

かよ  
くらしき **通いの場** ガイドブック 第二版

こころ  
がかよう

情報  
がかよう

暮らし  
がかよう

毎日が **かようび**  
~通う日~



あなたの暮らしの  
すぐそばに

『居場所』は  
どれだけありますか？

- 元気な暮らしと地域づくりのヒントがここにある
- 倉敷市の『通いの場』情報満載
- 『通いの場』の運営に役立つ情報も



# 毎日がかようび Contents もくじ

- ① はじめに ..... 1
- ② 『通いの場』ってどんなもの? ..... 2
- ③ なぜ『通いの場』が必要なの? ..... 4
- ④ 『通いの場』事例紹介 ..... 6
  - ① 男の居場所
  - ② 世代間交流型
  - ③ 体操中心型
  - ④ 自宅開放型
  - ⑤ 財源確保型
  - ⑥ 常設型
  - ⑦ 空き家・空き店舗活用型
  - ⑧ 訪問型
  - ⑨ 認知症カフェ
  - ⑩ 復興の居場所
- ⑤ 『通いの場』開設状況一覧
  - ① 個人・団体が開く『通いの場』

倉敷地区	.....	1 8
水島地区	.....	2 5
児島地区	.....	2 8
玉島地区	.....	3 1
船穂地区	.....	3 5
真備地区	.....	3 6
  - ② 医療・介護の専門機関が開く『通いの場』 ..... 3 8
- ⑥ 『通いの場』を開設したい ..... 4 0
- ⑦ 『通いの場』の設立と運営を応援します! ..... 4 2
- ⑧ 生活支援コーディネーターがつなぎます! ..... 裏表紙



# 1 はじめに

住み慣れた地域で安心して暮らせる社会に！  
「一人ひとりの居場所づくり」が元気な地域のキーワード

私たちの住む地域を取り巻く環境は、少子高齢化、人口減少といった問題を背景に、大きく変化しています。

倉敷市においても地域の差はありますが、高齢化は一層進んでおり、ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯が増加するなど、高齢社会への対応は大きな課題となっています。

そのようななかで、

「人とのつながりが続くこと」

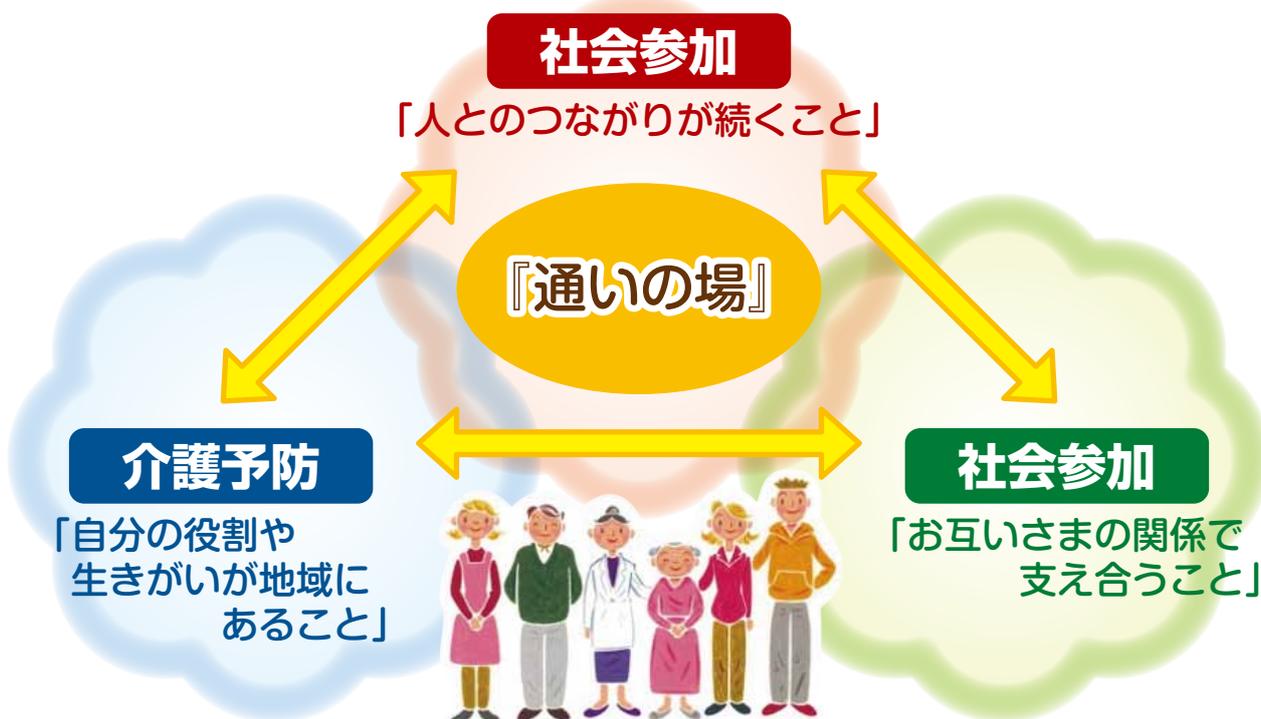
「自分の役割や生きがいが地域にあること」

「お互いさまの関係で支え合うこと」

などが、これからの「**自分も地域も元気なまち**」を目指すうえでとても大切であり、その取り組みに多くの関心が集まっています。

このガイドブックでは、倉敷市における「つながりの場」「健康寿命の延伸」「地域の支え合い」が大きく広がることを目的に、『通いの場』の効果や魅力、実際の活動や立ち上げの手順、ヒントについてご紹介します。

あなたの毎日が「**こころ**」と「**情報**」と「**暮らし**」が通いつづける「**かようび(通う日)**」となるための参考になれば幸いです。



## 2 『通いの場』ってどんなもの？

「サロン」「カフェ」「集いの場」…呼び方(愛称)は様々。

人が出会い、元気と笑顔を分けあう場。それらすべてが『通いの場』!

### どこで、どんな活動をするの？

『通いの場』とは、住民同士が気軽に集い、一緒になって内容を考え、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる活動です。また、地域の介護予防の拠点となる場でもあります。

個人の家や、集会所など、みんなが通いやすい場所が「会場」となります。



みんな地域の宝物 『通いの場』

助成対象のサロン

体操やスポーツグループ

趣味の会

井戸端会議

飲み会



2人からでも、お酒のんでも、拠点がなくても、『通いの場』!

みんなが「気軽に」「無理なく」「楽しく」集う場所であれば、その場所はすでに『通いの場』です。

住み慣れた地域の住民同士が、「集い」「しゃべり」「笑い」、一緒に時間を過ごすことで、年齢を重ねても変わらない一人ひとりの「居場所」となります。

高齢者に限らず地域の様々な世代が参加して楽しむ場が増え、定着すると、もっともっと地域が活性化していきます!

### 広げませんか？心も通う『通いの場』

みなさんが仲間とともに楽しく、いきいきと地域のなかで暮らしていけるための、仲間づくり・生きがいづくりの場は、すでに身近にあるのかもしれない。もしなかったとしても一緒につくっていくことだって可能です。

「なにか地域のためにできることはないかな?」といった小さな思いやりの気持ちを、みなさんが暮らす地域の『通いの場』活動に活かしてみませんか?

**参加者がやりたいことを楽しむ！それが『通いの場』**  
 「自由な活動・自由な発想」  
 地域に必要な活動は住民だから知っている

**楽しく！ おしゃべり**

家に閉じこもりがちな高齢者にとって、「集う」場所と機会があることは大切です。お茶を飲み、お菓子を食べながら、笑顔と言葉の掛けあひこ。



そこにはいろいろな情報や毎日を元気に暮らすヒントがつまっています。

**夢中に！ レクリエーション**

ゲームなどのレクリエーションは、場を和ませるのにつけて！夢中になって楽しむことで、いつもと違った刺激を受けて、心とからだを一層元気にしてくれます。



**学べる！ ミニ講座**

生活に役立つ勉強会などを企画するのもおすすめです。保健師に健康の話をしてもらったり、倉敷市の出前講座を利用して学習するのも良いでしょう。



※出前講座の情報は44ページ参照

**形に残す！ 創作活動**

手芸などの創作活動により、手先を動かすことが、頭の運動につながります。頑張った成果が形に残ることもうれしいですね。

あるサロンでは、作った作品をバザーに出品して、活動の財源にしているそうです。



**美味しく！ 食事会**

みんなで一緒に食べる食事は、格別です。みんなで材料を持ち寄って楽しく調理。おいしく食べて、心もおなかも幸せいっぱい。



漬物を持ち寄るだけでも、みんながいるだけで最高のごちそうになります。

**若々しく！ 体を動かす**

「自宅で一人でする体操は、なかなか続かない」そんな経験はありませんか？

みんなで集まってする運動は、周りに後押しされ、長続きします。

最近は、体操の効果を高めるために、週に一度集まる場も増えています。

生活の習慣に体を動かすことを加えて健康寿命を延ばしましょう。



# 3

## なぜ『通いの場』が必要なの？

『通いの場』を地域につくり、参加することで得られるものはなんでしょう？その「機能」と「効果」についてご紹介します。

### 『通いの場』でかようもの

#### STEP 1

**自分の足で通う**  
『社会参加の入り口』

『通いの場』は年齢を重ねてもふだんの場所で、ふだんの仲間と交流できる「日常の居場所」です。

『通いの場』に参加することで、幅広い年齢、様々な人生経験をもった人たちと交流を楽しみましょう！



#### STEP 2

**生きがいと情報が通う**  
『楽しみと活躍』

『通いの場』は一人ひとりをおもてなしする心で受け止めてくれる心の拠り所。また、みんなが参加して、それぞれが得意なことを行う「活躍の場」でもあります。「楽しみ」と「活躍」は何よりの介護予防となります。



#### STEP 3

**お互いさま意識が通う**  
『暮らしぶり仲間意識』

『通いの場』で必ずすることと言えば「チャッチャー」しゃべること。そのおしゃべりが実はとても大切！

暮らしぶりがわかるあの人だから「助けたい」「ちょっと相談してみたい」。そんな支え合いの芽が『通いの場』にたくさん生まれています。



#### STEP 4

**地域のあたたかさが通う**  
『支え合いの地域』

お互いの暮らしに関心を持ち合うことから「支え合い」はスタートします。

身近な居場所から生まれた支え合い意識は少しずつ、でも着実にあたたかい血となって地域をめぐります。



一人ひとりの元気を地域の元気に！

『通いの場』に参加することでいろんな『いいもの』があなたのもとへ！

孤独知らず

寝たきり知らず

認知症知らず

楽しさ

つながり

役割

地域愛

健康

生きがい

活動

刺激

意識

笑い

情報

お互いさま

相談相手

知識

仲間

# 『効果』を実感！『通いの場』がもたらした地域の変化

## ① 個人に現れた効果「スクワットが椅子なしで出来るように!」【オの谷町内百歳体操の場合】

No.359



1. 百歳体操の一番の難関はスクワット。始めたころは椅子を使ってもしんどかったのに…



2. 毎週続けることで、今では全員が椅子なしでもスクワットが行えるようになっていきます！



3. ご近所同士で誘い合い、まだ来ていない人がいたら「もうすぐ始まるよ」と声をかける。元気と笑顔が続く秘訣ですね。

## ② 『通いの場』に現れた効果「退会者0名!活躍の場拡大中」【西町笑天楽寿会の場合】

No.231



1. 飲み会を中心に集まった地域の男性メンバーは、男ならではの活躍について話し合い…



2. 男の料理教室で作った料理で新たな地域の居場所をつくり、その後も地域の心強い担い手として活躍を続け…



3. 自分も地域も元気になる取り組みから、厚生労働省の「健康寿命をのばそう!アワード」を受賞し、ますます会も活性化しています。

## ③ 『地域』に現れた効果「暮らしを知る『場』から支え合う『場』へ」【中庄ハイツの場合】

No.102



1. 集会所がなかった中庄ハイツ。学習塾を開放して、百歳体操を始めました。



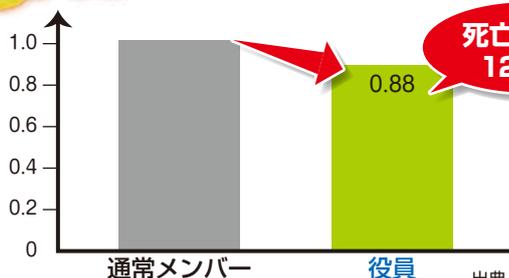
2. 毎週体操に集まることでお互いの暮らしが見えてきました。外出を支援するためのボランティアグループも立ち上がりました。



3. 中庄小学校区で一番高齢化が進んでいる中庄ハイツですが、ここは支え合いの先進地です。

### TOPIC

## 地域で役割がある高齢者は長生きしやすい(死亡率12%減)



死亡リスク  
12%減

65歳以上の高齢者10,271名を5年間追跡した結果

老人会などの役員は、通常メンバーよりも死亡率が低い。

組織内で高い立場につくことで、生きがいや自尊心が高まったことが原因の一つと考えられる。

(自治会など)  
通常メンバーと  
役員の死亡  
リスク比較

出典：JAGES(日本老年学的評価研究)プロジェクト「地域づくりによる介護予防を推進するための研究」

# 4

# 『通いの場』事例紹介

倉敷市内で開かれている『通いの場』はそれぞれに工夫や特色があります。  
この章では「みんなちがってみんないい」『通いの場』の活動事例を紹介します。

## 1 男

## の居場所

男ごころをくすぐる「男のツボ」は意外とたくさん！  
ツボを刺激してもっともっと元気になりましょう！

以前行ったアンケート調査では、倉敷市で『通いの場』に参加する男性と女性の割合は男性(3)：女性(7)という結果でした。サロンの参加者同士の情報交換の場でも、男性の参加が少ないことがよく課題にあがってきます。しかし、男性にとっての居場所も地域にはたくさんあり、そこでは男たちが日々元気に活躍しています。男が居場所に求める傾向を10のパターンに分けてみました。



## 男の居場所 十か条

### 一、新しい場所にとびこむのは、ちと苦手

No.231

#### 西町笑天楽寿会【水島：連島町西之浦】

今までは仕事一筋。そのため定年後、地域のことがわからず新しい場所に飛び込むのが苦手な男性も多いそうです。

西町笑天楽寿会では、顔を見知った会員が直接声をかけて新たな仲間を勧誘しています。



### 二、しばらくられない参加を好む

No.278

#### 下津井将棋の会【児島：下津井】

寒い日でも、天気さえよければ外で将棋を指す。これがとても気持ちがいい。犬の散歩中に立ち寄る人もいます。男たちは船の音を聞きながら将棋を指す。自由な空間だからこそ長年続いている活動です。



### 三、活動に目的と成果を求める

#### 漢塾(おとこじゅく)【倉敷：中庄】

中庄学区をよりよくするために、月に一度、定期的に支え合いの仕組みづくりの勉強会を行う、男性中心の会です。毎月約5名の男性が集まり、移動支援や地域の困りごと支援など、前向きな話し合いを行っています。



### 四、せっかく集まるのならお酒もほしい

No.93

#### ちよいワルおやしCLUB【倉敷：粒江】

地域交流スペースうきうき館を会場に、見た目はちよいワルな男性たちが「地域のためにちよいと良いことをしよう」と悪だくみを行う場所です。

悪だくみに欠かせないのはやはりお酒です。お酒を酌み交わしながら、地域愛を語る空間から、粒江のこれからの支え合いが見えてきます。



## 五、いつの時代も秘密基地にあこがれる

### 原田洋ニワイワイサロン【玉島：柏島】

野菜と土いじりという共通の趣味を持つ男性中心のメンバーがみんなで作った秘密基地のような居場所に集います。  
みんなの手が加わり、作り上げた自由に快適な空間です。



## 六、会話も大事だが、空気も共有する

### 下有井公民館にて【真備：有井】

豪雨災害により被災した真備町有井地区。ベンチに腰掛け、男たちは決壊した川を眺めながら、ポツリポツリと会話を紡ぎます。  
女性とは少し違ったコミュニケーションですが、会話以上に共有する空間を大切にしているのでしょう。



## 七、昔取った杵柄を活かす場所を求める

### 幸町だがしわ【倉敷：幸町】

昔遊びや、オセロに、将棋、他にも男たちは豊かな人生経験に裏打ちされた「杵柄」をたくさんもっています。その杵柄は地域のみみんなの宝物です。



No.5

## 八、困った人は

### 見過ごせない

男は強く、優しい生き物。ぜひ頼ってください。頼られることで、もっともっと頑張れます！



## 九、のめりこむ

No.16

### くつろぎ処しんわ【倉敷：新田】

一度、効果や必要性を実感したらのめりこむのも男の特徴。  
新田親和会館で行われる百歳体操ではポイントカードをつくり百歳体操に50回参加すると、「百歳体操マスター」の称号とマスターの証である黄色いポロシャツが贈られます。100回を達成するとさらなる特典が！  
マスターの称号と自分の健康を手にするため、男たちは今日も筋力トレーニングに余念がありません。



## 十、いつまでも現役で活躍しつづけたい



No.138

ふれあいファーム水車の里【倉敷：祐安】



No.463

ぶどうの家BRANCH【真備：辻田】



同京グループ



# 2世 代間交流型 水島子ども食堂ミソラ♪ No.223

子ども食堂から、みんなが集う地域食堂に！ [水島・西栄町]

子どもの孤食や貧困の支援から、地域の居場所づくりにつながっています。子ども、子育て世代のお母さん、地域の高齢者や障がいを抱えている人など、誰もが気軽に集い、料理をきっかけにたくさんの交流の輪が広がります。ここでは自然な人と人とのつながりから役割が生まれ、安心できる居場所となっています。



## 「団らん(誰が来てでもいい)」を大切に♪

ミソラ♪では、今まで一度も料理をしたことがない男性が野菜の皮むきや炒め物にチャレンジしたり、小さい子どもや近所の就労移行支援事業所の利用者さんが野菜を切り、料理の手伝いをしています。また、参加した学生が年下の子どもの宿題や遊びに付き添い、穏やかで楽しい時間が流れています。

自然な支え合いから心の壁はなくなり、誰にとっても居心地のいい「団らん」の時間になります。

## 1つの「もったいない」が、 たくさんの「ありがとう」に♪

フードバンクアリスさんから食品、食材を提供していただき、食品ロス削減の取り組みに協力しています。いただいた食品は地域の子どもの居場所に届け、食材はミソラ♪で愛情のこもった料理に生まれ変わります。



## 地域の高校生が主体になった子ども食堂に♪

メニューを考え料理するのも高校生！でもちょっと困れば、助けてくれる料理上手(大人)は近くにたくさんいます。

ミソラ♪に参加した高校生が、「お弁当のトマトはヘタがないけど…あれは食べやすいようにお母さんがいつもとってくれているんだ」と嬉しそうに話し、普段のちょっとした幸せに気づきます。



## 地域の人から嬉しい差し入れが♪

地域の人から畑で収穫されたゴーヤの差し入れ！予定していたメニューから1品増えて、急きょゴーヤチャンプルーが作られました。こんな嬉しいドッキリも地域とつながっているミソラ♪では珍しいことではありません！



子どもを見て思わず笑顔に。料理をしながらの3世代交流の様子です。



代表の井上 正貴さん  
ミソラ♪は「美しい空」。人と人、人と自然がどこまでもつながるといふ意味があります。

# 3 体操中心型

1. 歌って体操の会

3. イキイキ元気クラブ2015

2. ラジオ体操の会

4. にんにんサロン

住み慣れた地域で元気にイキイキと生活したい！

体操中心の『通いの場』は、健康寿命の延伸や介護予防につながるだけではなく、共通の趣味を持った仲間との出会いの場でもあります。仲間が集ってする体操は、無理なく長く続けられます。

地域の中には、「もっと楽しみながら体操を続けたい」、「ずっと健康でいたい」などの思いから、様々な工夫をしながら取り組んでいる『通いの場』が数多くあります！

## 1. 歌って体操の会

No.239

【水島：連島】



誰でも参加可能です！まず最初に全員大声で笑います。そうすると、はじめて参加する人も自然に緊張がとれ、気付けば笑顔で参加しています。

みんなで歌い、曲に合わせて自作の振り付けで体操をします。また、年に1回「おさらい会」と「発表会」がそれぞれあり、日頃練習した歌や踊りを披露する場所もあります。

## 2. ラジオ体操の会

No.282

【児島：通生】



夜明け前から、「P.P.P.ブラヴィッシモ！通生」の玄関前で、正月以外は休むことなく、毎日ラジオ体操をしています。毎日開催ということで心強い見守りにもつながっています。

