

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
東 灘 区	スマイルサロン「YOGA FOR ALL」	横屋会館	神戸市東灘区魚崎北町2丁目7-1	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		毎週火曜日 + その他特別開催 日程 9:30~11:00	回 (チエ アヨガ参加 は500円) ¥200	☺			☺	老若男女、みんなのためのスマイルサロンで9時半からは茶話会。10時から45分間のチエアヨガにもご参加できます。お気軽に！	
	わかば茶話会	北青木第四住宅 3階 集会所	神戸市東灘区北青木1丁目1-3	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		第4火曜日 13:30~15:00	¥100 回		🎵		☺	ドクター、ヤクルトによる健康についての講演。合唱、合奏、マジック等その後飲み物・お菓子を提供し歓談	
	なかまっカフェ	本山中町会館	神戸市東灘区本山中町2丁目13-5	長谷川 博也	090-2064-9047	第2・4火曜日 13:00~15:00	¥200 回		🎵		☺	ふれあい喫茶だけでなく、クラリネット・ハーモニカ等の演奏に合わせて歌ったりしています。	
	渦が森ポッチャ「ころころ倶楽部」	渦森会館	神戸市東灘区渦森台2-21	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		第1土曜日 10:30~12:00	¥100 回	☺				地域の高齢者が集まりポッチャ競技に取り組みます。参加する事でフレイル予防になり健康寿命を伸ばす事に挑戦します。	
	ふれあい喫茶 新本山第二住宅ふれあい会	新本山第二住宅	神戸市東灘区本山南町8-1-1	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		第4日曜日 8:30~10:00	¥200 回				☺	地域住民の交流を目的として、モーニングを提供	
	修活倶楽部	コープリビング甲南	神戸市東灘区甲南町2-1-20	小塚 ひとみ	078-451-3818	第4土曜日 13:00~15:00	¥0 回	☺		✍	☺	認知症予防や介護や施設など、いろいろなテーマで話をしましょう。笑いヨガもします。	
	健康長寿ウォーク	JR甲南山手駅集合	JR甲南山手駅で集合し、東灘区周辺を歩きます	寺井 康裕	090-8539-8444	第4火曜日 9:00~10:30	¥200 回	☺					屋外で太陽を浴び、ステイホームのコロナ後に運動（特に有酸素運動のウォーキング）を実施することで、老化予防を推進します。
	フレイルフリーのやさしいヨガ	御影公会堂	神戸市東灘区御影石町4-4-1	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		毎週月曜日 9:00~10:30 祝 日の場合はお休み	¥500 回	☺					固くなりがちな関節を無理なく動かしたり、足りなくなった筋力を補ったりすることで、転倒や骨折を予防します。呼吸を深めて自律神経を鍛えることで、精神的な安定を図り、QOLの向上を目指します。ヨガの最後にはリラクスの時間があり、ヨガ後はリフレッシュできます。
	ふらっと住良本町	地域福祉会あさす	神戸市東灘区住吉本町1-1-32	村上 次郎	078-845-2520	毎週金曜日 10:00~11:30	¥100 回	☺		✍	☺	フレイル予防、多世代交流を目的にいつでも参加できるつどい場を開催します。主に体操や脳トレ等を行う予定です。	
	コスモ体操	本山第一住宅 集会所	神戸市東灘区本山南町2-12-8	山本 靖之	078-452-6236	第2月曜日 13:30~15:00	¥100 回	☺					フレイル予防を目的に、5年前から開催している。ハードな物でなく、座ってできるものを多くしており、脳トレも取り入れている。
	こもれど	城野ビル	神戸市東灘区甲南町3-7-14 城 野ビル1F	中村 保佑	090-7701-6393	毎日 365日 10:00~17:00	¥0 回			✍	☺	居場所つどい場として、多世代交流のつながりづくり。	
	紫陽花くらぶ	渦森会館	神戸市東灘区渦森台2-21	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		第2土曜日 10:00~11:30 山田区民会館で 5/11,9/14,1/11に実施予定	¥100 回	☺	🎵				音楽を使った身体機能を維持、改善するためのプログラムを実施。引きこもりがちな高齢者が集い、歌い体を動かし、笑う場にする。
	そらまめCafe	そらまめサロン	神戸市東灘区本山北町3-4-9 甲南びら102	小塚 ひとみ	078-451-3818	第3水曜日・第4木曜日 13: 00~16:00	¥400 回	☺		✍	☺	お茶を飲みながら、地域の方・リスクのある方も一緒に会話を楽しんだり相談したり、笑いヨガの日もある自由なつどい場です。	
	いきいきひろば	本山第一住宅集会所	神戸市東灘区本山南町2-12	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		毎週木曜日 13:30~15:00	¥300 回	☺					音楽をかけながら、リズム体操 (月2回)・いきいき体操 (月2回) 筋肉強化、こけない身体を作り楽しんでいます。
	かしまし処	ウエルシア神戸魚崎北町店	神戸市東灘区魚崎北町5-1-4	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		第3火曜日 10:00~12:00	¥200 回	☺		✍			手芸・脳トレ・軽い運動を月に1回しています。手作業をしながら皆でホッコリ楽しんでいます。
	みのり森のクラブ	本山東地域福祉センター	神戸市東灘区森南町2-8-28	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		第1木曜日 (体操) 第4木曜日 (折り紙・絵手紙) 10:00~ 11:30	¥100 回	☺		✍	☺		専門職の指導による体操をメインにした運動部と折り紙や絵手紙を季節に応じた題材で楽しむ文化部を月に1回ずつ開催しています。
	RICメンズクラブ	向洋地域福祉センター	神戸市東灘区向洋町中6-3-2	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		毎月1日 (トーク) 第4木曜 日 (体操・歌) 10:00~11:30	回 (毎 月、1日の トーク は無料) ¥200	☺	🎵		☺		元気で長生きを目標に、指導員による脳トレ体操、ピアノ演奏での合唱、フリートーク等。水分補給の為、お茶を提供しております。
	誰でもいつでも「健康気功教室」	東灘区文化センター	神戸市東灘区住吉東町5-1-16	東灘区社協 (代表) 078-841-4131		毎月2回 日曜日 (適宜) 10:20~11:50	¥500 回	☺					シニア向けの気功教室です。誤嚥下や転倒予防に特化した、身体の動かし方を指導しています。
	おひさま喫茶	県営魚崎南高層住宅 集会所	神戸市東灘区魚崎南町5-10-7	新井 由紀子	090-9862-7532	ふれあい喫茶第1・3月曜日、カラ オケ月1回 (100円/回) 9:00 ~11:00	¥180 回		🎵		☺		喫茶だけでなく、カラオケも始めましたので、皆さんと一緒に楽しみたいです。
	住吉台なでしこ	住吉台住宅1号棟集会所	神戸市東灘区住吉台 5-1	矢野 絹子	078-811-2372	第3水曜日 (椅子ヨガ)・第4木 曜日 (手芸) 13:30~15:00	¥100 回	☺		✍			椅子ヨガ: パイプ椅子に座りながら自分の体に合わせ体操する 手芸: 季節の小物作り

