

朝日中学校区（あいうえお順）

いろどりサロン	
場 所	特定非営利活動法人いろどり (実穀1282-3)
開催日	第2日曜日 15:00頃
参加対象	障害者とその家族、 その他どなたでも
参加費	1回300円 ※制作する物により追加あり
主な 活動内容	茶話会、手作業での制作活動、 談話など
連絡先	小松澤(コマツザワ) 090-6951-1728 fumifumi-0517- lovely@docomo.ne.jp



子育てひろばとことこ	
場 所	実穀ふれあいセンター
開催日	月1回 ※開催日はInstagramに掲載 9:00~12:00
参加対象	子育て世帯
参加費	無料
主な 活動内容	親子で自由に遊ぶ。親子の 交流や子育ての相談。
連絡先	正木(マサキ) Instagram Hirobatokotoko



親子の遊び場です。自由に遊んだり、おしゃべりしたりしませんか。

下本郷親和会	
場 所	下本郷公会堂
開催日	第4土曜日 10:30~13:00
参加対象	高齢者
参加費	1回300円
主な 活動内容	茶話会、輪投げ 健康体操、歌など
連絡先	イリエ 080-2297-4353



公会堂はつながりの砦！体操やレク等一緒に地域で楽しみましょう。

シンワサロン	
場 所	シンワ自治会館
開催日	第1・第3火(健康麻雀)、 第2水(体操) 第4水(茶話会) 第1木(ウォーキング)
参加対象	近隣住民どなたでも
主な 活動内容	茶話会、健康麻雀、 体操、ウォーキング
連絡先	伊藤(イトウ) 080-5014-4550



住民のコミュニケーションと情報交換の場所として楽しく過ごしています。

住吉カフェ輪い話し(わいわい)

場 所	住吉公民館
開催日	第1土・第3火・第4木 10:00～15:30
参加費	1回100円
主な活動内容	茶話会、ゲーム
連絡先	小林(コバヤシ) 090-4915-9099



茶話会の他、
ビンゴ大会、
音楽会など。

筑見いきいき

場 所	筑見区自治会館・ふれあい館
開催日	第3日曜日 10:00～12:00
参加対象	どなたでも
参加費	無料
主な活動内容	茶話、軽い体操、脳トレ。 歌など
連絡先	田邊(タナベ) 843-3207 080-5542-6590



認知症は誰もが
通る道です
が、できる限り
遅く、そして軽
くを目指しま
しょう！

筑見ふれあい館

場 所	筑見ふれあい館
開催日	毎週月・水・土 13:00～16:00
参加対象	どなたでも
参加費	1回100円でコーヒーなど おかわり自由
主な活動内容	誰もが気軽に交流できる居 場所。喫茶、図書室、卓球 台あり。
連絡先	田邊(タナベ) 843-3207 080-5542-6590



みんなのふれあい
館、誰かが居る、話
がしたい、いやしの
時間、来てよかつ
た！

マンディ・サロン

場 所	一区公会堂
開催日	毎週月曜日 13:30～15:30
参加対象	一区の方ならどなたでも
主な活動内容	歓談、体操、輪投げ、 ゲーム、映画鑑賞
連絡先	藤平(フジヒラ) 090-9950-4688



友遊サロンえがお

場 所	二区北公会堂
開催日	第4火曜日 13:30～15:30
参加対象	どなたでも
参加費	1回100円
主な 活動内容	茶話会、ゲーム、体操、 講習会、演芸など
連絡先	田中(タナカ) 843-2623



みんなで楽しく
休みなく継続して
やっています。

阿見中学校区（あいうえお順）

阿見町プレーパーク

場 所	ワッカクル里山の森 (町民の森)
開催日	月1回 土または日 10:00～14:00
参加対象	子育て世帯 ・その他どなたでも
参加費	1回100円
主な 活動内容	小川や森の中の手作り遊 具で楽しく遊ぶ
連絡先	栗原(クリハラ) 080-5177-2226 kuritokinoko@gmail.com