夏休みには地元の小学生や親子連れも集まって大変賑わいます。



体操前には施設のプランターに水やりをする人の姿も！

## 3. イキイキ元気クラブ2015

No.339

【玉島：阿賀崎】



2015年から始まった体操は、名前のとおり参加者のイキイキとした元気づくりにつながっています。週によって体操の種類を変えることで、毎週行っても気分転換できるように工夫されており、参加者の中には皆勤賞の人もいます。体操の後にはフォークダンスも取り入れており、楽しい集まりが健康づくりにつながっています。

## 4. にんにんサロン

No.224

【水島：東千鳥町】



みんなで元気よく百歳体操と「にんにん体操」をしています。にんにん体操は座ったまま、誰でもわいわい楽しみながらできる体操です。毎回参加している人も多くいるので、自然に顔馴染みの関係ができており、無理のない社会参加や地域の見守りの場にもなっています。

他にも健康づくりに関する勉強会を定期的にしており、自身の身体や食生活などを見つめ直す機会につながっています。

# 4 自宅開放型

訪れる人も迎える人も、自宅ならではの居心地のよさがうれしい

『通いの場』は近所の公民館や集会所だけでなく、自宅の中にもあります。自宅ならではの空間で、参加者はお互いに役割を持って「場」を盛り上げています。身近にある『通いの場』だから、歩き慣れた道を仲間と一緒に通うことが出来る。地域や暮らしの中に溶け込む自宅開放型の『通いの場』は、限られたスペースの中にもたくさん可能性を秘めています。

- 1. サロン新町南 [真備：岡田]
- 2. 沙美・ひまわり [玉島：黒崎]

## 1. サロン新町南 [真備：岡田]

## 我が家のようにくつろぐ No.459



女部屋

発災前は町内にある集会所でサロンをしていました。集会所も自宅も被災し壊れてしまっても「やっぱり集まりたい」との声が多く、自宅に集うようになりました。



男部屋

(下) 自宅のテレビはインターネット回線につながっており、カラオケや手芸の手順を動画で確認するなど大活躍。自宅ならではの活用方法ですね。



このサロンは男性が常時6～8人参加します。「男性は女性の中に入ると気おくれしちゃうから、ここでは男部屋と女部屋があるのよ」と話すのは代表者の渡辺アツ子さん。男部屋では我が家のようにくつろいだ男性陣が、女部屋ではいつも以上に賑やかな女性陣の姿がありました。

## 2. 沙美・ひまわり [玉島：黒崎]

## 我が家のようになごむ No.399



参加者は他のサロンにも参加して、そこで得た情報を伝えてくれます。集まることで手芸作品や折り紙など、お互いに教え合うことができます。

参加者がお互いに「先生」になれるから、作品づくりも新しい発見があります。

2週間に1回、代表の真田さん宅に集まり、3種類の体操を約1時間行います。手が当たらないように少し体をずらすのも、慣れているから息がぴったり。しっかり運動した後はおしゃべりタイムです。次の予定や最近の様子など、何気ない会話で盛り上がるのも、自宅開放ならではの空間があるからです。



沙美・ひまわり 真田 和恵さん

# 5 財源確保型

ボランティア活動がサロンの財源に！

## かわいい鬼の会 No.162

【倉敷：茶屋町】

「サロンを始めたいけど活動の資金がない」、そんな悩みをお持ちの方もいらっしゃるのではないのでしょうか？茶屋町にある「かわいい鬼の会」では、メンバー個人が「倉敷市いきいきポイント制度」を活用し、介護保険施設等でボランティア活動をおこない、その実績に応じてたまったポイントを交付金として受け取ることでウォーキング会や食事会等のサロン活動を実施しています。

### 小さなつながりはやがて大きなつながりへ



代表の姫井伊津代さん  
元々「ラジオ体操を楽しむ会」というサロン活動に取り組んでいた姫井さん。参加者も段々多くなり、子どもから大人まで多世代で集える場に。



そしてその活動の中で仲良くなったメンバーで、ウォーキンググループ「かわいい鬼の会」を結成。

近所にある福祉施設で、倉敷市いきいきポイント制度を活用し、ボランティアに参加することで活動資金を確保し、活動もより充実したものになりました。

### 倉敷市いきいきポイント制度とは？



介護保険施設等でボランティア活動を行い、その実績に応じてたまったポイントを交付金として受け取ることができます。

《問い合わせ先・担当窓口》

☎：倉敷市社会福祉協議会  
倉敷ボランティアセンター  
086-434-3350

### 大きなつながりの中で生まれる新たな取り組み



総合ケアサービス(株)創心會でボランティアをおこなう「かわいい鬼の会」のメンバー



地域交流イベントChayaの市に「かわいい鬼の会」専用のフリーマーケットブースが誕生！この取り組みは施設を利用している方の生きがいづくりにもつながっています。



和泉 茂子さん  
施設利用者の和泉さんは、「かわいい鬼の会」のフリーマーケットブースに手芸の作品を出品しています。「ボランティアのみなさんと知り合ってから元気をいただいています」と元気に話してくれました。



「毎日が楽しい」と話す。「かわいい鬼の会」のメンバー。

財源とはお金だけでなく、

# 「絆」

なのかもしれませんね。

# 6 常設型

## 盛春会 [倉敷:大島]

No.22~No.31

集会所に、いろんな「やりたい」を集めたら、人も笑顔も集う場に

現在70名の方が会員として参加をしている「盛春会」。大島にある大島会館を主な会場に10以上の同好会活動を行っています。同好会活動は会員の「やりたい」という声に応じて少しずつ増えていき、気づけば集会所の予定表はスケジュールがいっぱいになっています。

ここに行けば、自分の「好きなこと」を選ぶことができ、ここに行けばたくさんの「笑顔」と「元気」にふれることができます。

60歳を過ぎたら、そこからが地域の暮らしの春到来！みんなで一緒に盛りあげましょう！

### ニュースポの会



みんなで囲碁ボールを中心に楽しめます。倉敷市の大会にも出場しています。

### 大島会館



### クリーンの会



ボランティアグループのクリーンの会は清掃活動を行うだけでなく、モーニングなどで料理の腕も振ります。

### カラオケの会



懐かしい歌から、流行りの歌まで思い思いに熱唱します。年2回の発表会も大盛況！

大島会館を拠点に、たくさんの交流の場を開催中。  
盛春会の会員になれば、好きな会にいくつでも参加できます。大島以外の方も参加できます！

12月予定表		12月予定表	
12/1	12/2	12/3	12/4
12/5	12/6	12/7	12/8
12/9	12/10	12/11	12/12
12/13	12/14	12/15	12/16
12/17	12/18	12/19	12/20
12/21	12/22	12/23	12/24
12/25	12/26	12/27	12/28
12/29	12/30	12/31	

カレンダーはいつも予定がびっしり！

### 歩く会



みんなでコースを決めて、ウォーキング。歩くたびに新しい発見と交流が生まれます。

### 健康&おはなしの会



百歳体操や健康吹き矢を取り入れています。高齢者支援センター等の講師を招いての勉強会も開催中。

### 手芸&おしゃべりの会



おしゃべりを楽しみながら手芸をしています。料理や食事会も行います。

### フラワーサロン



お花の流派に関係なく、みなさんが生徒であり先生です。四季折々の生け花を楽しんでいます。

### 俳句の会



身近な毎日のことや季節のことを17文字の俳句にして楽しめます。頭と心の体操です。



参加者の声

ウォーキングコースを考えたり、料理のメニューを考えたり、盛春会はやることがいっぱい！だけど、それが楽しくて仕方がない。忙しいなか私の役割ややりがいがたくさんあるので、もっとこの会の良さをみんなに知ってもらい、参加をしていただきたい。

盛春会 秋岡 範充さん

※この他にも、卓球の会やグラウンドゴルフの会も元気に開催中です。

## 7 空

## き屋・空き店舗活用型

1. 旭町ふれあいセンター 2. 喫茶店 川柳 歌声喫茶  
3. カフェ陶 4. つくほ片山家おしゃべり喫茶

人が集えば空き家も輝く! アイデアがあれば身近なあの場所も通いの場に

地域には、様々な理由で空き家や空き店舗になった建物があります。しかし、そのような使われなくなった建物も、「この場所でこんな事ができたらいいな」「この場所にこんな人を呼びたいな」という思いがあれば、イキイキとそれぞれの『こんな事』ができる素敵な空間に生まれ変わることもできます。

役割を失っていた建物にも、人が集うことで新たな役割が吹き込まれ、集う人たちの元気を支えてくれます。

## 1. 旭町ふれあいセンター

No.4

【倉敷：東学区】



元気な地域づくりを目的とした作戦会議「小地域ケア会議」で、みんな

で検討して実現した旭町ふれあいセンターは、元布団屋さんの空き店舗を活用しました。

地域の方がよく知っている馴染みの場所で手芸や体操、子育てサロンなどを楽しみます。

現在は、別の場所に会場を移していますが、空き店舗という地域の資源を有効に活用するアイデアは他の地区でも大いに活かそうです。

## 2. 喫茶店 川柳 歌声喫茶

No.418

【玉島：新倉敷駅前】



新倉敷駅前にある「川柳」は、倉庫だった建物を店主自ら改装して作った喫茶店。歌が好きな店主が、この場所で月に2回、

歌声喫茶を開催しています。聞こえてくる歌に誘われ訪れた人も、すぐに歌の仲間入り。歌った後にみんなで飲むコーヒーは格別です。



## 3. カフェ陶 【玉島：陶】

No.428

以前住んでいた家が空き家になり、そこをおしゃべりや手芸、笑いヨガなどもできる集いの場として蘇らせた「カフェ陶」。民家の間に溶け込むようにあるこの場所は、集う人にとって居心地のいい

空間になり、好きなことを気の合う仲間同士でマイペースに行っています。



## 4. つくほ片山家 おしゃべり喫茶

No.119

【倉敷：帯高】

数年前まで空き家だった古民家は、実は江戸時代にできた建物。敷地内には能舞台や日本庭園もあり、貴重な歴史を感じる空間です。

この場所を活用し、今ではおしゃべり喫茶や世代間交流なども行われ、落ち着いた空間が集う人のふれあいを見守っています。



# 8 訪問型

## 「ちょっとそこまで」

専門機関の『通いの場』  
No.3

訪ねた先が『通いの場』。「待つ」から「出向く」への新発想！

自分の足で『通いの場』に参加できているうちはいいけれど、そこに行けなくなったその先は？  
そのような不安を解決する方法として、大高高齢者支援センターが取り組んでいる新たな『通いの場』が訪問型サロン「ちょっとそこまで」です。

外出に不安があっても大丈夫。テントや椅子・お茶セットを車に積み込んで、あなたの家のすぐそばにサロンの方がお邪魔します！自宅の庭先や近くのお店など、無理なく、いつまでも地域での交流を楽しみましょう！



(上) この日は、ドン・キホーテ倉敷店さんの駐車場の一角をお借りしてサロンを開催しました。かわいいステッカーを貼った車で訪問します。



(左) 店長さんから焼き芋と飲み物のうれしい差し入れが。住民とお店のつながりがサロンを通していっそう深まります。



(右) 参加者のなかには、杖や押し車を使っている方もいますが、自宅のそばまで来てくれる、このサロンなら無理なく参加できます。

### TOPIC すごいぞ真備町！市内及び真備町の『通いの場』の推移

平成28年度以降、生活支援コーディネーター等が市内の『通いの場』の調査を行っています。年々『通いの場』の数は増え、特に真備町は平成30年7月豪雨災害被災以降、様々な形の『通いの場』が生まれており、発災前の倍近くまでその数が増えていることがわかります。

大きな災害があった真備町は今、「人と出会い」「情報が行き来し」「日常を感じる」ことができる場から少しずつ復興への歩みを進めています。

(生活支援コーディネーター調べ)

内容	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
個人・団体が実施する『通いの場』	430	499	600	705
真備町の『通いの場』	38	51	58	98

# 9 認

## 知症カフェ

1. コメダ珈琲店倉敷中島店  
3. 児島の学び場

2. オレンジハイツ  
4. Pカフェ!通生

様々な担い手による認知症カフェが次々と誕生!

地域の特徴が十人十色であるように、認知症カフェの取り組みも様々です。認知症のご本人やご家族の方、専門家、地域の方々が気軽に集い、情報交換や相互交流等ができる『通いの場』、認知症カフェをご紹介します!

### 1. コメダ珈琲店倉敷中島店 <sup>トキ</sup>でくつろぎの時間を [倉敷:中島]

「コメダ珈琲も地域貢献を!」オーナーさんと店長さんの熱い思いから始まった認知症カフェです。高齢者支援センターや認知症マイスターと協力しながら誰でも気軽に立ち寄れる居場所を目指します。



スタッフに対する認知症サポーター養成講座を開催

### 2. くらしき山陽ハイツのすべてが認知症カフェ オレンジハイツ [倉敷:有城] No.116



宿泊、食事、入浴、研修、スポーツなど様々な楽しみが詰まった、くらしき山陽ハイツならではの認知症カフェを開きたい。作戦会議を重ねて生まれたのが、会館全てが認知症の人を優しく受け止める「オレンジハイツ」です。



大きな牌を使ったコミコミマーじゃんもやっています。楽しみながら認知症予防。



認知症サポーターの証、オレンジリングを持参すると飲み物代等が割引になるうれしい特典が!

### 3. 日本初?電気屋さんで認知症カフェに!? 児島の学び場 [児島:小川] No.298

長年地域の電気屋さんを営んできた「すがの電器」。代表の菅野雅次さんは、地域の方が集う場、人と人が繋がる場、心の拠り所となる場でありたいとの思いから取り組みを開始。

福祉の関係団体と協力しながら地域の居場所づくりに貢献します。



モデルハウスのような室内!座るだけでも癒されます。

### 4. 看護・介護・栄養の専門職が相談にのります! Pカフェ!通生 [児島:通生]

専門機関の『通いの場』  
No.33



地域密着型特別養護老人ホームP.P.P.ブラヴィッシモ!通生内に誕生した認知症カフェ。多くの専門職が参加しているので様々な相談にも対応可能。

また地域の民生委員なども参加し、まさに地域と一体となった認知症カフェです。



専門職との世間話も大切な時間です。

# 10 復興の居場所 この地域で暮らし続ける

- 1. 真備洗浄カフェ
- 4. ぶどうの家BRANCH
- 2. 岡田シニア倶楽部歌声喫茶
- 5. ぐい真備
- 3. ぽっと笑待会
- 6. フレまび

豪雨災害によって被災した真備町。多くの居場所が水害によって失われましたが、人と地域は今だからこそ「集い」「つながる」ことの大切さを感じています。

住民や様々な機関がつながりあうことで、多くの「場」が生まれ、気づけば被災前以上の『通いの場』が誕生し、その「場」一つひとつが復興への大きな後押しとなっています。

## 1. 真備洗浄カフェ [真備: 箭田]

ボランティア型

No.489

いつ来ても、いつ帰ってもいい



写真洗浄のボランティア活動を行う一角にその場所があります。

そこでは、世代も性別も住んでいる場所さえ超越した交流が生まれています。

ボランティア同士の交流だけでなく、時には洗浄を依頼した方とボランティアの方々との談笑や住民の方の体験談を聞く場になったりもしています。

「いつ来ても、いつ帰ってもいい」ボランティア活動をしなくても、誰でも気軽に覗いて集える場所を目指しています。

## 2. 岡田シニア倶楽部歌声喫茶 [真備: 岡田]

大人数型

No.457

来る者拒まずで笑顔満載♪

「声を出すことは心と体に良いこと!」と、発災前から岡田地区で歌声喫茶を行っていました。その時から『来る者拒まず』のスタンスは変わりません。誰でも来られて、みんな楽しい。それが歌声喫茶です。



歌が好きなら誰でも集まれ～！を続けていたら、毎回の平均参加者が100～150人！になりました。

歌声も笑顔もはじけています。

### 3. ほっと笑待会 [玉島:長尾]

真備の集い

No.416

#### 真備with心ほっとサポーター

「みなし仮設の方々のために私たちができることはないか、新たな関係づくりの手伝いが出来ないだろうか、この地域の良さも知ってもらえたら…」玉島地区の心ほっとサポーターたちの思いから始まったこの集いも、今や2か月に1度の定期開催を行うまでになり、多くの方に喜ばれています。



### 4. ぶどうの家BRANCH No.463

常設型

[真備:辻田]

いつでも誰かがそこにいる



誰でも利用できる「場」であるBRANCH。イベントの日もそうじゃない日も常時開放されています。いつでも誰かがそこにいる、気軽にふらっと寄れる居場所です。

### 5. ぐい真備 [真備:辻田]

専門機関の『通いの場』  
No.53

男の居場所

飲みにケーション  
かくあるべし!



お酒と一緒に昔を語る。今を語る。将来(ユメ)を語る。語りつくして現状を動かす力がこの場所にあります。

### 6. フレまび [真備:箭田]

店舗協働&外出支援型

専門機関の『通いの場』  
No.58

何やってる  
のかな?



地域に暮らすのは人だけに非ず

町内にある施設が公益事業の一環で外出支援のサポートと居場所づくりを応援し、スーパーは店舗の空きスペースを提供することで、この活動を応援しています。

参加者は、お昼を店舗でワイワイ言いながら購入し、みんなで一緒に食べ、帰りには、買物をして帰ります。

買物に来た方の飛び入り参加もあったり、思いがけず顔見知りの方に会って話がはずんだり。店舗ならではの良さがあります。

それぞれのできることが重なって、こんなに素敵な『通いの場』になりました。



送迎に頼らず直接参加も、ちょっと覗いての飛び入り参加も可能です。

# 5

# 『通いの場』開設状況一覧

倉敷には暮らしを輝かせる居場所がこんなにたくさん！  
『通いの場』の数だけみんなの笑顔とふれあいがあります。

『通いの場』ガイドブック作成にあたり、倉敷市内の約700か所のサロン等の代表者へ実施状況の調査を行いました。そのうち掲載を了承していただいた、556箇所の活動内容をご紹介します。

## 個人・団体が開く『通いの場』

※一覧に掲載している『通いの場』に関するお問い合わせは、倉敷市社会福祉協議会(TEL: 086-434-3301)までご連絡ください



開設状況一覧の最新情報は電子版でご確認いただけます。



No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
1	倉敷 阿知	まちなか映画サロン	天満屋倉敷店6階 ウイズアップくらしき	毎月 第4金曜日	13:00~16:00	15~20	誰でも参加可能	無料	話 体 勉
2	倉敷 阿知	まちなか歌声サロン	つくしホール	毎月 第1水曜日	14:00~16:00	15~20	誰でも参加可能	無料	話 歌
3	倉敷 鶴形	ふれあいサロン鶴形	倉敷中央 ケアセンター	毎月 第3金曜日	10:00~11:30	80	誰でも参加可能	毎回100円	話 体 レ 世 勉 歌
4	倉敷 鶴形	旭町ふれあい センター	倉敷中央 ケアセンター	月3回 (不定期)	10:00~12:00	10~20	誰でも参加可能	毎回100円	話 体 世 手
5	倉敷 幸町	幸町だかしわ (2020年3月末で終了)	幸町会館	毎月 第3土曜日	13:00~15:30	30	誰でも参加可能	駄菓子購入費	話 レ 世 歌
6	倉敷 幸町	ふれあいサロン幸町	幸町会館	毎月 第2水曜日	10:00~11:30	15	東学区の高齢者	毎回100円	話 体 レ 勉
7	倉敷 東町	東町だかしわ	町家トラスト	毎月 第1土曜日	10:00~15:00	15~30	誰でも参加可能	駄菓子購入費	話 レ 世
8	倉敷 東町	東町町家婦人の会	町家トラスト	奇数月の 第2水曜日	14:00~16:00	12~13	東町の女性中心	毎回100円	話 食 体 レ 勉 外 手
9	倉敷 羽島	ふれあいサロン 西羽島	はぁもにい倉敷1階	毎月 第4月曜日	9:00~10:00	3~4	誰でも参加可能	毎回100円	話 体 レ
10	倉敷 羽島	みずきサロン	羽島公民館	毎月 第3・4木曜日	14:00~16:00	13	羽島町内高齢者	無料	話 体 レ 手
11	倉敷 羽島	健康体操クラブ	羽島ヶ丘自治会館	毎月 第1・3火曜日	19:00~20:00	10	高齢者	無料	話 体 世
12	倉敷 中央	ミフネ会	中央憩の家	毎月 第1木曜日	10:00~12:00	13~14	高齢者	無料 町外の方は会費集金	話 体 レ 勉
13	倉敷 中央	倉敷ふじの会	中央憩の家	毎週火曜日	13:00~15:00	9	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	ホ
14	倉敷 向山	きんかんの会	向山集会所・大師堂	毎週土曜日 第3日曜日	土曜日 14:00~16:00 日曜日 8:00~10:00	5~7	向山地区の 高齢者	無料	話 体 レ 歌 ホ
15	倉敷 向山	向山南花の会サロン	向山南集会所	毎月 第3木曜日	13:00~15:00	10	向山南町内会 女性会	3か月ごとに 500円	話 体 レ ホ
16	倉敷 新田	くつろぎ処しんわ	新田親和会館	毎月 月・水・金曜日	13:30~16:00	20	概ね新田地域 の高齢者	毎回100円 内容によって集金	話 食 体 レ 世 歌
17	倉敷 老松町	サロン老松遊園	老松本通公民館	毎月 第2・4木曜日	14:00~16:00	11	町内の高齢者	無料	話 体 勉

