毎月第2・4火曜日 毎月第2・4水曜日 毎月第2・4金曜日 毎月第2・4土曜日 毎月第1・3土曜日	13:30～ 10:00～ 13:30～ 10:00～	八田・宮園ともの家 (堺市中区八田北町396-2)
		リバイバル映画『ギネマの天地』 映画会『雪の花ーともに在りて』 堺コッカラ体操 ちぎり絵・ぬり絵 習字 折り紙 切り絵 編み物	第3火曜日 第3金曜日 毎月第1・3月曜日 毎月第1・3火曜日 毎月第1・3水曜日 毎月第1・3木曜日 毎月第2・4火曜日 毎月第2・4木曜日	13:30～ 10:00～	
	深 井	ふれあいの日&おしゃべり会 リバイバル映画『居酒屋兆治』 映画会『あの花の咲く丘で君とまた』 歌おう会 絵手紙 香席(ビデオ) 健康マーじゃん	毎月第2・4木曜日 第2金曜日 第3金曜日 第3水曜日 第4金曜日 第1金曜日 第1・3月曜日、第2・4水曜日	13:30～	深井ともの家 (堺市中区深井北町738-8)
		堺コッカラ体操 写経 絵手紙 小物づくり 折り紙 ふれあいの日&絵手紙	毎月第2・4火曜日 第3月曜日 第4木曜日 第3木曜日 第1木曜日 第4月曜日	13:30～	
		映画会『ローマの休日』 健康マーじゃん 香席(ビデオ)&おしゃべり会	毎週土曜日、第1・3水曜日 第2木曜日	12:00～ 13:30～	
	西陶器	習字 新聞ちぎり絵 色鉛筆画 和紙ちぎり絵 ぬり絵 パソコン教室	毎月第1・3火曜日 毎月第2・4火曜日 第1木曜日 第1水曜日 第2月曜日 第2火曜日	10:00～ 13:00～	西陶器ともの家 (堺市中区東山953-1 ウィンビル2階)
		折り紙 大正琴 絵手紙 切り絵 歌おう会 映画会『ファンファーレ!ふたつの音』 ふれあいの日	第2木曜日 第2金曜日 第3水曜日 第4水曜日 第4金曜日 第4木曜日 毎月第2・4水曜日、第1・4金曜日	10:00～ 13:00～	
	土 師	編み物 編み物 健康麻雀 俳画・絵手紙 パッチワーク 洋裁 大人の寺子屋(脳トレ教室)	第1・2月曜日 第4月曜日 第2木曜日、第1・3金曜日 第1火曜日 第1・2水曜日 第1・3木曜日 第2火曜日	①10:00～ ②13:00～ 10:00～ ①10:00～ ②13:00～ 10:00～ ①10:00～ ②13:00～	土師・東深井支部 (堺市中区土師町1-12-25)
		映画会『TOKYOタクシー』 吊るし飾り 吊るし飾り 手話 子ども食堂	第2火曜日 第2金曜日 第4月曜日 第4土曜日 第4木曜日	13:00～ ①10:00～ ②13:00～ 13:00～ 11:30～13:00	
	鳳	鳳平和を考える映画を観る会『長崎の郵便配達』 【いつでも元気】読書会 お茶会 お茶会(唄う会)	第4木曜日 第3火曜日 毎月曜日(9/21休み) 毎金曜日	13:30～ 10:00～	友の家ちぐさ (堺市西区鳳北町2-35 大鳥大社鳥居前)
鳳 エリア	ふくいずみ	スマホ教室 健康麻雀 工作 ポッチャ フレイル予防教室 小物づくり 健康チェック(血圧・体脂肪) コーヒータ임	第1月曜日 第2・4月曜日 第1火曜日 第3火曜日 第1・2・3・5水曜日 第3水曜日 毎金曜日	10:00～12:00 13:00～15:00 10:00～12:00	鳳クリニック3階多目的ホール
		麻雀サークル(A、B) 小物づくり スクエアステップ 書道サークル ハングル初級 みんなの広場(おしゃべり会)	第4月曜日 第1火曜日 第2火曜日 第2・4火曜日 第3水曜日	(A)9:00～、(B)13:00～ 13:00～ 10:00～ 13:00～	
	高 石 ブロック	川柳教室 スマホ教室 健康麻雀	第4木曜日 奇数月第1金曜日 毎週金曜日	13:00～ 10:00～ 13:00～	高石みみともセンター (旧耳原高石診療所) (高石市加茂1-1-5)



9月支部行事のお知らせ



	支部名	サークル名	日にち	時 間	場 所
総 合 エリア	東 西	絵手紙・書道 小物づくり おしゃべり会(カラオケ、色鉛筆画など)	毎月第1・3月曜日 毎月第2・4土曜日 毎週金曜日	14:00～16:00	ともの家『大仙ごりよう』 (堺市堺区旭ヶ丘中町2-4-13)
		うたごえ 映画会『幸福の黄色いハンカチ』	9月16日(水) 毎月第2木曜日	14:00～16:00 13:30～	耳原旭ヶ丘会館3階 (堺市堺区旭ヶ丘中町2-1-7)
	安 井	書道 絵手紙 編み物	毎月第1火曜日 毎月第3火曜日 毎月第1水曜日	13:00～ 13:30～	安井校区地域会館2階 (堺市堺区賑町3-2)
		【新】ポッチャサークル 映画会『精霊流し』	9月25日(金) 9月28日(月)	10:00～ 13:30～	安井校区地域会館1階