阿見町若栗にある
ワッカクル里山の
森で
月1回外遊びをし
ています。

中央東ふれあいカフェ

場 所	中央東公会堂
開催日	第3金曜日 13:00～16:00
参加対象	どなたでも
参加費	1回100円
主な 活動内容	茶話会、折り紙、合唱、 体操、紙芝居など
連絡先	大谷(オオタニ) 887-5734 080-1237-1747 ootani-ta@jcom.home.ne.jp



8年が経過しました。
スタッフ8名はメン
バー不動で活動して
います。

なかよし会

場 所	西方公会堂
開催日	第2月曜日 13:00～16:00
参加対象	西方地区のどなたでも
参加費	実費(お茶代)
主な 活動内容	茶話会、季節の行事、 時により健康体操、外部講 師の講話
連絡先	石井(イシイ)

西方6、7班女性から誕生し
ました。各自飲み物持参で、
月曜日の午後集まっています。
お茶お菓子は係になっ
た人が好きな物を買って均
等割りです。

ふれあいカフェひまわり &おしゃべりカフェ

場 所	富士団地公会堂	
開催日	ふれあいカフェ ひまわり	おしゃべり カフェ
	第2水 10:00～12:00	第3水 10:00～12:00
主な 活動内容	茶話会、手芸、健康 体操、健康麻雀、歌、 トランプ、オセロなど	おしゃべり
参加費	1回100円	
連絡先	山口(ヤマグチ) 887-8188 090-7835-9886	



皆で楽しく話して大きな声で
笑って歌って、健康体操で
身体を動かし、楽しい時間を
過ごしています。
他地区の方も大歓迎！！作
品作りも楽しいですよ。

友遊会

場 所	中央西公会堂
開催日	第4月曜日 13:30～15:30
参加対象	近隣住民どなたでも
参加費	1回100円
主な 活動内容	茶話会、折り紙、合唱、 体操、趣味、創作など
連絡先	有田(アリタ) 887-7502



明るく楽しい活動をしています。
どなたでも気軽に御参加下さい。

レプラコーン若栗

場 所	若栗1299-18
開催日	月～金 11:00～15:00
参加費	1回500円 ※内容により別途追加あり
主な 活動内容	茶話会、読書、茶道、 手芸(和・洋) ※事前予約。昼食持参。
連絡先	奥島(オクシマ) 886-7877 090-1049-2933



利用時間が3～4時間ですのでどなた様もゆっくりされています。
使用日時は予約制。

竹来中学校区（あいうえお順）

おかざきサロン

場 所	岡崎公民館
開催日	第4火曜日 10:00～14:00
参加対象	岡崎地区のどなたでも
参加費	1回100円
主な活動内容	健康体操、音楽、合唱、ゲーム、食事会、茶話会、講話など
連絡先	野口（ノグチ） 090-5540-2489



誰でも気軽に茶話会、健康体操など参加できる出会いの場です。

自然保育自由に遊び隊

場 所	個人宅(DMIにて周知)
参加対象	高齢者・障害者・子育て世代
主な活動内容	子育て世帯の方を中心に自然体でいられる居場所を提供。 自由遊び・おしゃべり 野遊び活動など
連絡先	平岡 (ヒラオカ) Instagram Hirobatokotoko



@SHIZENHOIKU

レイクふれあいランチ

場 所	レイクサイドタウン公会堂
開催日	第2木曜日 11:30～13:30
参加対象	レイクサイドタウンの 高齢者・障害者
参加費	1回200円
主な活動内容	昼食会、談話、手芸、折り紙など
連絡先	村木（ムラキ） 887-7955 090-7832-4064



日中一人住まいになる人を招いて、レイクサイド公会堂にてお弁当とおしゃべり、軽い体操をしています。

その他

農業体験青空カフェ	
場 所	稲敷市月出里の圃場
開催日	毎週月曜日 10:00～13:00
参加対象	高齢者
参加費	年間2000円
主な 活動内容	簡単な農業体験と、気軽なおしゃべり
連絡先	中川(ナカガワ) 841-6780 090-1035-2645 nakatan1946@gmail.com



農業体験と気軽なおしゃべりでストレスを解消し、健康・長寿を目指しています。