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
18	倉敷 老松町	いきいき100歳体操	老松学区 ふれあい会館	毎週火曜日	10:00~11:15	20	町内の高齢者	月会費100円	話 体 勉
19	倉敷 田ノ上	まちかどカフェ	田ノ上 みんなのひろば	毎月 第2月曜日	14:00~15:30	10	誰でも参加可能	毎回100円	話 体 し 歌
20	倉敷 日吉町	ひよし会	日吉会館	毎週月曜日	10:00~11:00	10	高齢者	空調使用時期 月100円	話 体 し
21	倉敷 川入	川入ふれあいサロン	川入会館	毎週木曜日	10:00~12:00	20	概ね町内の住民	月会費200円	話 体 し 勉
22	倉敷 大島	盛春会 健康&おはなしの会	大島会館	毎月水曜日	13:30~15:30	15	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 食 体 し 勉 外
23	倉敷 大島	盛春会 手芸&おしゃべりの会	大島会館	毎月 第1・3木曜日	13:30~15:30	10	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 食 手
24	倉敷 大島	盛春会 ニュースポの会	大島会館	毎月 第3火曜日	13:30~15:00	16	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 し 外
25	倉敷 大島	盛春会 カラオケの会	大島会館	毎月 第2・4金曜日	5月~10月 18:00~21:00 11月~4月 17:00~20:00	15	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 食 歌
26	倉敷 大島	盛春会 俳句の会	大島会館	毎月 第2水曜日	9:30~12:00	5~6	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 勉
27	倉敷 大島	盛春会 フラワーサロン	大島会館	毎月 第2月曜日	10:00~12:00	6~7	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 手
28	倉敷 大島	盛春会 卓球の会	大島会館	毎週金曜日	14:00~16:00	15~16	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 食 し
29	倉敷 大島	盛春会 クリーンの会	集合場所 旧まねきねこ前	奇数月の 第4日曜日	7月~9月 7:00~8:00 11月~5月 8:00~9:00	7~8	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 食 ホ
30	倉敷 大島	盛春会 歩く会	集合場所 大島会館ほか	毎月 第3月曜日	9:00~11:00	25	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 食 し 外
31	倉敷 大島	盛春会 グラウンドゴルフの会	万寿東幼稚園園庭	毎週土曜日	5月~9月 8:00~10:00 10月~4月 9:00~11:00	15~16	概ね60歳以上	年会費 町内:2,000円 町外:3,000円	話 し
32	倉敷 大島	いきいき元気サロン	代表者宅	毎週月曜日	14:30~19:00	10	高齢者	無料	話 体 し 世
33	倉敷 福島	オレンジ会	福島公民館	毎月 第2・4木曜日	9:00~12:00	12~13	町内の住民	無料	話 体
34	倉敷 福島	いきいきクラブ	中津集会所	毎週金曜日	10:00~11:30	13	高齢者	無料	話 体
35	倉敷 福島	万寿東いきいき 百歳体操	福島公民館	毎週火曜日	10:00~11:30	24~25	町内の住民	毎回50円	話 体 し 勉
36	倉敷 沖新町	蘭	倉敷南公民館 (もしくは中洲憩の家)	毎月3回	13:00~15:00	6	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話 体
37	倉敷 堀南	堀南いきいき ふれあいサロン	堀南公民館	毎月1回 (不定期)	10:00~11:30	20	町内の住民	無料 内容によって集金	話 食 体 勉
38	倉敷 堀南	葦の会	堀南公民館	毎週水曜日	10:00~12:00	13	町内の住民	無料 内容によって集金	話 食 体 し 世 勉 外
39	倉敷 西中新田	ふれ愛西中サロン	西中新田公民館	毎月 第2・4土曜日	14:00~15:30	23~25	高齢者	無料	話 体 し 勉 歌
40	倉敷 笹沖	さんさんクラブ	くらしき健康 福祉プラザ	毎月2回 (不定期)	13:30~15:00	11	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話 体 歌
41	倉敷 笹沖	菜の花サロン	くらしき健康 福祉プラザ	毎月 第2・4水曜日	13:30~16:00	15	精神障がいのある方	無料	話 食 し 外
42	倉敷 笹沖	まびまあるの会	くらしき健康 福祉プラザ	毎月1回 (不定期)	13:30~16:00	7	西日本豪雨 災害被災者	無料	話 食 し

# 5. 『通いの場』開設状況一覧

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
43	倉敷 笹沖	コミコミ麻雀を 広める会	くらしき健康 福祉プラザ	毎月 第1・3金曜日 第4木曜日	13:00~16:00	15~20	会員	年会費1,500円	話レポ
44	倉敷 笹沖	笹沖気楽サロン	笹沖公民館	毎月1回 (不定期)	10:00~12:00	30	町内の高齢者	無料	話食体レ勉
45	倉敷 笹沖	SOK48	笹沖公民館	毎月 第4金曜日	13:00~14:30	15	コミコミマージャン 会員の女子	無料	話レ
46	倉敷 笹沖	気楽会	カラオケ・チャンス	毎月 第3月曜日	12:00~15:00	10	誰でも参加可能	毎回800円	話食歌
47	倉敷 笹沖	イククラブ・育々会	育々会 サロンスペース	各種講座 毎月1回	概ね 10:00~11:30 19:00~20:30	5	誰でも参加可能	毎回500円	話世勉
48	倉敷 吉岡	吉岡町内会サロン	吉岡公民館	毎週火曜日	13:00~14:00	15~17	町内の住民	無料 内容によって集金	話食体レ世 勉歌
49	倉敷 浦田	浦田いきいきサロン	浦田公民館	毎月第2日曜日 が第3日曜日	10:00~12:00	10	高齢者	毎回100円	話食体レ世
50	倉敷 西富井	ふれあいサロン和	西富井公民館	毎週水曜日	13:30~15:30	20	町内高齢者	無料	話体レ外
51	倉敷 福井	しあわせ会	福井公民館	毎月 第1金曜日	10:00~12:00	10	概ね町内の住民	無料	話食体勉
52	倉敷 福井	福ふくくらぶ	福井公民館	毎週火曜日	夏期 9:30~11:00 夏期以外 10:00~11:30	20	町内の住民	月会費100円	話体勉歌
53	倉敷 福井	福井サロン	福井公民館	毎月 第4金曜日	10:00~11:00	15~16	概ね町内の住民	毎回50円	話体レ勉歌
54	倉敷 四十瀬	わくわく	四十瀬公民館	毎週金曜日 (第3金曜日のぞく)	14:00~15:00	15	誰でも参加可能	無料	話体
55	倉敷 安江	安江宮東 わくわくサロン	安江宮東公民館	毎月 第1・3水曜日	13:30~15:00	16~18	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話食体レ手 歌
56	倉敷 安江	安江みどり会	安江公民館	毎月1回	13:00~15:00	10	安江地区の 高齢者	内容によって集金	話体
57	倉敷 安江	安江ふれあいサロン	安江公民館	毎月 第1金曜日	11:00~13:00	20	概ね町内の住民	毎回300円	話食体レ勉 歌
58	倉敷 八王寺町	里帰りサロン 「つーちゃん」	倉敷西公民館	毎月 第1木曜日	10:00~11:30	50	高齢者 乳幼児の親子	毎回100円	話レ世ポ
59	倉敷 八王寺町	東八サロン	東八王寺公民館	毎月 第2・4木曜日	9:30~11:00	20	誰でも参加可能	毎回100円	話体レ勉歌
60	倉敷 酒津	サロンサカツ	西酒津旧公民館	毎月 最終土曜日	9:30~11:15	20~23	西酒津地区 の高齢者	無料	話レ歌
61	倉敷 酒津	はちおうじ 楽々サロン	八王寺公民館	偶数月の 第1土曜日	10:00~12:00	30~40	八王寺町内住民	毎回100円 内容によって集金	話レ世外
62	倉敷 酒津	いきいきサロン 八王寺	八王寺公民館	毎週火曜日	9:30~11:30	25~30	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話体レ勉手
63	倉敷 酒津	ラララ楽楽	中洲憩の家	毎月 第2・4水曜日	13:30~16:00	25	高齢者	内容によって集金	話食体レ歌
64	倉敷 酒津	元気教室	中洲憩の家	毎週木曜日	10:00~11:00	20	高齢者	無料	話体
65	倉敷 酒津	蘭	中洲憩の家 (もしくは倉敷南公民館)	毎月3回	13:00~15:00	6	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話体
66	倉敷 酒津	あけぼのサロン	川東公民館	毎月 第1水曜日	10:00~11:00	8~9	概ね町内の住民	無料	話体
67	倉敷 酒津	木屋酒津サークル	東酒津公民館	毎週金曜日	10:00~11:00	30	町内の高齢者	毎回100円 内容によって集金	話食体外歌

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動	
68	倉敷	酒津	酒津ゲンキサロン	西酒津新公民館	毎週金曜日	10:00~11:15	24	西酒津地区の高齢者	無料	話 体
69	倉敷	水江	水江いきいき健康サロン	水江公会堂	毎月第2金曜日	10:00~11:30	25~30	水江地区の高齢者	毎回100円	話 体 レ 歌
70	倉敷	水江	古水江ふれあいサロンすみれ	古水江公民館	毎週火曜日	10:00~11:00	25~30	古水江地区の高齢者	無料	話 体 レ
71	倉敷	水江	認知症カフェ房舎	自宅	月・火・木 金・日曜日 ただし 第3週は全休	10:30~18:00	1~2	誰でも参加可能	無料	話 食 レ 外 歌
72	倉敷	中島	中島学区郷土を学ぶ会	中島自治会館	毎月第2土曜日	14:00~16:00	6~7	誰でも参加可能	無料	勉
73	倉敷	中島	絆の場	北町もりや食堂跡	毎月20日	10:00~12:00	-	誰でも参加可能	毎回200円	話 食 体 世 歌
74	倉敷	中島	小溝にぎやかカフェ	小溝公民館	毎週月曜日	10:00~12:00	25	誰でも参加可能	毎回100円 内容によって集金	話 食 体 レ 世 勉 外 手 歌
75	倉敷	中島	小溝藤花サロン	小溝公民館	毎月第4土曜日	13:30~15:30	10	地区内の高齢者	毎回200円 内容によって集金	話 食 体 レ 外
76	倉敷	中島	健康はつらつ教室	小溝公民館	毎週金曜日	10:00~12:00	15	町内の住民	月会費100円	体
77	倉敷	中島	並木楽楽サロン	並木町二丁目公民館	毎月開催	12:00~17:00	10	高齢・独居の方	無料	話 食 勉
78	倉敷	中島	並木ふれあいサロン	並木町二丁目公民館	毎週木曜日	13:00~14:30	20	誰でも参加可能	無料	話 体 勉 歌
79	倉敷	中島	カラオケ同好会	並木町二丁目公民館	毎週金曜日	13:00~15:00	10	近所の住民	毎回100円	話 歌
80	倉敷	中島	中島ハイツふれあいサロン	中島ハイツ集会所 (もしくは連島北憩の家)	毎週金曜日	10:00~12:00	15	町内の高齢者	毎回100円	話 食 体 レ 勉 歌
81	倉敷	中島	中島ハイツカフェゆうゆう	中島ハイツ集会所	毎週水曜日	10:00~15:00	25~30	誰でも参加可能	飲食代	話 食
82	倉敷	中島	中島ハイツ将棋クラブ	中島ハイツ集会所	毎週月曜日	13:00~16:00	5~10	誰でも参加可能	毎回100円	話 レ
83	倉敷	中島	中島ハイツ卓球同好会	中島ハイツ集会所	毎週火・木曜日	9:00~12:00	10	団地の住民	毎回50円	話 レ
84	倉敷	中島	中島ハイツカラオケ同好会	中島ハイツ集会所	毎月第2・4火曜日	13:00~17:00	15~20	町内の住民	毎回100円	話 歌
85	倉敷	中島	大西いきいき体操の会	大西公民館	毎月第2・4火曜日	13:30~14:30	16~18	誰でも参加可能	無料	話 体 レ
86	倉敷	中島	中島ふれあいサロン	中島自治会館	毎週水曜日	13:30~15:30	35~36	中島地区の高齢者	無料	話 体 レ 手 歌
87	倉敷	黒石	黒石げんきサロン	黒石集会所	毎週水曜日	10:00~12:00	15	黒石地区の高齢者	無料	話 食 体 レ 手
88	倉敷	八軒屋	八軒屋元気サロン	八軒屋公民館	毎週月曜日	13:30~15:00	10	誰でも参加可能	無料	話 体 レ 歌
89	倉敷	粒浦	いきいきサロンつぶうら元気クラブ	下粒浦公民館	毎週土曜日	14:00~15:30	13	町内の高齢者	無料	話 体
90	倉敷	東粒浦	東粒浦長寿会	東粒浦公民館	毎週金曜日	9:30~10:15	15~16	地域の高齢者	無料	体
91	倉敷	粒江	すみれ会	粒江中洲集会所	毎週水曜日 (体操) 隔月 (交流サロン)	水曜日 10:00~10:40 隔月 10:00~13:00	35	三支館地区の高齢者	体操は無料 隔月のサロンは 参加費300円	話 食 体 世 外 歌
92	倉敷	粒江	みつばち会	倉敷市粒江第2遊園 舟元前場集会所	毎週火曜日 (体操) 第1・2日曜日 (清掃)	火曜日 10:00~11:00 日曜日 7:00~8:30	25	粒江町内の住民	年会費1,000円	話 食 体 レ 勉 歌 ホ

5. 『通いの場』開設状況一覧

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
93	倉敷 粒江	ちよいワルおやじ CLUB	地域交流スペース うきうき館	不定期	—	16~17	粒江小学校区の住民	内容によって集金	話 食
94	倉敷 粒江団地	粒江団地サロン	粒江団地集会所	毎月第4水曜日	13:30~16:00	10~15	粒江団地の住民	無料	話 し
95	倉敷 黒崎	黒崎すみよし会 (サロン)	黒崎北町内会館	毎月第3水曜日	10:00~12:00	17	黒崎町内の高齢者	無料 内容によって集金	話 体 し 世 勉 外 歌 ホ
96	倉敷 黒崎	黒崎すみよし会 (百歳体操)	黒崎北町内会館	毎週月曜日	14:00~15:30	20	黒崎町内の高齢者	月会費100円	話 体
97	倉敷 中庄	どまんなか	ボランティアハウス どまんなか	日曜日以外	10:00~16:00	25	誰でも参加可能	ランチ350円 講座の内容によって集金	話 食 体 し 世 勉 外 手 歌 ホ
98	倉敷 中庄	おばあちゃん会	万寿東町内会集会所	毎月第2水曜日	10:00~12:00	7~8	町内の高齢者	無料 内容によって集金	話 体 し 手 歌
99	倉敷 中庄	別府ことぶき会	別府公民館	偶数月第2土曜日	10:00~12:00	15	誰でも参加可能	年会費1,000円	話 食 体 し 勉 歌
100	倉敷 中庄	村上サロン	会員宅	ほぼ毎日	8:30~	3	近所の高齢者	無料	話
101	倉敷 中庄	倉敷中庄天神ふれあい広場の会	中庄天神団地集会所	毎日(体操) 毎週水曜日・土曜日 (グラウンドゴルフ)	体操 6:30~6:40 グラウンドゴルフ 9:30~11:30	30	誰でも参加可能	年会費1,000円 内容によって集金	話 食 体 し 世 勉 ホ
102	倉敷 中庄	あすなる	中庄ハイツ公文教室	毎週月曜日	10:00~11:30	15	高齢者	無料	話 体
103	倉敷 中庄	中庄学区ニュースポーツ推進委員会 グラウンドゴルフ・バタンク	中庄小学校グラウンド(練習) マスカット球場 多目的広場(大会)	毎週日曜日(練習) 年2回(大会)	9:00~12:00(練習)	練習 15~20 大会 60~100	中庄地区の住民	無料 内容によって集金	し
104	倉敷 中庄	らく友会	緑の里集会所	毎月第3月曜日	10:00~12:00	4	近所の住民	無料	話 体 し
105	倉敷 中庄団地	いきいきサロン なかよし	中庄団地県営22番地集会所	毎月第2木曜日	10:00~12:00	13~16	22番地町内の高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 し 勉 歌
106	倉敷 中庄団地	交流サロン シルバーハウジング	シルバーハウジング 団らん室	毎月第1火曜日	10:00~13:00	10	高齢者	無料	話 食 し 勉 手
107	倉敷 中庄団地	22番地百歳体操	県営22番地集会所	毎週木曜日	10:00~11:00	10	22番地町内の高齢者	無料	話 体
108	倉敷 鳥羽	鳥羽元気会 ふれあいサロン	鳥羽公民館	毎週土曜日	10:00~11:30	22	高齢者	月会費100円	話 体 勉 外
109	倉敷 鳥羽	緑ヶ丘団地運動グループ	緑ヶ丘団地集会所	毎週土曜日	10:00~11:00	15	町内の住民	無料	話 食 体 し 歌
110	倉敷 徳芳	サロンやよい	イトーピア集会所	毎月1回(不定期)	—	15	イトーピア町内会の住民	年会費300円 内容によって集金	話 食 体 し 勉 手 歌
111	倉敷 加須山	りんごの会(高齢者)	野口様宅	毎月第3金曜日	10:00~15:30	7	誰でも参加可能	毎回500円	話 食 外 手
112	倉敷 加須山	りんごの会(障がい者)	野口様宅	毎月第4土曜日	10:00~15:30	6	障がいのある方	毎回500円	話 食
113	倉敷 加須山	カラオケ同好会 フジワラ	藤原車両3階	毎月第1日曜日 第3水曜日	19:30~22:00	10	誰でも参加可能	毎回500円	話 食 歌
114	倉敷 加須山	真向法体操サロン	加須山会館	毎週月曜日	19:00~20:00	6	誰でも参加可能	年会費4,000円	話 体
115	倉敷 加須山	和幸庵	代表者宅	毎月第1・3土曜日	14:00~16:00	7~8	高齢者	無料	話
116	倉敷 有城	オレンジハイツ	くらしき山陽ハイツ	毎週水曜日	10:00~14:00	5	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話 食 し 勉 手 ホ
117	倉敷 帯高	はなも16	屋外(六間川の橋のたもとに集合)	月4回 火曜日又は金曜日	夏 7:00~10:00 冬 8:00~11:00	3	誰でも参加可能	無料	話 体 外