	大仙西	ゆんたく映画会 体操	毎月第3火曜日 毎週火曜日(第3火曜休み)	14:00～ 13:30～	ゆんたく (堺市堺区協和町4-449)
	大 浜	体操サークル 健康麻雀 なんでも会 カラオケ 映画会『遥かなる山の呼び声』 健康初級麻雀	毎月第4火曜日 毎週月曜日 毎月第3火曜日 毎月第3木曜日 毎月第3金曜日 毎週月曜日	13:30～ 10:00～12:00 9:00～12:00	ともの家『はまかぜ』 (堺市堺区南半町西2-3-18)
	みなと	モーニング フレイル予防体操	9月10日(木)	14:00～	高砂クリニック横B棟
	湊 西	編物 健康麻雀 折り紙 手話 卓球	第2月曜日 第2・3水曜日 第1月曜日(今月1回) 第3木曜日 第1・3火曜日	13:30～ 13:30～ 11:30～	高砂クリニック横B棟 (堺市堺区高砂町4-109-1)
	浜 寺	うたごえ 初心者麻雀 絵手紙 映画会①『フランケンシュタインVs.地底怪獣バラゴン』 映画会②『フランケンシュタインの怪獣サンダー・ガイ』 昔の遊び 健康麻雀	毎月土曜日 毎月第1水曜日 毎月第2木曜日 毎月第3水曜日 毎週金曜日(第3金曜休み)	13:30～15:30 13:00～ 10:00～ 10:00～	余野宅 くすのきキリスト教会 ともの家『風車』 (堺市西区浜寺石津町中3-9-6)
	上野芝 向ヶ丘	編み物 おしゃべりサロン 健康麻雀 映画上映『TOKYOタクシー』 絵手紙	毎週月曜日 毎週火・金曜日 毎月第1・2・3土曜日 毎月第2木曜日 毎月第4木曜日	10:00～ 13:30～	ともの家『ほっこり』 (堺市西区上野芝向ヶ丘町2-1-7) シルバークイークの連休はカレンダー 通り、休日はほっこりお休みです
北 区	も ず	モーニング 健康麻雀 初級の健康麻雀 書道・書画 将棋 小物づくり 映画会『いわさきちひろ～27歳の旅立ち～』 川柳教室	第1～4日曜日 毎週木曜日 第1・2土曜日 第1・3金曜日 第2・4月曜日 9月8日(火) 第2水曜日 第2土曜日	9:30～12:00 13:00～15:00 13:30～15:30 14:00～16:00 10:00～12:00 13:00～15:00	ともの家『なごみ』 (堺市北区百舌鳥赤畑町4-305 中沢マンション101)
	新金岡	絵手紙 スマホ教室 カラオケ うたごえ モルック 編み物 小物作り ハーフ料理を楽しむ会 おひとりさま昼食会 映画会 バザー 書を楽しむ会	第3月曜日 第4水曜日 第2金曜日 各地区へ出張開催 月2回予定 お近くで開催を希望の方はご連絡ください 第1火曜日 第2月曜日 第3火曜日 第3水曜日 第4木曜日 第2土曜日(恵天候中止) 第1水曜日	13:30～15:30 11:30～ 13:00～15:00 10:00～16:00 10:00～15:00 10:00～14:00 13:30～16:00 10:00～12:00 14:00～16:00	カラオケライブ 百舌鳥八幡店 百舌鳥校区地域会館 ともの家新金岡 (堺市北区新金岡5-6-103)
	南花田	絵手紙 健康麻雀 写真クラブ セラバンド&ストレッチ体操 モルックサークル ラジオ体操&ウオーキング	第2火曜日 第3木曜日 9月30日(水) 第4金曜日 9月26日(土) (火)・(土)雨天中止	9:30～12:00 13:00～16:00 13:30～16:00 14:00～16:00 9:00～11:00 8:00～9:00	新金岡市民センター1階 (堺市北区新金岡町4-1-8) 新金岡東公園 大泉緑地(もみじ橋袂のクヌギ林集合)
	南花田新金岡合同	パッチワーク初級① パッチワーク初級② パッチワーク中級 脳トレサークル おしゃべりクッキング ポッチャサークル 子ども食堂 ガーデニングクラブ	第1木曜日 第1火曜日 第2火曜日 第1金曜日 偶数月第3月曜日 第3火曜日 9月19日(土) 第3月曜日	13:00～15:00 13:30～15:30 11:30～13:00 15:00～	ヒマワリ薬局3階友ルーム (堺市北区蔵前町3-5-46) 蔵前町会館 ともの家新金岡
南 区	梅 南	健康カフェ フラワーアレンジメント	毎月第2水曜日 毎月第1月曜日	13:30～16:00 13:00～	みいけサロン
	和 泉	囲碁班 麻雀班 卓球班A 卓球班B すみれ班(詐欺などトラブルに巻き込まれないために)	毎月第1・4木曜日 毎月第1・2・3金曜日 毎月2・3・4月曜日 毎月1・3・4火曜日 9月10日(木)	13:00～ 13:30～ 13:00～ 10:00～	友の家いずみ (和泉市伯太町2-25-3)