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
118	倉敷 帯高	さくらサロン	会員宅	毎週木曜日	10:00~12:00	9	近所の方・高齢者	無料	話
119	倉敷 帯高	つくぼ片山家 「おしゃべり喫茶」	つくぼ片山家	毎月 第3土曜日	13:30~15:30	10	誰でも参加可能	通常300円 内容によって集金	話 食 世 勉 歌
120	倉敷 藤戸町 天城	天城さくらの会	山下公民館	毎月1回 (不定期)	10:00~12:00	8~10	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話 体 レ 歌
121	倉敷 藤戸町 天城	むつみ会 ヨガ教室	天城憩の家	毎週水曜日	14:00~15:30	10	高齢者	月会費1,500円	体
122	倉敷 藤戸町 天城	天城リフレッシュ 体操教室	天城憩の家	毎週木曜日	14:00~15:00	25	高齢者	年会費500円	話 食 体 勉
123	倉敷 藤戸町 天城	サロン紅秋	代表者宅・天城公園 ・天城憩の家	不定期	-	9	天城・橋本町内の 女性高齢者	毎回300円	話 食 レ 外 手
124	倉敷 藤戸町 天城	月曜会 (片原西サロン)	代表者宅	毎月 第1月曜日	13:00~16:00	8~13	高齢者	無料	話 食 レ 勉 手 歌
125	倉敷 藤戸町 天城	わらびの会	外出先	不定期	-	10	片原西町内の 住民	外出の実費	食 外
126	倉敷 藤戸町 藤戸	癒しの会	塩干集会所	毎月 最終日曜日	9:30~11:30	12	誰でも参加可能	年会費100円 内容によって集金	話 体 レ 勉 手 歌
127	倉敷 藤戸町 藤戸	すみれクラブ	藤戸ハイツ集会所	毎週木曜日	10:00~11:00	20	藤戸ハイツ町内の 高齢者	無料	話 体 歌
128	倉敷 天城台	天城台サロン遊悠	天城台集会所	毎月 第3土曜日	9:00~12:00	20~25	天城台町内の 高齢者	毎回300円	話 食 体 レ 世 勉 手 歌
129	倉敷 西坂	わらびの会	西坂公民館	毎月 第3木曜日	10:00~11:30	15~16	概ね町内の住民	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 歌
130	倉敷 生坂	さくら会	生坂ハイツ集会所	毎月 第2・4月曜日	10:00~13:00	13	女性高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 世 勉 手 歌 手
131	倉敷 西岡	なかよし会	西岡荘 (もしくは民主会館)	毎週土曜日	10:00~16:00	12	高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 外 手
132	倉敷 西岡	西岡会館 写真同好会	西岡会館	毎月 第1・4日曜日	10:00~12:00	7	誰でも参加可能	無料	話 勉 外
133	倉敷 宮前	なかよし会	倉敷民主会館 (もしくは西岡荘)	毎週土曜日	10:00~16:00	12	高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 外 手
134	倉敷 宮前	イスヨガサークル	倉敷民主会館	毎月 第2・4水曜日	10:00~11:30	10~12	誰でも参加可能	毎回500円	話 体
135	倉敷 宮前	青葉会	コープ倉敷北 組合員活動室	毎月 第3土曜日	11:00~13:00	22	高齢者	毎回500円 (昼食代)	話 食 体 レ 外 歌 手
136	倉敷 宮前	花の街サロン	花の街公民館	毎月 第1・3木曜日	10:00~12:00	8	町内会の住民	無料	話 体 レ 歌
137	倉敷 祐安	あじさいの会	祐安公民館	毎月 第1月曜日	10:00~13:00	20~25	概ね65歳以上	毎回200円	話 食 体 レ 世 勉 歌
138	倉敷 祐安	ふれあいファーム 水車の里	祐安の農園	随時	-	-	地域の 入植希望者	年会費1,200円	話 食 体 世 手 歌
139	倉敷 中帯江	ひまわり会	観音台自治会館	毎月 第1月曜日	13:00~15:00	21~22	観音台町内の 女性	毎回500円	話 体 レ 歌
140	倉敷 五日市	いきいきサロン アラカルト	豊洲憩の家	毎月 第1・3木曜日	13:00~16:00	10	誰でも参加可能	月会費500円	話 手
141	倉敷 五日市	足軽倶楽部	豊洲憩の家	毎週土曜日	13:00~16:00	8	誰でも参加可能	無料	話 レ
142	倉敷 西田	ふれあいサロン 手まりの会	豊洲中央憩の家	毎月 第1・3金曜日	10:00~12:00	25	高齢者	毎回100円 内容によって集金	話 食 体 レ 世 勉 外 手 歌
143	倉敷 下庄	健康体操火曜サロン	下庄公民館	毎月 第1・3火曜日	10:00~12:00	12~13	町内の方	無料	話 体 勉

# 5. 『通いの場』開設状況一覧

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
144	倉敷 下庄	ふれあい茶会	代表者宅	年2回 4月・12月の 第1日曜日	11:00~15:30	110	誰でも参加可能	無料	話
145	倉敷 上東	上東たんぼぼサロン	庄公民館	毎月第3 または 第4日曜日	14:00~15:30	30	上東地区 の高齢者	無料	話 体 し 勉
146	倉敷 上東	茶花サロン	花工房	毎月 第2・4土曜日	10:00~12:30	8	高齢者	毎回200円	話 食 勉 手
147	倉敷 上東	四つ葉広場	就労継続支援B型 クラス	毎月 第2日曜日	14:00~16:00	25	高齢者	毎回100円	話 体 し 外 歌
148	倉敷 松島	松島ふれあいサロン	松島公民館	毎月 第2・4土曜日	13:30~15:30	15	松島地区 の高齢者	無料	話 体 し 手
149	倉敷 栗坂	西栗坂お茶会	栗坂西公民館	毎月 第3火曜日	10:00~11:00	7	誰でも参加可能	毎回100円	話 食 体 し 勉 手
150	倉敷 山地	山地ひだまり	山地公民館	毎月 第4日曜日	14:00~16:00	40	山地地区 の高齢者	毎回200円	話 食 体 し
151	倉敷 二子	ふたご25	二子公民館	不定期	—	40	二子地区 の高齢者	無料	話 食 し 勉 ホ
152	倉敷 矢部	つれづれ会	矢部公民館	毎週水曜日	13:30~15:00	15	概ね町内 の高齢者	無料	話 体 し
153	倉敷 西尾	西尾女子会	西尾公民館	毎月 第1月曜日	13:30~15:00	19	西尾町内の女性	無料	話 し 世 勉 歌
154	倉敷 日畑	日畑ふれあいサロン	大手公民館・瀬口公民館 ・赤井堂(花見)	年3回 (不定期)	13:00~15:00	22	日畑地区 の高齢者	無料	食 体 し 外
155	倉敷 庄新町	ブーケの会	庄新町公民館	毎月 最終水曜日	13:00~15:00	25	高齢者	毎回100円 内容によって集金	話 食 し 手 歌 ホ
156	倉敷 茶屋町	サロン茶々会	茶屋町公会堂・会員宅	毎週水曜日	—	6~7	高齢者	年会費500円	話 ホ
157	倉敷 茶屋町	遊ゆうサロン	茶屋町憩の家 茶屋町公民館	毎月 第3水曜日	9:00~11:00	12	共睦社地区 の高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 勉
158	倉敷 茶屋町	ラジオ体操を楽しむ会	茶屋町第一公園	毎日	6:30~	25	誰でも参加可能	無料	話 体 世 外 ホ
159	倉敷 茶屋町	メロンパンの会	マルナカ茶屋町店	毎月 第3日曜日	9:30~11:00	5~6	精神障がい のある方	喫茶代	話 食 外
160	倉敷 茶屋町	いきいき体操ロイヤル	グループホーム うらら	毎週金曜日	10:00~11:00	15~16	高齢者	無料	話 食 体 し 勉 手
161	倉敷 茶屋町	ふれあいサロン カフェうらら	カフェうらら	毎週木曜日	13:30~16:00	20	高齢者	無料	話 体 し 手
162	倉敷 茶屋町	かわいい鬼の会	茶屋町第一公園	随時	—	30	誰でも参加可能	無料	話 食 外 ホ
163	倉敷 茶屋町 早沖	地域ふれあいサロン 「きらり」	茶屋町早沖中部 公会堂	毎週水曜日	10:00~12:00	17	早沖中部町内 の高齢者	無料	話 食 体 し 勉 外
164	倉敷 茶屋町 早沖	ちくちく会	会員宅	毎月 第2・4月曜日	10:00~	5	誰でも参加可能	毎回200円	話 食 手
165	倉敷 西阿知町	水江さくら会	上町公民館	毎週月曜日	10:00~11:00	22	中洲学区 の高齢者	無料	話 食 体 勉
166	倉敷 西阿知町	なすなの会	新屋敷集会所	毎週木曜日 毎月第3水曜日	木曜日 13:30~16:30 水曜日 10:00~15:00	10	概ね町内 の高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 し 勉 外 手
167	倉敷 西阿知町	いきいき健康サロン	西阿知ふれあい会館	毎週水曜日	9:30~11:00	16	誰でも参加可能	月会費400円 内容によって集金	話 体 し
168	倉敷 西阿知町	西阿知 にここサロン	西阿知ふれあい会館	毎週金曜日	10:00~11:00	25~28	誰でも参加可能	無料	話 体 し 勉 手

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
169	倉敷 西阿知町	のびのび体操クラブ	西阿知南連合町内会 コミュニティハウス	毎週火曜日	10:00~12:00	20~25	連合町内会員の 高齢者	月会費300円	話 体 レ 歌
170	倉敷 西阿知町 西原	西原手芸の会	西阿知憩の家	毎月 第2・4水曜日	9:30~16:00	8~9	誰でも参加可能	無料	話 手
171	倉敷 西阿知町 西原	元気サロン	西阿知憩の家	毎月 第3土曜日	13:00~16:30	9~10	高齢者	無料	話 食 レ 手
172	倉敷 西阿知町 西原	西原ハッピーサロン	西阿知憩の家	毎月 第1土曜日	13:00~16:30	6	地域の高齢者	無料	話 手
173	倉敷 西阿知町 西原	アイリス	西阿知憩の家	毎週土曜日	9:00~12:00	10	地域の住民	無料	話 レ
174	倉敷 西阿知町 西原	憩の家での百才体操	西阿知憩の家	毎週水曜日	10:00~11:00	20	誰でも参加可能	無料	話 体
175	倉敷 西阿知町 新田	サロンきずな	西阿知町新田公民館	毎月 第2水曜日	14:00~15:30	15~18	誰でも参加可能	無料	話 体 レ
176	倉敷 西阿知町 新田	三世代交流会	西阿知町新田公民館	年4回土曜日	10:30~12:00	35~40	誰でも参加可能	無料	話 体 レ 世 手 歌
177	倉敷 西阿知町 新田	ちよい悪おやじの会	西阿知町新田公民館	毎月 第3水曜日	17:00~19:30	20~25	誰でも参加可能	無料	話 食 歌
178	倉敷 西阿知町 新田	のびのびクラブ	西阿知町新田公民館	毎週火曜日	14:00~15:30	15~18	誰でも参加可能	無料	話 体 歌
179	倉敷 西阿知町 新田	川柳飛翔	西阿知町新田公民館	毎月 第3金曜日	14:00~16:00	8	近所の住民	無料	話 勉
180	倉敷 西阿知町 新田	サロンこまくさ	代表者宅	毎週月曜日	10:00~12:00	5~6	近所の高齢者	毎回300円	話 食 体 レ
181	倉敷 片島町	上沖ひまわり会	上沖集会所	毎月 第2・4土曜日	9:00~11:00	13~14	高齢者	年会費1,000円 内容によって集金	話 食 体 レ 手 歌
182	水島 中畝	中畝いきいきサロン ふれあいの会	中畝ふれあい会館	年2回 4月・9月	10:00~12:00	30	中畝1~10丁目の 独居高齢者	毎回100円	話 食 レ
183	水島 南畝	みなみせサロン	南畝公民館	毎月 第4水曜日	10:00~12:00	25	町内の住民	毎回概ね200円	話 食 レ 勉 外
184	水島 南畝	南畝クラブ	南畝公民館	毎週木曜日	14:00~15:00	10~15	町内の男性	無料	話 体
185	水島 南畝	みなみせサロン	南畝公民館	毎週火曜日	14:00~15:15	18	町内の女性	無料	話 体
186	水島 東塚	和光園すみれ会 (火曜)	介護老人保健施設 和光園5階	毎週火曜日	14:00~16:00	10~15	高齢者	無料	話 体
187	水島 東塚	和光園すみれ会 (月曜)	介護老人保健施設 和光園5階	毎週月曜日	14:00~16:00	10	高齢者	無料	話 体 手
188	水島 東塚	和光園ひまわり	介護老人保健施設 和光園5階	毎週水曜日	14:00~16:00	15	高齢者	月会費100円	話 体
189	水島 福田町 浦田	五軒家ほっとカフェ	五軒家集会所	毎月 第1月曜日	10:00~12:00	18~20	高齢者	毎回200円	話 食 体 レ 勉 外 歌
190	水島 福田町 浦田	ふれあいサロン508	五軒家集会所	毎月 第2火曜日	10:00~12:00	10	町内の高齢者	年会費500円 内容によって集金	話 食 体 レ 世 勉
191	水島 福田町 福田	サロン はれのちはれ	古田砂場公民館	毎週水曜日	13:30~15:00	7~8	町内の高齢者	毎回50円	話 体 レ 歌
192	水島 福田町 福田	福田いきいき サロンの会	一元公民館	毎週木曜日	13:30~15:00	20~25	誰でも参加可能	無料	体 レ
193	水島 福田町 古新田	さっちゃん班	つどいの家	毎月 第1木曜日	10:00~14:00	12~13	高齢者	毎回300円	話 食
194	水島 福田町 古新田	ふれあいサロン	福田公民館	毎月 第2・4水曜日	13:30~16:00	12~13	誰でも参加可能	内容によって集金	話 食 体 レ 手

# 5. 『通いの場』開設状況一覧

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
195	水島	福田町古新田 いきいきサロン古新田 かつむりの会	福田公民館	年5回	9:00~12:00	25	古新田地区の独居高齢者	毎回200円	話 食 体 レ 勉
196	水島	福田町古新田 古新田すみれ会	古新田憩の家	毎週火曜日	10:00~12:00	10~15	高齢者	無料	話 体
197	水島	福田町古新田 エンジョイスポーツの会	ライフパーク倉敷	毎月第1水曜日 第3火曜日	9:30~11:30	70~80	誰でも参加可能	毎回100円	体 外
198	水島	福田町古新田 わくわく体操	古新田二・三ノ割公民館	毎週木曜日	10:00~11:30	10	町内の住民	茶話会の参加者は毎回60円	話 体
199	水島	広江 ベストフレンド福田パークハイツ	福田パークハイツ集会所	毎週月曜日	13:00~14:30	8	高齢者	無料	話 体 レ
200	水島	広江 広江生き生きサロン	広江憩の家	毎月第3水曜日	10:00~12:00	40~50	高齢者	毎回200円	話 食 体 レ 勉 手
201	水島	広江 生き生きサロンおしゃべり会	広江憩の家	毎月第1土曜日	10:00~14:00	20~22	誰でも参加可能	毎回300円	話 食 手
202	水島	広江 シュウイチ100歳体操(広江憩の家 水曜の部)	広江憩の家	毎週水曜日	13:00~15:00	25	高齢者	無料	話 体 レ
203	水島	広江 シュウイチ100歳体操(広江憩の家 木曜の部)	広江憩の家	毎週木曜日	10:00~12:00 第2週は13:00~15:00	5~6	高齢者	無料	話 体 レ
204	水島	広江 うきうきサークル	広江憩の家	毎週水曜日	14:00~15:00	8~10	誰でも参加可能	無料	話 体
205	水島	広江 もちっ子サロン	広江中央公民館	毎月第3火曜日	10:00~11:30	20~30	未就園の子どもと親	毎回100円 内容によって集金	話 レ 世 勉
206	水島	広江 広江なかよし会	原・相引集会所	毎月第1金曜日	9:30~14:00	14~16	町内の住民	毎回300円	話 食
207	水島	広江 ヴィレッジハウスゆり体操	ヴィレッジハウス広江集会所	毎週土曜日	13:00~15:00	3	誰でも参加可能	無料	話 体
208	水島	広江 コスモタウン100	コスモタウン広江町内集会所	毎週日曜日	10:00~11:00	11~15	町内の住民	無料	体 レ
209	水島	広江 広陽ヒルズ楽天体操	広陽ヒルズ集会所	毎週日曜日	10:00~11:30	12	高齢者	無料	話 体 レ 勉
210	水島	呼松 呼松北生き生き百歳体操会	呼松コミュニティハウス	毎週金曜日	10:00~11:00	10	高齢者	無料	話 体 レ
211	水島	呼松 高齢者おしゃべり会	呼松公民館	年3回	10:00~13:00	30	町内の高齢者	毎回概ね300円	話 食
212	水島	呼松 すみれ会	呼松公民館	毎週火曜日	19:00~20:00	8~10	町内の住民	無料	話 体 レ
213	水島	呼松 呼松中いきいき百歳体操クラブ	呼松保健の家	毎週木曜日	10:00~11:30	15~20	高齢者	年会費200円	話 体 レ
214	水島	呼松 呼松南いきいきクラブ	呼松保健の家	毎週金曜日	10:00~11:30	15	高齢者	無料	話 体 レ
215	水島	北畝 北畝3丁目ボラの会	北畝3丁目集会所 第四福田幼稚園	不定期	9:30~12:00	10	町内の高齢者	無料	話 世 勉
216	水島	北畝 北畝いきいきサロン	北畝公民館	毎月第1水曜日	13:30~15:00	20~30	町内の高齢者	毎回200円 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 外 歌
217	水島	水島相生町 相生寿楽会	相生公民館	毎週水曜日(体操) 毎週火曜日・金曜日(グラウンドゴルフ)	9:00~10:30	10	町内の高齢者	無料	話 食 体 レ 勉 手
218	水島	水島東寿町 ことぶき仲よしサロン	寿町集会所	毎週日曜日(百歳体操) 毎月第2日曜日	9:00~10:30 13:30~15:00	16	町内の住民	毎回100円 内容によって集金	話 食 体 レ 外 手
219	水島	水島東弥生町 弥生いきいきサロン	弥生公民館	毎月第1月曜日	9:30~11:30	15~20	高齢者	無料	話 体 レ 勉 歌

話 おしゃべり・茶話会 食 料理・食事会 体 体操・体力づくり レ レクリエーション 世 世代間交流 勉 勉強会 外 外出 手 手芸 歌 カラオケ・合唱 ホ ボランティア活動

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
220	水島 東栄町	北畝1丁目 いきいきサロン	北畝1丁目集会所	毎月 第3金曜日	10:00~12:00	20~30	町内会の住民	内容によって集金	話 食 体 レ 外 手
221	水島 東栄町	栄にここにサロン	栄町コミュニティ ハウス	毎月第3木曜日 毎週木曜日 (百歳体操)	9:30~11:30 10:00~11:30	15	高齢者	内容によって集金	話 食 体 レ 世 勉 外 手 歌
222	水島 東栄町	いきいき 元気体操くらぶ	北畝1丁目集会所	毎週水曜日	10:00~11:30	18	町内会の住民	無料	話 体
223	水島 西栄町	水島こども食堂 ミソラ♪	さかえ町広場 Tomoni	毎月 第3土曜日	10:00~14:00	40~50	誰でも参加可能	大人毎回300円 子ども無料	話 食 世 ホ
224	水島 東千鳥町	にんにんサロン	コープリハビリ テーション病院	毎月第2火曜日 毎月第4水曜日	13:00~15:00 10:30~12:00	30~40	高齢者	無料	体 勉
225	水島 東千鳥町	ひだまりサロン	水島憩の家	毎月第1火曜日 毎月第3火曜日	10:00~11:30 13:30~15:00	18	誰でも参加可能	無料	体 レ 勉
226	水島 亀島	クローバー	自宅	毎月 第1水曜日	13:30~15:30	6	概ね80歳以上 の高齢者	毎回100円 内容によって集金	話 食 体 レ 外 手 歌
227	水島 連島町 矢柄	しんでんサロン	新田公民館	毎月 第3木曜日	13:30~15:00	20	町内の住民	無料	話 食 体 レ 世 勉
228	水島 連島町 矢柄	北面すこやかクラブ	北面公民館	毎週金曜日	13:00~17:00	6	町内の高齢者	無料	話 体
229	水島 連島町 西之浦	16ヨガ会	連島北憩の家	毎月 第1・3・5 水曜日	10:00~11:00	10~13	高齢者	毎回500円	話 体
230	水島 連島町 西之浦	中島ハイツ ふれあいサロン	連島北憩の家 (もしくは中島ハイツ集会所)	毎週金曜日	10:00~12:00	15	町内の高齢者	毎回100円	話 食 体 レ 勉 歌
231	水島 連島町 西之浦	西町笑天楽寿会	西浦ふれあい会館	毎月 第2土曜日	10:00~14:00	15~16	町内の60歳以上	毎回概ね1,000円	話 食 世 外 ホ
232	水島 連島町 西之浦	(名無し) 西之浦百歳体操	西浦ふれあい会館	毎週木曜日	10:30~11:30	20~25	誰でも参加可能	無料	話 体
233	水島 連島町 西之浦	お楽しみ体操	連島公民館	毎週木曜日	13:00~15:00	14	高齢者	無料	話 体
234	水島 連島町 西之浦	ふれあいいきいき サロンなでしこ	黒住教連島教会所	毎月 第4月曜日	9:30~12:00	12	高齢者	毎回200円 内容によって集金	話 食 手
235	水島 連島中央	すみれサロン	連島憩の家	毎月第3火曜日 毎週日曜日 (百歳体操)	13:30~15:00 13:15~14:15	20~25	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話 体 レ 勉 手 歌
236	水島 連島町 連島	ぼかぼかさろん	茂浦公民館	毎月 第2木曜日	9:30~11:30	70 (25組)	未就園の 子どもと親	無料	話 レ 世
237	水島 連島町 連島	茂浦・富崎 健康クラブ	茂浦公民館	毎月 第4金曜日	13:30~15:00	15~20	町内の高齢者	年会費500円	体 レ 勉
238	水島 連島町 連島	大江健康サロン	大江公民館	毎月 第2火曜日	10:00~11:30	20	町内の住民	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 世 勉 外 歌 ホ
239	水島 連島町 連島	歌って体操の会	江長公民館	毎週火曜日	9:30~11:30	20	概ね60歳以上	無料	体 歌
240	水島 連島町 連島	あじさいの花	江長公民館	毎週木曜日	9:30~11:30	12	誰でも参加可能	無料	話 レ 世 手
241	水島 連島町 連島	あたごふれあい サロン	あたごふれあい会館	毎週金曜日	14:00~16:00	10	高齢者	月会費100円 内容によって集金	話 食 体
242	水島 連島町 連島	うぐいすサロン	鶯ヶ丘集会所	毎月 第2木曜日	10:00~12:00	20~30	町内の住民	内容によって集金	話 食 体 レ 世 勉
243	水島 連島	ふれあい喫茶	水島会館	概ね年6回	9:30~11:30	35	誰でも参加可能	毎回100円	話 食
244	水島 連島	はすママ	水島会館	毎月1回	10:00~16:00	20~30	誰でも参加可能	無料	話 食 世

# 5. 『通いの場』開設状況一覧

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
245	水島 連島	楽しく会 カラオケの会	水島会館	毎月 第1・3火曜日	13:00~16:30	10~12	誰でも参加可能	毎回200円	話 外 歌
246	水島 連島	たんぽぽの里 (手芸)	水島会館	毎週木曜日	10:00~15:00	12	高齢者	毎回200円	話 手
247	水島 鶴の浦	はつらつサロン	JFEふれあい会館	不定期	10:00~11:30	20	高齢者 子育て中の親と子ども	内容によって集金	話 食 レ 世
248	水島 連島町 鶴新田	連島南百歳体操	鶴新田憩の家	毎週金曜日	10:00~11:00	17~18	高齢者	無料	話 体 レ 歌
249	水島 連島町 鶴新田	コミコミ麻雀を 広める会	鶴新田憩の家	毎月 第2水曜日	13:00~16:00	15~20	会員	年会費1,500円	話 レ 朧
250	水島 連島町 鶴新田	イキイキサロン れんこんの会・百歳体操	連島南公民館	毎月 第1・3日曜日	13:00~15:30	15~20	町内の 独居高齢者	毎回100円	話 体
251	水島 連島町 鶴新田	イキイキサロン れんこんの会	連島南公民館	毎月 第4火曜日	13:00~15:00	20	町内の 独居高齢者	毎回300円 内容によって集金	話 体 レ 世 勉 外 歌
252	水島 連島町 鶴新田	きずなクラブ	連島南公民館	毎月 第4金曜日	9:30~11:00	20~30	誰でも参加可能	無料	話 食 体 レ 勉 歌
253	水島 水島 東川町	東川町健康サロン	東川町公民館	毎月 第1・3水曜日	10:00~11:30	15	高齢者	月会費100円	話 体 レ 勉 外 手 歌
254	水島 水島 北春日町	おしゃべりカフェ	水島学区 コミュニティ会館	毎月 第3水曜日	9:00~12:00	45~50	誰でも参加可能	毎回100円	話 食 レ 世
255	水島 水島 南春日町	元気いきいき班	医療生協会館	毎週土曜日	10:00~11:00	20	高齢者	無料	話 食 体 レ 歌
256	児島 児島味野	あじのクラブ	旧児島高等学校	毎週木曜日	10:00~11:00	18	味野地区の住民	無料	話 体
257	児島 児島味野	グループ光彩	児島市民交流 センター	毎月 第2水曜日	9:00~12:00	10	誰でも参加可能	無料	話 レ
258	児島 児島 味野城	味野ふれあいサロン	城集会所	毎週木曜日	13:30~15:30	13	町内の住民	無料	話 体
259	児島 児島赤崎	お薬師堂の集い	お薬師堂	毎月20日前後	13:30~15:30	5	誰でも参加可能	無料	話 勉
260	児島 児島赤崎	赤崎シニア友愛クラブ 健康ラジオ体操会	赤崎町民センター	毎月 第2・4土曜日	10:00~10:45	20	誰でも参加可能	無料	話 体
261	児島 児島赤崎	楽々サロン	赤崎町民センター	毎月 第2火曜日 第4金曜日	19:30~21:00	10	誰でも参加可能	月会費100円	話 食 体 レ
262	児島 児島赤崎	寿命のび~る 赤崎サロン	赤崎憩の家	毎月 第1・3土曜日	13:30~16:00	10	誰でも参加可能	上半期会費1,000円 下半期会費1,000円	話 体 レ
263	児島 菰池	わいわいがやがや サロン	菰池コミュニティー センター	毎月1回 (月・水・金曜日 のいずれか)	10:00~12:00	20	誰でも参加可能	無料	話 レ
264	児島 菰池	楽遊サロン	菰池2丁目集会所	毎月 第1・3木曜日	13:00~15:00	20	誰でも参加可能	内容によって集金	話 食 体 レ
265	児島 菰池	ふれ愛体操の会	菰池2丁目集会所	毎月 第4火曜日	10:00~12:00	15	誰でも参加可能	無料	話 体 レ
266	児島 菰池	サロン菰池	菰池本村大師堂	毎月 最終の月曜日	13:30~15:00	15	誰でも参加可能	毎回300円	話
267	児島 大島	大島体操の会	児島公民館 大島分館	毎週 月・木曜日	13:00~14:00	6	誰でも参加可能	無料	話 レ
268	児島 大島	大島鷺羽グラウンド ゴルフ同好会	大島南公園	毎日	8:30~10:00	8	誰でも参加可能	無料	話 レ
269	児島 下津井 田之浦	田之浦元気クラブ	下津井憩の家	毎週 水・日曜日	14:00~15:00	15	誰でも参加可能	無料	体 歌

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
270	児島 下津井田之浦	下津井田之浦 グラウンドゴルフ 同好会	・下津井東小学校 グラウンド ・田之浦公園	小学校 土・日曜日 公園 火・木曜日	小学校 8:30~10:00 公園 9:00~10:30	10	誰でも参加可能	無料	話 
271	児島 下津井	吹上サロン	デイサービスセンター しおかぜ城山	毎月 第1日曜日	10:00~11:30	35	町内の住民	毎回200円	話    
272	児島 下津井	あすなる会	木里神社	毎月 第1・3水曜日	13:00~15:00	10	町内の住民	無料	話   
273	児島 下津井	まだかなサロン	まだかな会館	毎週木曜日	14:00~15:00	25	誰でも参加可能	毎回100円	話  
274	児島 下津井	下津井片原町内会 グラウンドゴルフ 同好会	下津井こども広場	毎週月・水 木・金曜日	8:00~10:30	10	誰でも参加可能	月会費300円	話 
275	児島 下津井	古下津井 グラウンドゴルフ 同好会	下津井西公園	毎週火・木 土・日曜日	8:00~10:00	20	誰でも参加可能	無料	話 
276	児島 下津井	大室グラウンド ゴルフ同好会	大室ふれあい公園	男性:毎日 女性:毎週 月・水・金	8:30~10:00	16	誰でも参加可能	無料	話 
277	児島 下津井	大室町内会 体操教室	大室集会所	毎月 第3水曜日	10:30~11:30	15	誰でも参加可能	無料	話 
278	児島 下津井	下津井将棋の会	まだかな会館付近	毎日	14:00~16:00	5	誰でも参加可能	無料	
279	児島 下津井	子育てホッと ステーション筆海	旧下津井幼稚園	毎月1回	10:00~11:30	15	就学前の親子	毎回200円	話    
280	児島 下津井	古下津井 お達者クラブ	古下津井公会堂	毎月 第2・4金曜日 毎月 第1・3土曜日	金曜日 10:00~11:00 土曜日 13:00~15:00	15	町内の住民	無料	話   
281	児島 児島通生	寺田なごみの会	寺田公会堂	毎月 第1・3水曜日	10:00~12:00	14	高齢者	毎回200円 月会費100円	話      
282	児島 児島通生	ラジオ体操の会	PPPブラヴィンモ!通生 玄関前広場	毎日	6:30~6:40	10~30	誰でも参加可能	無料	話 
283	児島 児島通生	唄桜会	通生奥公会堂	毎月 第3月曜日	13:30~15:30	12	誰でも参加可能	毎回200円	話  
284	児島 児島塩生	UKサロン	宇頭間金濱自治会館	毎月 第4木曜日	10:00~12:00	32	誰でも参加可能	毎回100円	話    
285	児島 児島塩生	本荘健康体操	本荘公民館	毎週金曜日	13:30~15:00	25	誰でも参加可能	毎月1,800円	話    
286	児島 児島塩生	元気アップ体操 同好会	本荘憩の家	毎週土曜日	午前の部 11:00~12:00 午後の部 14:00~15:00	10	誰でも参加可能	無料	話 
287	児島 児島塩生	カフェなごみin本荘	旧かたやま物産㈱ 事務所	毎月 第2・4火曜日	10:00~12:00	30	高齢者	毎回200円 月会費100円	話    
288	児島 宇野津	宇野津なごみの会	宇野津公会堂	毎週木曜日	10:00~11:30	14	誰でも参加可能	毎月300円	話  
289	児島 児島柳田町	お花サロン	柳田西側公会堂	毎月 第3月曜日	13:00~15:00	14	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話     
290	児島 児島柳田町	西側どんぐりの会	柳田西側公会堂	毎月 第1月曜日 第3水曜日	13:00~15:00	12~20	誰でも参加可能	内容によって集金	話     
291	児島 児島柳田町	サロンつばさ	児島公民館 稗田分館	毎月 第1木曜日	9:30~13:30	20	誰でも参加可能	内容によって集金	話    
292	児島 児島柳田町	笑遊会	新児島団地 自治会館	毎月 第3木曜日	13:30~15:30	20	誰でも参加可能	半年会費1,000円	話 
293	児島 児島柳田町	中地区げんき会	旧柳田幼稚園	毎週水曜日	14:00~15:00	20	町内の住民	無料	話 

# 5. 『通いの場』開設状況一覧

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
294	児島 小川町	ガーデンタウン 児島スマイル	ガーデンタウン 児島集会所	毎月 第2・4木曜日	10:00~12:00	10	誰でも参加可能	毎回200円 内容によって集金	話 体 レ 勉
295	児島 児島小川	なでしこサロン	阿弥陀堂	月末	13:00~15:30	10	町内の住民	毎回100円	話 食 レ
296	児島 児島小川	親睦会	小川海岸通り 公会堂	毎週水曜日	9:00~16:00	13	町内の住民	月会費200円	話 食 体 レ 歌
297	児島 児島小川	サロン中山	県営集会所	毎月 第2・4木曜日	10:00~12:00	12	町内の住民	月会費100円	話 体 勉 ホ
298	児島 児島小川	児島の学び場	すがの電器	毎月 第2金曜日	10:00~11:00	5	誰でも参加可能	無料	話 体 レ 勉
299	児島 児島小川	市営中山集いの場	市営中央中山 集会所	毎月1回	10:00~12:00	15	誰でも参加可能	無料	話 体 勉
300	児島 児島小川	辻親睦会	辻公会堂	2ヶ月に1回 第2火曜日か 第4火曜日	10:00~11:30	20	誰でも参加可能	毎回200円	話 食 体 外
301	児島 児島小川	ぼっかぼかサロン	天満保育園跡	毎週木曜日	10:00~11:30	12	誰でも参加可能	年会費1,000円	話 食 体
302	児島 稗田町	館会	稗田中山集会所	随時	随時	9	誰でも参加可能	内容によって集金	話 食 外
303	児島 稗田町	なめら会	滑公会堂	随時	随時	13~15	町内の住民	内容によって集金	話 食 レ 歌
304	児島 稗田町	緑丘元気会	緑丘コミュニティ センター	毎月 第1・3金曜日	9:30~12:00	13~14	町内の住民	会費あり 内容によって集金	話 体 手
305	児島 稗田町	ふれんず	滑公会堂	毎週月曜日	13:00~15:00	10	誰でも参加可能	無料	話 体 手
306	児島 稗田町	さわやかサロン	緑丘コミュニティ センター	随時	随時	10	誰でも参加可能	内容によって集金	話 食 外 歌
307	児島 稗田町	御前道 ふれあいサロン	御前道集会所	毎月 最終金曜日	10:00~12:00	13	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話 食 体 ホ
308	児島 稗田町	コスモスの会	佐古自治会館	毎週木曜日	9:00~11:30	23	誰でも参加可能	内容によって集金	話 食 体 歌
309	児島 稗田町	久保ふれあいサロン	久保公会堂	毎月 第2火曜日	10:00~12:00	13	高齢者	無料	話 体 勉
310	児島 稗田町	ふれあいサロン 帆千谷	帆千谷公会堂	毎月 第3日曜日	10:00~12:00	15	町内の住民	無料	話 ホ
311	児島 田の口	くすの木サロン	古田の口集会所	毎週火曜日	14:00~15:30	12	誰でも参加可能	毎回100円	話 体 勉 歌
312	児島 田の口	サロンわきあいあい	十王堂公会堂	毎週金曜日	13:30~15:00	20	高齢者	無料	話 体 レ 勉 歌
313	児島 田の口	峠地区いきいき 青空サロン	峠公会堂・観音堂他	毎月 第1・2・4 水曜日 第3木曜日	水曜日 19:00~20:00 木曜日 8:30~12:30	12	誰でも参加可能	無料	話 食 体
314	児島 田の口	東明石ヘルスクラブ	東明石公民館	毎週水曜日	10:00~11:00	13	誰でも参加可能	無料	話 体
315	児島 田の口	おしゃべりサロン峠	峠公会堂	毎月 第2・4金曜日	10:00~12:00	8	誰でも参加可能	無料	話 食 体 レ 勉 手
316	児島 田の口	サロンタ日が丘	琴浦憩の家	毎週金曜日	10:00~11:30	18	誰でも参加可能	無料	話 食 体 レ 外
317	児島 田の口	サロンかわいい	琴浦憩の家	毎月 第1・3水曜日	13:30~15:30	15	定員に空きがある場合は誰でも参加可能	無料	話 体 レ
318	児島 田の口	話・和・輪サロン	奥公会堂	毎月 第2金曜日	19:00~20:00	15	誰でも参加可能	無料	話 体 勉

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
319	児島 下の町	澤児島	小西ふれあい会館	毎月 第2月曜日	10:00~15:30	9	誰でも参加可能	無料	話 食 レ 勉
320	児島 下の町	和井田サロン	和井田自治会館	毎月 第4土曜日	13:30~15:00	20	誰でも参加可能	毎回100円	話 体 勉
321	児島 下の町	交流サロンふらっと	交流サロンふらっと	ほぼ毎日 (月~金曜日)	10:00~15:00	5	誰でも参加可能	毎回200円	話 体 レ 勉
322	児島 下の町	片引なごやかサロン	片引公会堂	毎週土曜日	10:00~11:30	20	町内の65歳以上の住民	月会費100円	話 食 体
323	児島 下の町	馬淵サロン	代表者宅横の農園	随時	随時	2~5	誰でも参加可能	無料	話 レ
324	児島 下の町	MODS KITCHEN (モダン キッチン)	櫛ミールオンデマンド内	随時	随時	20	誰でも参加可能	毎回 200円~300円集金	話 食
325	児島 下の町	堀江明西 ふれあいサロン	堀江明西公会堂	毎月 第4土曜日	11:00~13:00	35	誰でも参加可能	毎回100円	話 食
326	児島 下の町	琴浦教室真向法体操	琴浦キリスト教会	毎週金曜日	13:30~15:00	8	誰でも参加可能	毎回300円	話 体
327	児島 下の町	澤琴浦俳句会	交流サロンふらっと	毎月 第2金曜日	9:30~12:00	9	誰でも参加可能	無料	話 レ 外
328	児島 下の町	サロン山際	山際自治会館	毎週水曜日	10:00~11:30	15	誰でも参加可能	無料	話 体
329	児島 児島白尾	白尾サロン	白尾山神社集会所	毎月 第3金曜日	10:00~12:00	15	誰でも参加可能	毎回100円	話 食 体 勉 外
330	児島 児島白尾	峠里山サロン	代表者宅・ファーム	随時	随時	6	誰でも参加可能	無料	話 レ
331	児島 林	たんぼぼ団	郷内公民館 児島民主会館	随時	随時	10	発達障がい理解を深めたい方	内容によって集金	話 勉
332	児島 木見	くすのきサロン	大賀公民館	毎月 第2木曜日	10:00~11:30	13	誰でも参加可能	無料	話 体
333	児島 福江	福江ふれあいサロン (R2年4月から開設予定)	福江公会堂	毎月 第4水曜日	10:00~11:30	-	町内の住民	無料	話 レ
334	玉島 玉島	日の出町 介護予防教室	日の出町公会堂	毎月 第2木曜日	10:00~11:30	18	町内の住民	無料	話 体 レ 勉
335	玉島 玉島	介護予防教室	西爽亭	奇数月 第4木曜日	13:00~15:00	25~26	誰でも参加可能	無料	話 体 勉
336	玉島 玉島阿賀崎	ピーチ会	玉島市民交流センター 会員宅	毎週金曜日	13:00~17:00	5	誰でも参加可能	内容によって集金	話 体 手
337	玉島 玉島阿賀崎	なかよし 生き生きサロン	玉島市民交流 センター	毎月 第2火曜日	13:00~15:00	15	高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 外
338	玉島 玉島阿賀崎	なでしこ会	玉島市民交流 センター	毎月 第1火曜日	10:00~13:30	10~12	玉島地区の在宅 独居高齢者	毎回1,000円	話 食 体 レ 勉 外 歌
339	玉島 玉島阿賀崎	イキイキ元気クラブ 2015	玉島憩の家	毎週水曜日	14:00~16:00	12~13	誰でも参加可能	無料	話 体 レ 勉
340	玉島 玉島阿賀崎	箱部ふれあいサロン	箱部公会堂	毎月 第1・3・5火曜日	10:00~12:00	9	町内の高齢者	毎回100円 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 手
341	玉島 玉島阿賀崎	永楽健康クラブ	永楽町北集会場	毎月 第2・4水曜日	9:30~11:30	16	誰でも参加可能	毎回100円	話 体 レ 歌
342	玉島 玉島阿賀崎	住吉2班健康クラブ	永楽町北集会場	毎週火曜日	10:00~12:00	4	誰でも参加可能	無料	話 体
343	玉島 玉島阿賀崎	本所にここにサロン	本所公会堂	毎月 第4木曜日	10:00~11:30	20	誰でも参加可能	毎回100円 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 歌
344	玉島 玉島上成	なでしこ会	堤下公会堂	隔月 第2木曜日	12:00~15:00	25	町内の住民	毎回500円 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 歌

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
345	玉島 玉島上成	ふれあいサロン くじら山	福島公会堂	毎週木曜日	13:30~15:30	23	町内の女性	年会費1,000円	話食体レ勉 外歌
346	玉島 玉島上成	上成あみもの会	代表者宅	毎月 第2・4水曜日	9:00~16:00	8	誰でも参加可能	月会費4,000円	話食手
347	玉島 玉島上成	上成はなはな会	会員宅	毎月 第2・4金曜日	9:00~11:30	5	誰でも参加可能	月会費2,000円 内容によって集金	話食手
348	玉島 玉島上成	すみれ会	上吉浦公会堂	毎月 第2水曜日	13:30~15:30	15	町内の住民	内容によって集金	話食体レ勉 外
349	玉島 玉島乙島	高地町内百歳体操	高地公会堂	毎月2回水曜日 (相談で決める)	13:30~15:00	8	町内の住民	無料	話体レ勉
350	玉島 玉島乙島	はなみずき	城岡の辻公会堂等	随時	9:30~16:00	8	町内の住民	内容によって集金	話食体レ手
351	玉島 玉島乙島	蘆花の小径	大平公会堂	毎月 第3水曜日	13:30~15:00	13	誰でも参加可能	内容によって集金	話食体レ勉 ホ
352	玉島 玉島乙島	悠々サロン	畑公会堂	毎月 第2火曜日	10:00~15:00	10	町内の高齢者	毎回400円	話食体レ勉 手
353	玉島 玉島乙島	にこにこサロン	東新田公会堂	月1回	随時	12	町内の高齢者	無料 内容によって集金	話食体レ勉 手
354	玉島 玉島乙島	ふくじゅ会	中山公会堂 中山遊園	毎月 第1日曜日 第3土曜日 第3日曜日	随時	7	誰でも参加可能	年会費1,000円 内容によって集金	話食体レ
355	玉島 玉島乙島	中山ニコニコクラブ	中山公会堂	月1~2回 土・日曜日	18:00~20:00	10	町内の住民	年会費1,000円 内容によって集金	話レ
356	玉島 玉島乙島	中山サロン	中山公会堂	毎月第2日曜日 第4水曜日	13:00~16:00	13	高齢者	無料 内容によって集金	話食体勉手
357	玉島 玉島乙島	養父町内百歳体操	養父公民館	毎月 第1・3月曜日	10:00~12:00	18	町内の住民	無料	話体勉
358	玉島 玉島乙島	泉谷なかよし会	泉谷公民館	毎週木曜日	9:30~14:00	30	誰でも参加可能	無料	話食体レ勉 手
359	玉島 玉島乙島	才の谷町内百歳体操	才の谷集会所	毎週金曜日	10:00~11:30	5	町内の住民	無料	話体勉
360	玉島 玉島乙島	新緑の会	北泉公会堂	毎週木曜日	10:00~12:00 (体操) 10:00~14:00 (茶話会)	18	誰でも参加可能	無料	話食体レ外 手
361	玉島 玉島乙島	柳遊サロン	ぎやらりい柳	毎月 第1火曜日	10:30~13:30	9	誰でも参加可能	毎回200円	話食レ外
362	玉島 玉島乙島	元気長寿会	堀貴公会堂	毎週水曜日	14:00~15:00	17	高齢者	無料	話体レ歌
363	玉島 玉島乙島	なごみの会	狐島公会堂	毎月 第4月曜日	13:30~16:00	17	高齢者	年会費500円 内容によって集金	話食体レ
364	玉島 玉島乙島	つくし会	小高地公会堂	毎月 第1・3水曜日	10:00~12:00	17	誰でも参加可能	毎回100円	話体勉
365	玉島 玉島乙島	玉島なかよし会	乙島憩の家	毎月1回	10:00~11:30	6	誰でも参加可能	無料	話食体勉
366	玉島 玉島乙島	健口体操	乙島憩の家	毎週土曜日	9:30~11:30	9	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話体歌
367	玉島 玉島乙島	ひまわり班	乙島憩の家	毎月 第3金曜日	13:30~16:30	9	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話食レ勉
368	玉島 玉島乙島	坂田会	坂田町公会堂	毎月 第2・4金曜日	10:00~12:00	17	誰でも参加可能	無料	話体勉
369	玉島 玉島乙島	高後沖コスモス会	高後沖集会所	隔月 第3木曜日	10:00~12:00	16	誰でも参加可能	毎回100円 内容によって集金	話食体レ勉

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
370	玉島 玉島柏台	なかよしサロン柏台	柏台集会所	毎月 第1・5水曜日	13:30~16:00	15~16	町内の高齢者	毎回100円	話 食 体 レ 歌
371	玉島 玉島柏台	柏台寿クラブ	柏台集会所・国民宿舎 公園・地区全域	随時	随時	20	町内の高齢者	月会費300円 内容によって集金	話 食 体 レ 世 勉 外 ホ
372	玉島 玉島柏島	天満町内百歳体操	天満町公会堂	毎月 第2・3水曜日	10:00~11:30	6	町内の高齢者	無料	話 体
373	玉島 玉島柏島	平尾きらきらクラブ	平尾公会堂	毎週火曜日	10:30~12:00	10	誰でも参加可能	無料	話 体 レ 手
374	玉島 玉島柏島	サロン のぞみ会	柏島東憩の家	毎月 第1火曜日	9:30~15:00	8	八幡学区 の高齢者	毎回100円	話 体 レ 歌
375	玉島 玉島柏島	なかよしクラブ	柏島東憩の家	毎週木曜日	10:00~11:30	10	高齢者	無料	話 体 手
376	玉島 玉島柏島	玉島のびの〜び クラブ	柏島東憩の家	毎月 第1・3木曜日	10:00~12:00	15	高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 勉
377	玉島 玉島柏島	金曜会	宮地公会堂	毎週金曜日	10:00~12:00	15	高齢者	年会費1,000円	話 体 レ 勉 歌
378	玉島 玉島柏島	亀崎万年クラブ	亀崎公会堂	毎月 第1・3月曜日	10:00~11:20	10	町内の高齢者	無料	話 体 歌
379	玉島 玉島柏島	フレンズ柏島	柏島小学校体育館	毎週日曜日	14:00~17:00	11	誰でも参加可能	内容によって集金	話 食 レ
380	玉島 玉島柏島	いきいき元気柏島	柏島憩の家	毎月 第2水曜日	9:30~11:00	12~13	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 外 手 歌
381	玉島 玉島柏島	体操教室	柏島憩の家	毎週火曜日	9:30~11:00	14	誰でも参加可能	月会費2,000円	話 体
382	玉島 玉島柏島	光町町内百歳体操	光町公会堂	毎月 第1・3火曜日	10:00~11:30	5~6	高齢者	無料	話 体
383	玉島 玉島柏島	もも山 ふれあいサロン	桃山公会堂	毎週月曜日	13:00~15:00	6~7	町内の高齢者	無料	話 体 手 歌
384	玉島 玉島柏島	健康寿命勉強会	桃山公会堂	隔月 第3水曜日	10:00~11:30	14~15	高齢者	無料	話 体 レ 勉
385	玉島 玉島柏島	さくら会	金頭会館	毎週火曜日	13:30~15:00	10	金頭団地 の高齢者	無料	話 体 レ
386	玉島 玉島柏島	しなやかサロン	玉島西公民館	毎週火曜日 (第3火曜を除く)	10:00~11:15	15~17	高齢者	無料	話 体 レ 勉 歌
387	玉島 玉島柏島	ステップジョイ	玉島西公民館	毎週金曜日	10:00~11:00	16	誰でも参加可能	無料	話 体
388	玉島 玉島勇崎	あかね会	西浦公会堂	毎週月曜日 又は水曜日	10:00~11:00	10	町内の高齢者	無料	話 体
389	玉島 玉島勇崎	笑和会	外浜公会堂	毎週木曜日	9:30~11:00	24	高齢者	無料	話 体 レ 歌
390	玉島 玉島勇崎	サロン和	自宅	毎週月曜日	10:00~12:00	8	高齢者	毎回100円	話
391	玉島 玉島勇崎	山之端町内サロン なかよし会	山之端町公会堂	毎月 第2月曜日	13:30~15:00	13	町内の高齢者	毎回100円	話 体 レ 勉 歌
392	玉島 玉島勇崎	勇崎なかよしサロン	羽口公会堂	毎週木曜日	9:30~12:00	9~10	高齢者	月会費300円	話 食 体 レ 歌
393	玉島 玉島黒崎	シャイン	北迫公会堂 桃源遊園	毎週 月曜・木曜	9:00~12:00	7~8	町内の高齢者	無料	話 体 レ
394	玉島 玉島黒崎	茶道敷の内流 のつどい	北迫公会堂	週1回	随時	8	高齢者	無料	話 手
395	玉島 玉島黒崎	ひまわりの会	黒崎町公会堂	毎週月曜日	13:00~15:00	10~11	高齢者	無料 内容によって集金	話 体 レ 勉 外

5. 『通いの場』開設状況一覧

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
396	玉島 玉島黒崎	ぶどうの会	黒崎公会堂	毎月第2水曜日	13:30~15:30	26	高齢者	毎回100円	話 体 レ 勉 歌
397	玉島 玉島黒崎	しおかぜ	小原公会堂	毎週月曜日	10:30~11:30	14~15	町内の高齢者	無料	話 体 レ
398	玉島 玉島黒崎	沙美カラオケを楽しむ会	黒崎憩の家	毎月第1火曜日 第3金曜日	13:00~16:00	10	沙美地域の住民	無料	話 レ 歌
399	玉島 玉島黒崎	沙美. ひまわり	会長宅	毎月第2・4月曜日	13:30~15:30	14~15	高齢者	月会費100円 内容によって集金	話 食 体 レ 外 手
400	玉島 玉島黒崎	菜の花クラブ	玉島黒崎公民館 黒崎憩の家	毎週水曜日	14:00~15:00	10~13	誰でも参加可能	無料	話 体 レ 勉 外
401	玉島 玉島黒崎	マーメイド	原田呉服店(元)	毎週土曜日	13:30~15:30	10	高齢者	毎回100円	話 体 レ
402	玉島 玉島黒崎	沙美スイトピー	原田呉服店(元)	毎月第4土曜日	13:30~15:30	11	近所の高齢者	毎回100円	話 食 レ 勉 歌
403	玉島 玉島黒崎	はまなす	沙美西公会堂	毎週金曜日	10:00~11:00	10	高齢者	無料	話 食 体 レ
404	玉島 玉島黒崎	うみねこサロン	南浦憩の家	毎月第4金曜日	13:30~15:30	17	高齢者	月会費100円 内容によって集金	話 食 体 レ 手 歌
405	玉島 玉島黒崎	南浦はなみずき	南浦憩の家	毎週木曜日	9:30~12:00	10~13	高齢者	内容によって集金	話 食 体 レ 手 歌
406	玉島 玉島黒崎	なんぼ虹いろの会	南浦小学校西校舎	毎月第3日曜日	13:00~15:00	8~9	町内の高齢者	内容によって集金	話 レ 手
407	玉島 玉島黒崎	なんぼ オーシャンくらぶ	南浦小学校西校舎	毎週土曜日	10:00~11:30	17	高齢者	無料	話 体 レ 勉 手
408	玉島 玉島長尾	ハーブサロン	四丁目集会所	毎週火曜日	13:30~16:30	6	誰でも参加可能	月会費500円 講師の月謝は別途集金	話 勉
409	玉島 玉島長尾	ピオーネサロン	土生公会堂	毎月第1月曜日	13:00~17:00	5	近所の高齢者	無料	話 レ
410	玉島 玉島長尾	スマイルフラワー	長尾憩の家	毎月第2・3・4水曜日	14:00~16:00	6~7	誰でも参加可能	月会費500円	話 レ 手 術
411	玉島 玉島長尾	自立の会	長尾憩の家	毎月第2金曜日	10:00~15:00	25	障がい者 高齢者	年会費1,000円	話 食 体 レ 歌
412	玉島 玉島長尾	幸せ体操	長尾憩の家	毎週金曜日	10:00~11:00	15	高齢者	無料	話 体
413	玉島 玉島長尾	横町町内体操の会	横町公会堂	毎週金曜日 (第3金曜日は休み)	14:00~15:30	8	町内の住民	無料	話 体
414	玉島 玉島長尾	ながお暮楽輝サロン	長尾分館	毎月第3金曜日	13:00~15:00	20	誰でも参加可能	毎回100円	話 勉 食 体 レ 世 手
415	玉島 玉島長尾	いちごちゃん	長尾分館	毎月第1水曜日	10:00~11:30	55	子育て世代 地域の協力者	毎回100円	話 食 レ 世 勉
416	玉島 玉島長尾	ほっと笑待会	長尾分館	奇数月第3月曜日	10:00~13:00	50	西日本豪雨 の被災者	毎回100円	話 食 体 レ 世 勉 歌
417	玉島 玉島爪崎	いきいき体操	爪崎公民館	毎週火曜日	13:00~14:30	20	町内の高齢者	無料	話 体 レ
418	玉島 新倉敷駅前	喫茶店 川柳 歌声喫茶	喫茶店 川柳	毎月第2・4月曜日	13:30~15:30	10	誰でも参加可能	毎回500円	話 食 歌
419	玉島 新倉敷駅前	しんくら令和会	新倉敷駅前集会所	毎月第1火曜日	13:30~15:00	9	新倉敷駅前 の高齢者	無料	話 レ
420	玉島 玉島八島	島地ひまわり会	島地公会堂	毎月第3木曜日	10:00~12:00	20	町内の高齢者	内容によって集金	話 食 体 レ 勉 外
421	玉島 玉島八島	ピーチサロン	富田県営団地集会所	毎月第1・3火曜日	14:00~16:00	5~8	高齢者	無料	話 体 歌

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
422	玉島 玉島八島	たんぼぼ	浜公民館	毎月 第4火曜日	13:00~15:00	15	誰でも参加可能	無料	話 体 レ 勉 手
423	玉島 玉島道越	談笑会	畑ノ前公会堂	毎月 第1月曜日	10:00~15:30	8	町内の高齢者	無料	話 食 体 レ 外
424	玉島 玉島道越	ふれあいサロン 陽海山	陽海山町内会 集会所	毎週火曜日 毎月 第2・4火曜日	10:00~11:00 (体操) 13:30~15:30 (サロン)	13	高齢者	無料	話 体 レ 手 歌
425	玉島 玉島道口	サロン寺小屋	代表者宅	毎月 第4金曜日	13:00~15:00	10	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話 体 レ 勉 手
426	玉島 玉島道口	サロン もも畑	岸本会館	随時	13:30~15:30	15	近所の高齢者	月会費100円	話 食 体 レ 勉 手 歌
427	玉島 玉島富	栗山どんぐり会	栗山公会堂	毎週火曜日 毎月最終水曜日	13:00~15:30	7	高齢者	月会費300円	話 食 体 レ 歌 ホ
428	玉島 玉島陶	カフェ陶 笑いヨガ	カフェ陶	毎月 第2・4木曜日	10:30~11:30	5	誰でも参加可能	毎回100円 内容によって集金	話 食 体 レ 手
429	玉島 玉島陶	穂井田 ひだまりカフェ	穂井田憩の家	毎月1回 (随時)	10:00~12:00	30	未就学児 のいる親子 高齢者	毎回大人100円 1歳以上50円 0歳無料 内容によって集金	話 食 レ 世 手
430	玉島 玉島服部	楽笑会	弥高集会所	毎月 第3月曜日	13:30~16:00	10	誰でも参加可能	無料	話 食 体 レ 世 勉 手 ホ
431	船穂 船穂	医療生協船穂支部 おしゃべりカフェ	船穂憩の家	毎月 第1・3火曜日	10:00~11:30	12~13	高齢者	無料	話 体 レ 勉
432	船穂 船穂	船穂リハビリ友の会	船穂公民館	毎月 第3金曜日	13:30~15:30	6~7	船穂地区在住の 身体障がいのある方	無料	話 食 体 レ
433	船穂 船穂	船穂そよかぜの会	船穂公民館	毎月 第4金曜日	13:30~15:00	10	船穂地区在住の 精神障がいのある方	無料	話 食 レ
434	船穂 船穂	元組・鳥向サロン	下鳥向 コミュニティハウス	毎月 第1火曜日	13:30~15:00	15~20	高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 勉
435	船穂 船穂	沖・水門サロン	水門 コミュニティハウス	毎月 第3火曜日	13:30~15:00	14~15	高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 手 歌
436	船穂 船穂	高齢者福祉 センターサロン	船穂町高齢者 福祉センター	毎月 第3金曜日	13:30~15:00	5~6	高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 歌
437	船穂 船穂	大舟尾サロン	大舟尾 コミュニティハウス	毎月 第4月曜日	13:30~15:00	15	大舟尾地区 の高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 歌
438	船穂 船穂	一之丁サロン	一之丁公会堂	毎月 第4水曜日	13:30~15:00	10	一之丁地区 の高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 手
439	船穂 船穂	中新田サロン	中新田公会堂	毎月 第4金曜日	13:30~15:00	16	高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 勉 手 歌
440	船穂 船穂	コスモスクラブ	中新田公会堂	毎月 第2火曜日	13:30~15:30	10	誰でも参加可能	毎回100円	話 レ 手
441	船穂 船穂	船福会	福島 コミュニティハウス	毎月 第1水曜日	13:30~15:00	10	福島町内 の高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ
442	船穂 船穂	北公民館サロン	船穂北公民館	毎月 第2月曜日	13:30~15:00	15	高齢者	無料 内容によって集金	話 食 体 レ 勉
443	船穂 船穂	鶏尾・田ノ内融和会	鶏尾公会堂	不定期	-	15~20	高齢者	年会費1,200円 内容によって集金	話 食 体 勉
444	船穂 船穂	船穂にここにこ ほっとサロン	船穂公民館	毎月 第1火曜日	10:00~11:30	12~13	船穂地区で未就 園児を持つ親子	無料	体 レ 世 勉
445	船穂 船穂	和合会 (北谷グラウンドゴルフ)	北谷池北側広場	雨天・農繁期 を除く毎日	13:00~	10	北谷地区の住民	無料 内容によって集金	話 レ

# 5. 『通いの場』開設状況一覧

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
446	船穂 水江	又串サロン	又串 コミュニティハウス	毎月 第3月曜日	13:30~15:00	10	又串地区 の高齢者	年会費1,000円	話食体レ勉 手歌
447	船穂 柳井原	柳井原 堅盤谷サロン	東畑 コミュニティハウス	毎月 第2火曜日	13:30~15:00	13	高齢者	無料 内容によって集金	話食体レ勉 手歌
448	真備 川辺	かわべ小地域 支援の会	川辺分館	毎月第3月曜日 第3水曜日	10:00~12:00	19	誰でも参加可能	月会費100円 年会費300円	話食体勉手 歌
449	真備 川辺	子育てひろば はなっこ	花田助産院	現在休止中 再開予定あり	-	-	乳幼児(~3歳) を持つ親子	-	勉レ
450	真備 川辺	川辺復興プロジェクト あるく	あるく	随時	-	5~70	真備町の住民	無料 内容によって集金	話食体レ世 勉手ホ
451	真備 川辺	サロン川辺村	代表者宅	不定期	-	-	川辺地区 の高齢者	無料 内容によって集金	話食
452	真備 岡田	たけのこ	岡田分館	毎週金曜日	10:00~	20	誰でも参加可能	無料	話体
453	真備 岡田	さわやかサロン岡田	会員所有地	毎週 月・水・金曜日	8:30~	10~14	岡田地区 の高齢者	無料	話レ
454	真備 岡田	新町サロン	新町公会堂	毎月1回 不定期	10:00~13:00	13	新町町内会 の高齢者	毎回300円	話食体レ勉 外
455	真備 岡田	山の谷いきいきサロン なかよし会	山の谷東公民館	不定期	9:00~16:00	4~5	山の谷地区 の高齢者	無料 内容によって集金	話食勉手
456	真備 岡田	シルバー中町 いきいきサロン	会員宅 (今後は岡田分館も検討)	不定期	10:00~12:00	3~4	中町の高齢者	無料 内容によって集金	話食外手
457	真備 岡田	岡田シニア倶楽部 歌声喫茶	岡田分館	毎月 第3日曜日	13:30~15:30	100~150	誰でも参加可能	毎回300円	話レ歌
458	真備 岡田	桜サロン	横溝正史疎開宅	毎月1回 不定期	10:00~15:00	10	桜地区の高齢者	無料 内容によって集金	話食体レ勉 外
459	真備 岡田	サロン新町南	自宅	毎月 最終水曜日	13:00~15:30	25	新町南の住民 元新町南の住民	毎回200円	話食体レ勉 歌
460	真備 岡田	憩いの場	岡田分館	不定期	-	80~100	岡田地区の住民	無料	話食体レ世 勉外手歌ホ
461	真備 辻田	はつらつ蒲池サロン	辻田分館	毎月 第2水曜日	10:00~13:00	15	蒲池団地住民	無料 内容によって集金	話食体レ勉 外手歌
462	真備 辻田	シルバー森	森公会堂	毎月 最終水曜日	13:00~15:00	6~7	森地区の住民	無料 内容によって集金	話食レ勉手
463	真備 辻田	ぶどうの家 BRANCH	ぶどうの家 BRANCH	毎日	9:00~21:00	30	誰でも参加可能	1グループにつき 3時間500円	話食体レ世 勉外手歌ホ
464	真備 有井	上有井 いきいきサロン	上有井公民館	毎月 第2木曜日	9:00~12:00	20	上有井地区 の高齢者	毎回200円 内容によって集金	話食体レ世
465	真備 有井	有井中 ふれあいサロン	有井中集会所	毎月1回 不定期	10:00~12:00	15	町内の住民	毎回200円 内容によって集金	話食レ
466	真備 有井	有井女子会	下有井公民館	毎月 第3木曜日	13:30~15:00	30	有井地区の女子	毎回100円 内容によって集金	話食
467	真備 有井	まびくら	まびくら	毎日	10:00~17:00	-	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話ホ
468	真備 有井	まびシェア	まびシェア	不定期	10:00~19:00	-	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	勉ホ
469	真備 市場	菌グラウンド ゴルフ有志会	会員所有地	毎週火曜日	9:00~ (ただし夏期は8:30~)	29	菌地区の高齢者	年会費 100円~200円	話レ
470	真備 市場	別所いきいきサロン	別所公会堂	毎月 第4土曜日	13:30~15:30	8~13	別所町内の60歳 以上の高齢者	毎回100円	話体手
471	真備 市場	元気げんきサロン 田中	代表者宅	不定期	9:30~13:30	10	田中集落 の高齢者	無料	話食体レ世 勉ホ

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
472	真備 市場	いきいきサロン平山	代表者宅(元店舗)	毎週水曜日	13:00~17:00	5~7	平山団地の高齢者	無料 内容によって集金	話 食 
473	真備 市場	サロン・さかの	代表者宅(正蓮寺)	毎月第3金曜日	9:30~12:00	12	嵯峨野自治会の高齢者	無料	話 体  世 手
474	真備 市場	砂走さくら いきいきサロン	砂走公会堂	毎月不定期	10:00~11:30	10	砂走の高齢者	毎回100円	話 食 勉 手 歌
475	真備 市場	菌運動グループ	菌分館	毎週火曜日	9:45~11:30	20	菌地区の住民	無料	体 勉
476	真備 上二万	わかばサロン	若葉台集会所	毎月第2土曜日	10:00~12:00	30~35	若葉台地区の住民と福祉委員	毎回100円	話 食 体  勉 手 歌
477	真備 上二万	庄・菅原元気会	庄菅原公会堂	毎月第1火曜日	9:30~12:00	8	庄・菅原地区の高齢者	毎回200円	話 食 体  手
478	真備 上二万	親睦の会「和」 (なごみ)	二万分館	毎月最終土曜日	13:30~16:00	25	二万地区・二万仮設団地の住民	無料 内容によって集金	話 食  歌
479	真備 下二万	矢形東谷 いきいきサロン	矢形東谷公会堂	毎月第1火曜日	10:00~13:00	25	矢形東谷地区の高齢者	毎回200円	話 食 体  勉 外 歌
480	真備 下二万 (箭田分)	ほっとスペース	プラザ坪田	毎月第3日曜日	10:00~12:00頃	20	坪田地区の住民	無料	話 食  世
481	真備 箭田	サロンわかかさ	箭田分館	毎月不定期	9:00~	20人以上	箭田地区の 独居高齢者	毎回100円 内容によって集金	話 食 体  勉 外 手 朶
482	真備 箭田	タケノコいきいき百歳体操 & タケノコサロン	箭田分館	毎週土曜日	13:30~16:00	40	高齢者	毎回100円	話 体  勉 歌
483	真備 箭田	マレットサロン	坪田スポーツ 広場等	毎週月・水・金曜日 (グラウンドゴルフ) 第1日曜日 (マレットゴルフ)	8:30~11:30	20~30	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	
484	真備 箭田	福原サロン	福原公会堂	毎月1回 木曜日	10:00~12:00	14~15	福原地区の 高齢者	毎回100円	話 食
485	真備 箭田	介護予防教室 & サロン	ライフタウンまび 1階	毎月最終 の月曜日	10:00~12:00頃	30	高齢者	無料	話 体  勉 手
486	真備 箭田	サンサポート おかやま	サンサポ コンテナ (箭田幼稚園北側)	月曜日から 金曜日	10:00~15:00	-	登録者は 誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話  世 勉 手
487	真備 箭田	ワイワイ おしゃべり会	代表者宅前	不定期	11:00~12:30	50	誰でも参加可能	無料	話 食 世
488	真備 箭田	市営団地お楽しみ会	市営団地集会所	不定期	10:00~12:00	5	市営箭田団地の方 近隣の方	無料	話  勉 歌
489	真備 箭田	真備洗浄カフェ	岡工務店倉庫	土・日・祝	10:00~16:00	20	誰でも参加可能	無料	話 世 朶
490	真備 尾崎	ひまわりサロン	黒宮団地集会所	不定期	13:30~15:30	5	黒宮団地の住民	内容によって集金	話 体  外
491	真備 尾崎	呉妹長寿会グラウンドゴルフ (前ピーチクラブサロン)	呉妹診療所	毎週 月・木曜日	9:00~10:00	9	呉妹地区長寿会 会員など	無料	話 
492	真備 尾崎	呉妹を元気にする会	呉妹分館 小学校体育館など	毎月第4火曜日	11:00~15:00	10	誰でも参加可能	毎回100円	話 食 勉
493	真備 尾崎	呉妹富士	呉妹分館	毎週火曜日	9:30~11:00	20	呉妹学区の 高齢者	無料	話 体 
494	真備 妹	妹山・川原谷女子会	荒神様	毎月第2金曜日	9:30~11:30	8	妹山・川原谷 地区の高齢者	年会費500円	話 食 体  世 勉 外 手 朶
495	真備 服部	遠田ほっこり会	自宅	毎月第2水曜日	10:00~11:30頃	10	遠田地区の住民	毎回100円 内容によって集金	話 体  勉 手 歌
496	真備 服部	にこにこサロン	服部分館	毎月第2・4月曜日	10:00~15:00	28	服部地区の住民	毎回100円	話 食 

医療・介護等の専門機関が開く『通いの場』

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
1	倉敷 鶴形	「食」と「買い物」事業	ケアハウスつるがた	毎週月・水曜日	10:30~14:30	12~13	東・万寿・万寿東菅生小の住民	毎回550円	話 食 体 外
2	倉敷 老松町	おいまつカフェ	倉敷在宅総合ケアセンター1階	毎月第1日曜日	10:00~12:00	20	誰でも参加可能	毎回100円	話 勉 体 術
3	倉敷 大高 葦高 倉敷南	ちよっとそこまで	庭先・店舗・公園等	随時	応相談	-	大高・葦高・倉敷南小学校区の高齢者等	無料	話 体 勉
4	倉敷 沖新町	かふえの間	倉敷南公民館	毎月第2火曜日	13:00~16:00	-	認知症の方及びその家族	毎回100円	話
5	倉敷 酒津	喫茶おれんじ	中洲憩の家	毎月第3木曜日	13:30~15:30	20	認知症の方及びその家族、地域の方	毎回100円	話 勉 体 手 歌 術
6	倉敷 中島	おしゃべりカフェ オレンジ	誠和会在宅センター	毎月第2木曜日	14:30~16:00	30	高齢者及びその家族	無料	話 体 勉
7	倉敷 中島	医療法人誠和会健康づくり教室	福寿荘1階大ホール	毎月第4木曜日	13:30~14:30	40	誰でも参加可能(会員登録必要)	無料	話 体 勉 歌
8	倉敷 中島	せいわいきいきサロン	誠和会在宅センター	毎月第1・3木曜日	14:30~15:30	30	誰でも参加可能	無料	話 体 歌
9	倉敷 中島	ますみ荘介護予防交流サロン	ますみ荘ボランティア室	不定期(希望に応じて随時)	9:30~15:30	-	誰でも参加可能	無料	話 体
10	倉敷 粒江	ウキ活!	浮洲園セミパブリックスペース	毎月第2・4火曜日	14:30~15:30	15	高齢者	無料	体 勉
11	倉敷 粒江	うきうきオレンジカフェ	うきうき館	毎月第2・4月曜日	11:00~14:00	5~6	認知症の方及びその家族	無料 内容によって集金	話 食 勉 術
12	倉敷 黒崎	ディカフェすずらん	安住クリニック2F	毎週月曜日	9:30~16:00	10	誰でも参加可能	内容によって集金	話 体 手
13	倉敷 中庄	げんき食堂	ボランティアハウスとまんなか	毎月第4日曜日	10:30~14:00	20	中庄の小学生とボランティア	無料	食 勉
14	倉敷 中庄	いきいき健康教室	倉敷スイートホスピタル5階 スイートホール	毎月第3日曜日	14:00~15:00	25	誰でも参加可能	無料	体 勉
15	倉敷 中庄	健康測定会	そうごう薬局中庄店	毎月第4日曜日	14:00~17:00	10	誰でも参加可能	無料	話
16	倉敷 中庄	スイーツ オレンジカフェ	倉敷スイートタウン内カフェドゥシュクレ	毎月第4水曜日	14:00~16:00	20	認知症の方及びその家族	無料	話 食 体 勉 手
17	倉敷 西坂	グループかたつむり	NPO法人工房かたつむり	毎週金曜日	13:00~15:30	12~13	誰でも参加可能	無料	話 体 勉 世 歌
18	倉敷 上東	オレンジカフェ	やま幸デイサービスセンター上東の家	年2回	-	10	高齢者	毎回100円 内容によって集金	話 食 体 勉 手
19	倉敷 下庄	ひまわり健康教室 ひまわりカフェ	サンライフ倉敷5F多目的ホール	毎月第1・3木曜日	15:30~16:30	10~15	誰でも参加可能	無料	話 体 世 手
20	倉敷 栗坂	ひろば栗の家	ひろば栗の家2階	毎月第2・4火曜日	10:00~12:00	15~18	誰でも参加可能	無料 1階カフェは有料	話 体
21	倉敷 茶屋町	Chayaの市	創心會リハケアタウン東館	奇数月第2土曜日	10:00~14:00	100	誰でも参加可能	無料 子ども食堂は有料	話 食 体 勉 世
22	倉敷 茶屋町	かわいい鬼カフェ	リハビリ倶楽部茶屋町交流スペース	毎月第2土曜日	10:00~14:00	5	認知症に関心のある方	毎回300円	話 体 勉
23	水島 東塚	そうごう薬局イキキ健康教室 東塚店	そうごう薬局東塚店	毎月第3土曜日	13:00~14:00	10	誰でも参加可能	無料	話 体 勉
24	水島 東塚	ほっとオレンジカフェ in 福田	和光園敷地内元保育所	毎月第3月曜日	10:30~12:00	10	誰でも参加可能	無料	話 体 勉 手
25	水島 福田町古新田	デイサービスセンターみどりのかぜ	デイサービスセンターみどりのかぜ	月1~2回	12:00~16:30	-	乳幼児と親	内容によって集金	話 食 体 勉 世 手 歌
26	水島 水島東千鳥町	ちどりオレンジカフェ	ケアハウスちどり	毎月第4金曜日	14:00~15:00	20	誰でも参加可能	無料	話 体 勉 歌
27	水島 水島青葉町	そうごう薬局イキキ健康教室 水島中央店	そうごう薬局水島中央店	毎月第3日曜日	13:30~14:30	10	誰でも参加可能	無料	話 体 勉
28	水島 水島南亀島町	かめの子サロン	旧亀島デイサービス	毎月第1木曜日	14:00~15:00	10	誰でも参加可能	無料	話 体 勉 手
29	水島 連島町西之浦	西之浦ほっとオレンジカフェ	西浦ふれあい会館	毎月第2金曜日	10:00~11:30	20~30	誰でも参加可能	無料 内容によって集金	話 体 勉 手
30	水島 連島町鶴新田	めばえ座学	地域密着型特別養護老人ホームめばえ	年5~6回第2水曜日	18:00~19:00	10	誰でも参加可能	無料	話 勉

No.	地区	サロン名	開催場所	開催日	開催時間	平均参加人数	参加対象	参加費	主な活動
31	水島 南春日町	そうごう薬局イキキ健康教室 南春日店	そうごう薬局 南春日店	月2回金曜日 と土曜日 の不定期	9:00~19:00 (金曜日) 15:00~16:00 (土曜日)	20	誰でも参加可能	無料	話 体 勉
32	児島 児島味野	百ちゃん本舗おぎの	百ちゃん本舗 おぎの 2階 フリースペース	毎週 火・木曜日	午前の部 10:00~11:30 午後の部 14:00~15:30	10	誰でも参加可能	毎回100円	話 体 し
33	児島 児島通生	Pカフェ!通生	P.P.P.ブラヴィッシモ! 通生内	毎月 第2木曜日	10:00~12:00	15	誰でも参加可能	毎回200円	話 体 し 勉
34	児島 稲田町	そうごう薬局 児島店	そうごう薬局 児島店	毎月 第3木曜日	14:30~15:30	10	誰でも参加可能	無料	話 し 勉
35	児島 児島の口	ひまわりサロン	シーホーム向日葵	毎月 第2土曜日	13:30~15:00	20	高齢者	無料	話 体 し 勉
36	児島 児島の町	にじいろ健幸教室	王子脳神経外科医院	毎週木曜日	9:30~11:00	20	誰でも参加可能	毎回500円	話 体 し 勉
37	児島 児島の町	いきいきカFein児島	王慈園交流 スペース	毎週木曜日	11:30~14:00	50	誰でも参加可能	内容によって集金	話 食 勉
38	児島 林	郷トレ塾	特別養護老人ホーム 碧山荘	毎月 第3金曜日	10:00~11:30	15	誰でも参加可能	無料	話 体 し 勉
39	玉島 玉島	オレンジカフェ あいの泉	ケアハウスあいの泉	毎月 第3水曜日	14:00~15:00	30~40	高齢者	無料	話 体 し 世 勉
40	玉島 阿賀崎	たまたまオレンジ カフェいづみ	いづみ荘	毎月 第3木曜日	14:00~16:00	10	誰でも参加可能	無料	話 体 し 勉 手 ボ
41	玉島 阿賀崎	生涯現役富田クラブ	玉島市民交流 センター	毎月 第3水曜日	14:00~15:00	40	誰でも参加可能 (要予約)	無料	話 食 体 勉 外 手 ボ
42	玉島 玉島中央町	つどいカフェ	秀明荘1F地域交流 スペースつどい	毎月 第2土曜日	10:30~12:00	25~30	誰でも参加可能	無料	話 食 体 し 勉 ボ
43	玉島 玉島上成	イキキ健康教室	そうごう薬局 新倉敷店	毎月第3か 第4土曜日	15:00~16:00	10~15	誰でも参加可能	無料	話 勉
44	玉島 玉島乙島	ひだまりカフェ	地域密着型デイ サービスのぞみ	毎月 第3金曜日	13:30~15:00	13	近隣の住民	200円	話 体 し 勉 手
45	玉島 玉島柏台	認知症予防塾 あすなるcafe	柏台デイサービス センター	6月~3月の 第3土曜日	10:30~13:00	25	誰でも参加可能	月会費500円 (ランチ代)	話 食 体
46	玉島 玉島勇崎	あすなる “ほっと” cafe	あすなるテラス	隔月で開催	14:00~15:00	17~18	誰でも参加可能	無料	話 食 体 し 勉
47	船穂 船穂	菓々子(かかし)	ぶどうの家 交流スペース	毎週月曜日 ~金曜日	14:30~17:30	20~30	誰でも参加可能	駄菓子購入費	話 世
48	船穂 船穂	茶々遊亭 (ちゃあちゃあゆうてい)	ぶどうの家 交流スペース	毎月 第2・4土曜日	11:00~14:00	10~15	誰でも参加可能	毎回500円	話 食 世
49	船穂 船穂	ふなおオレンジカフェ	船穂町高齢者 福祉センター	毎月 第2金曜日	13:30~15:30	12~13	認知症の方及び その家族・ボランティア	毎回100円	話 体 し 勉
50	真備 川辺	真備地域生活支援 センター サロン	真備地域生活 支援センター	月曜日~金曜日 (祝日含む)	9:00~17:30	5	誰でも参加可能(障害をお 持ちの方とその家族優先)	無料 内容によって集金	話 食 し 世 勉 手
51	真備 岡田	介護予防教室	岡田分館	毎月 第2金曜日	10:00~11:00	25	高齢者	無料	体 し 勉
52	真備 岡田	みそ汁ごはんの会	ぶどうの家 BRANCH	毎週木曜日	11:00~	10	誰でも参加可能	200円~1,000円	話 食
53	真備 岡田	ぐいまび	ぶどうの家 BRANCH	毎月 第4木曜日	18:30~	20	誰でも参加可能	毎回500円	話 食
54	真備 岡田	真備女子会	ぶどうの家 BRANCH	毎月 第3金曜日	12:00~	30	誰でも参加可能	毎回500円	話 食
55	真備 岡田	縫い真備	ぶどうの家 BRANCH	毎週木曜日	10:00~	5~6	誰でも参加可能	無料	話 ボ
56	真備 二万	介護予防教室(二万)	二万分館	毎月 第3火曜日	10:30~11:30	20	高齢者	無料	体 し 勉
57	真備 箭田	介護予防教室(箭田)	-	毎月 第4月曜日	10:00~11:00	30	高齢者	無料	体 し 勉
58	真備 箭田	フレまび	天満屋ハピーズ 真備店	毎週金曜日	11:00~14:00	5~6	高齢者	毎回100円	話 食 体 し
59	真備 尾崎	エンリッチカフェ	そーる訪問看護 ステーション	毎週日曜日	9:30~12:00	30	誰でも参加可能	毎回100円	話 食 し 勉 手
60	真備 尾崎	防災ばぁ	そーる訪問看護 ステーション	毎月 第3水曜日	18:00~	15	真備在住・真備 で被災された方	毎回300円	話 食 勉

# 6 『通いの場』を開設したい

身近な地域の人たちが集まって、楽しくしゃべって、笑い合う。困ったときには助け合い、お互いの暮らしを気にかける。そんな場所をみんなで作ってみませんか。

## 1 『通いの場』の情報を集めましょう

サロンなどをすでに行っている運営者の方に『通いの場』の立ち上げについて教えてもらうのもいいでしょう。サロンを行っている人やこれから始めたい人たちの情報交換の場「サロン交流会」も各地区で開催しています。

また、市健康長寿課、市社会福祉協議会、高齢者支援センターなどは地域の『通いの場』の支援を行っていますので説明や運営についての情報提供ができます。（42ページ以降参照）

## 2 呼びかけをして仲間を集めましょう

お世話好きな人・地域のことをよく知っている人・気心の知れている人・地域の盛り上げ役・相談役や見守り役など、そんな人材（人財）がご近所には、たくさんいるはずですよ。

友達や、地域の仲間、民生委員、自治会、老人クラブなど、気軽にこれからやりたいこと、地域に必要なことを話して、参加を呼びかけてみましょう。



## 3 どんな『通いの場』にするかみんなで話し合しましょう

運営の仲間が集まってきたら、次はこれから目指す私たちの『通いの場』をどのようなものにしていくのか、みんなで話し合しましょう。

定期的集まっておしゃべりをするだけでも楽しいものですが、そこに体操を取り入れてみたり、季節に応じたイベントを開催したり、食事を作って食べたり、それぞれの『通いの場』に応じた工夫や特色があった方が、みんなの愛着が深まります。

『通いの場』はみんなが「参加者」ですが、やりたいことを提案したり、自分が得意な分野では、教える側に回ったり、みんなが「運営者」であり「主役」でもあります。



## 4

## 集まる場所を決めましょう

『通いの場』の会場はどこにしましょうか？

地域の集会所や公的機関の部屋を会場とすることが多いですが、個人宅や空き店舗、カラオケボックス、スーパーのフードコートなど集う場所も様々です。

なかには、「別に建物がなくても、座れるベンチと日影があれば、それで十分交流の場になる」とおっしゃる声もありました。



## 5

## 開催日を決めましょう

『通いの場』の開催日は「毎月第〇の△曜日」のように、定例化していることが多いです。

定期的に開催をすることで、「『通いの場』が生活リズムの一部になる」「先の開催日までわかるので、会場の予約がしやすい」などのメリットがあります。

近頃は、毎週や週に数回開催する『通いの場』も増えてきていて、地域の居場所づくりがさらに活発になってきています。



## 6

サロン設立！  
「無理なく」・「みんなで」・「いつまでも」を目指しましょう

**【運営】** 一人が頑張り過ぎず、上手な役割分担を心がけましょう。  
会場の準備や、内容の企画など、一人だけで頑張り過ぎるとどこかで、息切れをしてしまうかも……。『通いの場』はみんなが主役で、みんなが裏方！

『通いの場』にあまり参加しない印象の男性だって、しっかりと役割があれば積極的に参加してくれるかも。そんな良い雰囲気が続くことで、「これくらいなら私もできるかな？」と新しい担い手や後継者が自然と集うのが理想です。

**【資金】** 会場使用料・お茶やお菓子代・事務用品など、『通いの場』にもお金は必要！  
運営を支援する市の助成金制度を利用しているところもあれば、毎回参加者が100円～300円程度の参加費を出しているところもあります。



## TOPIC

No.294

「通いの場」  
はじめました！

「ガーデンタウン  
児島スマイル」  
代表 喜多 清子さん

1



「自分の近所でもサロンをやってみたい」と思ったキッカケは他のサロンへの参加でした。偶然その場に居合わせた生活支援コーディネーターとの出会いも重なり、まさに出会いの場となりました。

2



近所に声掛けを行うことで、固定メンバーも増加！他の地域の事例を参考にしながら全員が主体となり、考え、悩み、意見を出し合いながら企画を考えました。

3



サロン名が決定！いつも笑顔が絶えない場所にぴったりな名前となりました！

4



体操やアロマ、薬剤師さん、高齢者支援センターなど、多くの方が協力者として訪れる居場所となりました。これからもみんなと一緒に笑顔で頑張りたいと思います！

# 7

# 『通いの場』の設立と運営を応援します!

『通いの場』の運営で、手伝ってほしいことや困っていることはありませんか?  
関係機関が『通いの場』を応援します! ご相談ご活用ください!

## I 活動について相談したい

- **通いの場の取材・情報発信**
- **通いの場の開設・運営についての相談・助言**  
社会福祉協議会に配置された生活支援コーディネーターを中心に、地域の『通いの場』の実施把握を行うとともに、市内の様々な地域の活動の情報発信や、活動について相談や助言をおこないます。

☎：倉敷市社会福祉協議会

地域福祉課：086-434-3301  
倉敷ボランティアセンター：086-434-3350  
水島事務所：086-446-1900  
児島事務所：086-473-1128  
玉島事務所：086-522-8137  
船穂福祉センター：086-552-5200  
真備事務所：086-698-4883

## ● スポーツ活動に関する相談

- **スポーツ活動サポートセンター**【通称:Spo(スポ)サポ】  
スポーツ教室やイベントの開催、ニュースポーツ用具の貸出、スポーツ情報の提供など、様々な事業の実施とスポーツ活動に関する相談窓口を設けています。
- **地域健康スポーツ教室**  
市内各地域にて、ニュースポーツの体験やラジオ体操等の教室を開催しています。

☎：Spoサポ倉敷  
086-434-3410

## ● 市民活動団体等の情報提供

### ● 地域の課題解決応援ブックのデータ提供

コミュニティ協議会をはじめとする、各種団体の活動等の情報発信や、地域支え合い活動(地域づくり)について相談や助言をおこないます。

☎：倉敷市市民活動推進課  
086-426-3107

## ● 教室開催の相談

介護予防教室や転倒骨折予防教室、栄養改善教室、介護方法、介護者の健康づくりなどの家族介護教室をおこないます。  
地域の『通いの場』に出向いての講座もご相談ください!

## ● 『通いの場』に関する相談・助言

倉敷市では、介護・保健・医療・福祉に関する総合的な支援を行う拠点として、市内に25か所の「高齢者支援センター」と3か所の「高齢者支援サブセンター」を設置しています。

センター名	電話
倉敷中部	086-430-6703
倉敷南	086-420-1355
老松・中洲	086-427-1191
大高	086-427-8811
倉敷西	086-466-3156
帯江・豊洲	086-429-2714
中庄	086-461-2357
天城・茶屋町	086-428-1661
庄北	086-461-0085
倉敷北	086-463-7760

センター名	電話
水島	086-446-6511
福田	086-455-5132
連島	086-444-3200
琴浦	086-473-9001
児島中部	086-473-0847
児島西	086-472-0221
赤崎	086-472-2941
下津井	086-479-8271
郷内	086-470-2005
玉島東	086-523-6235

センター名	電話
玉島中部	086-523-5322
玉島南	086-528-3266
玉島北	086-525-1339
船穂	086-552-9005
真備	086-698-5999
倉敷北部 (サブセンター)	086-462-0020
福田 (サブセンター)	086-450-1188
連島南 (サブセンター)	086-440-0708



☎：高齢者支援センター

## 2 活動資金について相談したい



### ● ふれあいサロン活動への助成

地域の閉じこもりがちな高齢者が談話会や健康づくりなどの活動を通じて社会参加や介護予防に寄与する活動へ助成を行っています。

#### 【助成対象】

- 閉じこもりがちな概ね60歳以上の高齢者が3人以上集うサロン

#### 【助成額】

- 基本額：年間 30,000円(上限)
- ※ 多世代交流・多人数参加(20名以上)・毎週開催の条件を満たす場合、各 10,000円(上限)の加算があります。

### ● 認知症カフェへの助成

認知症カフェは、認知機能の低下した人や家族、専門家、地域の人などが気軽に集い、情報交換や相互交流等ができる『通いの場』のことです。

#### 【助成対象】

- 開催場所が市内にあり、かつ、10人以上が活動できるスペースがある。
- 毎月1回以上実施し、認知症の人と家族、地域住民、専門家が参加できるものである。
- おおむね市内に居住する認知症の人とその家族を対象とする。

#### 【助成額】

- 1団体につき、1年度当たり50,000円まで助成。
- ※ 助成対象経費の合計額から利用者負担金等収入金額を控除した額の2分の1以内の額。
- ※ 広報活動を支援する登録制度あり(助成なし)。年に数回の実施の場合等も登録可。



◀ オレンジリング犬 笑ちゃん

☎：倉敷市地域包括ケア推進室  
086-426-3417

### ● 地域福祉基金による助成

市では地域福祉基金を創設し、ボランティア団体が、高齢者、障がい者、子育て中の親子などに対して行う保健福祉に関わる活動を助成しています。



▲くらしき子育てネットワークはぴばる

#### 【助成対象】

- 市内に活動拠点を置くボランティア団体又はNPO法人で、新規の事業活動を行おうとするもの(申請年度の4月1日において、新規事業の開始から1年以内のもの)
- 委員会が特に適当と認める団体

#### 【助成対象事業】

- 在宅福祉の普及又は向上に関する事業(介護教室、訪問家事、給食・料理サービス、外出支援、友愛訪問など)
- 健康づくり、生きがいづくり、自立支援及び社会参加の推進に関する事業(健康・生きがい・子育て支援などに関する講座・集い、情報誌の作成など)
- ボランティア活動の活性化に関する事業(研修会、調査研究活動など)
- その他、委員会が特に適当と認めるもの

#### 【助成期間】

3年以内

#### 【助成額】

年数ごとの助成限度額

- 1年目：100,000円
- 2年目：75,000円
- 3年目：50,000円

☎：倉敷市保健福祉推進課  
086-426-3303

### ● 施設の設置費・管理費の補助

- 地域集会所設置費補助（修繕費含む）  
※ 町内会や自治会を通じて申請してください。
- 校区集会所設置費補助（修繕費含む）  
※ コミュニティ協議会を通じて申請してください。
- 校区集会所管理費等補助  
（コミュニティ協議会が対象）

### ● 市民企画提案事業

- 地域の身近な課題を解決するため、市民活動団体の皆さんと市とが一緒になって実施する協働事業や、市民活動団体のみなさんが単独で実施する公益的な自主事業を募集しています。

### ● 『通いの場』を運営する場合の補助

ふれあいサロンや認知症カフェなどを含む、地域支え合い活動（地域づくり）への補助を行っています。

#### 【補助割合】

補助対象経費の2分の1以内  
（利用者負担金等の収入を控除しません）

#### 【世帯割区分補助】

小学校区の世帯数に応じて、  
年間 100,000円～650,000円(上限)

#### 【課題解決区分補助】

年間 600,000円(上限)  
※ コミュニティ協議会を通じて申請してください。

☎：倉敷市市民活動推進課 086-426-3107

## 3 もっと学びたい

### ● 出前講座

市民の自主的な生涯学習活動を支援し、学習機会の充実を図るため、市役所の業務を学習メニューとして取りそろえ、市職員が講師として地域に出向いて講座を行っています。

#### ★出前講座の一部を紹介

講座名	担当課	講座名	担当課
救急法講習会	各消防署	企業人権啓発	労働政策課
絵本の読み聞かせなど	各図書館	「歯つする歯育て」(子ども編)	健康づくり課
防災センター(施設見学)	倉敷消防署	介護保険制度について	介護保険課
火災予防講座	各消防署	学校支援は地域支援 ひらく学校つながる地域	生涯学習課
署見学・消防車見学	各消防署	その日のために知っておこう 認知症	各保健推進室 健康づくり課 保健課
避難訓練	各消防署	図書館の利用について	各図書館
私だけは大丈夫！？ 悪質商法撃退法	消費生活センター	目指せ健康くらしき21 実践の達人！ 生活習慣病を予防しよう	各保健推進室 健康づくり課 保健課
家庭ごみの正しい出し方 5種14分別	各環境センター	おとなのための「食べること」	健康づくり課
自主防災組織について	防災推進課	「お口の健康講座」(大人編)	健康づくり課
クルクルセンター(施設見学)	クルクルセンター		

☎：倉敷市生涯学習課 086-426-3845

## 健康づくりメニューの活用

### ● 暮らしき健康応援団講座

#### ～健康への道～

出張型健康講座を無料で開催します。今日から活かせる健康づくりのコツを中心に、筋トレなどの実践も取り入れながら行います。おおむね10人以上のグループが対象です。

受講された方にはステキな健康グッズと認定証を差し上げます！



「健康暮らしき21・II」  
～みんなでつくろう  
元気な暮らしき～

### ● 暮らしき まち歩き さと歩きマップ

愛育委員会や地域の人たちと協力して、市内55地区（令和2年3月末時点）のウォーキングマップを作成しています。

ウォーキングをしながら、史跡や名所など地域のよさを再発見できる楽しいマップです。

みなさんでマップを使ってウォーキングをしてみませんか？



＜マップ配布場所＞ ●市保健所健康づくり課、水島・児島・玉島・真備の各保健推進室  
●市役所総合案内、庄・茶屋町・船穂支所、ライフパーク倉敷・市内公民館等

☎：倉敷市保健所 健康づくり課 086-434-9820

### ● シルバー人材センター講習会（令和元年度21種類）

調理、美容、朗読、接客マナー、スマホ、筆耕、剪定、草刈など（参加費は無料、会員及び市民の参加可能）

☎：倉敷市シルバー人材センター 086-426-3318

## 4 活動の手助けをしてほしい

### ● ニュースポーツ用具の貸出

スポーツ振興協会では、地域の団体等を対象にニュースポーツ用具の貸出しを行っています。

『ニュースポーツ』とはその場で集まって、誰でも簡単にできる、軽スポーツのことです。

例えば・・・地域のイベントで使用したい！体験交流として行いたい！

など・・・まずはお電話でお問い合わせください。

※貸出用具の一例

競技名	競技内容
囲碁ボール	スティックでボールを打ち、碁盤になった人工芝マットにボールを並べて得点を競う競技。
カローリング	カーリングの要領で、ローラーのついた円盤をポイントゾーン内に走らせ、得点を競います。
キンボール	直径122センチほどの大きなボールを、コートの中で落とさないようサーブやレシーブをして得点を競います。
ディスコン	チームに分かれて、赤と青の表裏異色の円盤をポイントに向けてそれぞれのチームが投げ、よりポイントの近いところに投げられるかを競います。



▲キンボール



▲ディスコン

☎：Spoサポ倉敷 086-434-3410 [(公財)倉敷市スポーツ振興協会]

### ● シルバー人材センターのボランティア活動

依頼によってボランティアグループが、サロンや介護施設を訪問いたします。

内容は、新舞踊・傘踊り・銭太鼓・玉すだれ・どじょうすくい等(無料)



### ● 家事援助サービス

市内の一般家庭に家事援助として、掃除・洗濯・買い物・炊事・ゴミ出しなどのご要望に応じて会員を派遣します。

(一人1時間1,012円)

病院への付き添いもしています。行き帰りについては、会員の自家用車は利用できませんのでタクシーをご利用いただきますが、病院での待ち合わせも可能ですので、ご相談ください。

(一人1時間1,012円)

1回1時間以内で完了する急ぎで簡単な作業については、レンジャー隊として迅速な対応でサポートします。たとえば、水道のパッキンの交換や電球の交換など。1か月に何度でも利用できます。

(一人1回1,200円)

約2時間程度で完成する小物作品の作成について、サロンや介護施設などへ手芸の講師として派遣することもできます。

(一人1時間880円と材料代実費必要)



☎：倉敷市シルバー人材センター  
086-426-3318

### ● スポーツ推進委員

スポーツ推進委員は、倉敷市のスポーツ推進のためにスポーツの実技指導や助言を行う、市から委嘱を受けた職員です。

軽スポーツやレクリエーション、体操等、運動関係の活動を実施する際、要望に応じて委員を派遣しますので、ご検討の際には、ぜひお気軽にご相談ください。



▲スポーツ推進委員さんは、サロン交流会でも大活躍でした。

☎：倉敷市スポーツ振興課  
086-426-3855

### ● ボランティアの調整

ボランティアセンターにて、ボランティアの受付・登録・マッチングを行います。

活動分野も、福祉分野だけでなく環境や教育・国際交流など多様なボランティア活動の要望にお応えできるように、様々な活動に取り組んでいます。



☎：倉敷ボランティアセンター  
086-434-3350

## 5 参加したい

### ● 教室開催の相談

老人クラブ連合会は、クラブ会員以外の方にも参加していただける事業を開催しています。  
あなたも仲間と一緒に健康長寿を目指しませんか！



1  
健康と予防活動

- グラウンドゴルフ・百歳体操・ウォーキング  
・卓球・ボウリング
- 趣味・サークル活動・おしゃべり会・旅行
- 料理教室・栄養改善でフレイル(虚弱)予防

仲間づくりで  
「健康長寿」  
を実現

2  
友愛活動

- 多様な通いの場づくり
- 一人暮らしや高齢者への安否確認

3  
奉仕活動

- 地域の子ども見守りパトロール活動
- 世代間交流  
(保育園・幼稚園・小中学校)
- 公共施設の環境整備

その他にも、クラブ会員は、サークル活動や親睦旅行、ボランティア活動などを通じて、住み慣れた地域で仲間と共に健康で楽しく心ゆたかに暮らせるように様々な活動を行っています。  
60歳以上のみなさん、仲間づくりの扉をノックしてみませんか？

☎：倉敷市老人クラブ連合会 086-427-4312

### ● サロン交流会の実施

『通いの場』の運営者や協力者、新たに『通いの場』を立ち上げたい方等を対象にサロン交流会を開催します。日頃の活動の情報を交換し、今後の活動のヒントや新しいつながりを持ち帰っていただけるよう毎年企画・実施しています。



活動発表



手芸等の作品展示



情報交換会

☎：倉敷市社会福祉協議会

地域福祉課：086-434-3301  
水島事務所：086-446-1900  
玉島事務所：086-522-8137  
真備事務所：086-698-4883

倉敷ボランティアセンター：086-434-3350  
児島事務所：086-473-1128  
船穂福祉センター：086-552-5200

## 6 もしものときに備えたい

### ● ボランティア保険

活動中のもしもの事故などに備えて、社会福祉協議会が窓口となる2つの保険があります。

#### ● ボランティア行事用保険：

『通いの場』の行事(1日ずつ)に対して加入する保険。行事に参加する人のけがを補償する保険。

#### ● ボランティア活動保険：

ボランティア活動中の様々な事故によるけがや損害賠償責任を補償する保険。

『通いの場』の運営に携わるボランティアごとに加入。加入手続き完了日から年度末の3月31日までが、保険適用期間。

☎：倉敷市社会福祉協議会 各事務所

### ● スポーツ安全保険

スポーツ活動、文化活動、レクリエーション活動、ボランティア活動、地域活動等を行う4名以上の団体・グループが、加入できます。

#### ● 加入者個人のけがの補償

#### ● 加入者個人の賠償責任の補償

#### ● 突然死葬祭費用補償

※倉敷市スポーツ振興課に加入依頼書を設置しています。



☎：公益財団法人  
スポーツ安全協会岡山県支部  
086-201-3811

このガイドブックは  
私たちが作りました！

## 元気な地域と一緒に考えるチーム 高齢者活躍推進地域づくりネットワーク会議

「年齢を重ねても、  
住み慣れた地域で

元気で活躍が続けたい」  
そんな元気な地域づくり  
を応援するためには、関係  
機関もまた、ネットワーク  
を構築しながらそれぞれの  
得意分野を発揮しながら地  
域に寄り添い続ける必要が  
あります。

高齢者活躍推進地域づく  
りネットワーク会議はその  
ような支え合いの仕組みづ  
くりを倉敷市域で検討・協  
議しながら、様々な活動を通  
してもっと支え合いの輪  
を広げていきます！

高齢者  
支援センター

生活支援  
コーディネーター

老人クラブ

事務局  
健康長寿課  
地域包括ケア推進室

シルバー  
人材センター

高齢者活躍推進地域づくり  
ネットワーク会議

社会福祉  
協議会

### どんな活動をしているの？

1. 地域づくりの活動に取り組みます。
  - 通いの場ガイドブックや事例集の作成
  - 支え合いのまちづくりフォーラム
  - サロン交流会 等

2. 新しい支援体制を構築します。

3. 既存の支援・新たな支援を各所属で連携しながら応援します。

市担当課

(市民活動推進課・健康づくり課・  
生涯学習課・スポーツ振興課)



ガイドブックを手にとっただきありがとうございます。  
これを手にとっただいたあなたは、すでに地域づくりの第一歩を踏み出しています！  
一緒に『通いの場』と地域を **もりあげていきましょう。**



かよ  
**通いの場** ガイドブック 第二版

## 「毎日がかようび」

発行：令和2年3月

発行元：倉敷市健康長寿課地域包括ケア推進室

連絡先：〒710-8565 倉敷市西中新田640番地

☎ 086-426-3417 FAX:086-422-2016

メール：wfgsc@city.kurashiki.okayama.jp

URL：http://www.city.kurashiki.okayama.jp/

制作：社会福祉法人倉敷市社会福祉協議会

連絡先：〒710-0834 倉敷市笹沖180番地

☎ 086-434-3301 FAX:086-434-3357

メール：kurasyakyo@kurashikisyakyo.or.jp

URL：http://kurashikisyakyo.or.jp/

# 8

# 生活支援コーディネーターがつながります!

人と人・人と情報・人と居場所・人と活躍・人と支援  
 支え合いの意識とところをつなぎ、もっともっと地域のそばへ!

生活支援コーディネーターは  
**「お節介」と「安請け合い」**で  
 元気な地域づくりをしっかり応援する職員です!

※生活支援コーディネーター 左から：松本、山本、松岡、水野、阪本

**「通いの場」に「参加したい」「つくりたい」「ちょっと教えて」は私たちに任せください!**

**情報**を広く  
 詳しく発信!

**「したい」「できる」を活躍へ**

**居場所づくり  
 作戦会議の場  
 を応援!**

## 生活支援コーディネーターがつなくもの



人と情報をつなく



人と活躍の場をつなく



意識をつなく・心をつなく

生活支援コーディネーターをご存知ですか?

生活支援コーディネーターは、別名「地域支え合い推進員」とも呼ばれ、一人ひとりの元気な暮らし、支え合いの地域づくりを住民や関係機関と一緒に進める「つなく専門職」です。

私たちの暮らす地域には、住民同士のつながりや関係性から生まれた、たくさんのお互いさまが存在し、暮らしの場に応じた「手づくりの支え合い」がたくさんあります。

地域の宝物である、人や文化や既存の取組を教えていただきながら、地域の一員として、「支え合いの地域づくり」を応援してまいります。

生活支援コーディネーターは  
 社会福祉協議会に配置されています

☎：倉敷市社会福祉協議会  
**086-434-3301**



人と人をつなく



人と居場所をつなく



人と支援をつなく