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容
東 灘 区	塚町地域親交会	東明会館	神戸市東灘区御影塚町2-6-4	難波 佳子	078-821-5230	第2火曜日(歌)・第3火曜日 (ポッチャ)・第4火曜日(体操) 13:30~15:00	回 (ポッ ¥200 チャのみ 100円)	♩	♪	✍		歌の会は、先生のギター伴奏に合わせて皆で楽しく歌う(第2火)。ポッチャ(第3火)。体操は始めに歌を歌ってから脳トレをして体操をする(第4火)。
	わ・は・はクラブ	エクセル住吉台	神戸市東灘区住吉台41?1	廣田 修久	090-5121-9466	第2木曜日 13:30~15:30	¥100 回		♪			近隣の住民の方々との交流と声を出すことの効果を高めるため、キーボードの先生に来ていただき、皆さんで歌を歌っています。

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容
灘区	ピュア	水道筋会館2号室	神戸市灘区水道筋4丁目2-6	灘区社協(代表) 078-843-7001		週4回(月・火・木・金曜日) 11:30~13:30※祝休	¥300 回				☕	お茶を飲んだり、お菓子をつまんだりして、楽しい時間を過ごしませんか?お互い元気な事を確認し合えます。お待ちしております。
	かりん	灘北第二住宅集会所	神戸市灘区灘北通8丁目2-1	灘区社協(代表) 078-843-7001		第4金曜日13:30~15:30	¥200 回	👉			☕	地域の人が主体となって開催する喫茶かりんです。講師による体操指導で介護予防を目的に行います。
	シニアの美術クラブ	ワコレ神戸灘タワー 貸室パーティールーム	神戸市灘区灘北通10-2-3	灘区社協(代表) 078-843-7001		第2・4木曜 13:00~17:00	¥100 回			✂️		参加者一人一人の志向やベースにあわせ、平面作品を創作する。デザイン、風景画、切絵など。
	体操の集い	稗田地域福祉センター	神戸市灘区倉石通4-1-16	阮 栄華	078-801-7426	第2・3・4水曜日 9:30~11:00	¥100 回	👉		✂️		基礎体操から始めストレッチ、ステップ、ヨガを取り足腰を重点に。ボケ予防で写経、習字も入る予定。休息時は薬の話をする。
	つどい健康マージャン教室	神戸市営弓木南住宅集会場	神戸市灘区弓木町3-3-21	藤井	090-3543-3292	水曜(祝日は休み) 12:00~16:00	¥300 回			✂️		初級健康マージャン教室で講師が優しく教えます。認知症予防にマージャンを始めてみませんか。おしゃべりも楽しみましょう!
	りりんカフェ	西灘文化会館	神戸市灘区倉石通2丁目2-29-1F	鈴田 明彦	078-801-7376	第1水曜日 13:30~15:00	¥200 回	👉	🎵	✂️	☕	茶話会だけでなく、簡単な遊びクイズ、知恵の輪等手や頭を使うことをメインに行う。お茶等の提供もある。ハーモニカ演奏もあり
	コミュニティカフェ つなごう	摩耶シーサイドプレイス イースト ①5番館パーティールーム ②3番館多目的ホール	神戸市灘区摩耶海岸通1-1	藤村 由美	078-801-0833	①第2水曜日 13:30~15:00 ②第2・4水曜日 14:00~16:00	¥500 回(①チェアエクササイズ)・200円/回(②カフェつなごう)	👉			☕	フレイル予防のエクササイズを月1回、茶話会と共に日替わりで卓上ゲームや歌唱、体操、勉強会等を取り入れたカフェを月2回開催しています。
	たまりばふれあい会	神戸市営新在家南町住宅1号棟集会所	神戸市灘区新在家南町1丁目1-3	山村 チツエ	090-5047-9295	①第3水曜(食事会)②第1木曜(お茶会)③年2回(勉強会) 9:30~12:30	¥600 回(お茶会300円、勉強会300円)				☕	独居老人の増大。2~3日誰とも会話の無い人に、たとえ1~2回でも食事・お茶をしながら話し合いの場を!孤独死をなくし、声かけ運動を!
	篠原スマイルクラブ	篠原会館	神戸市灘区篠原中町2-4-9	花輪 悦子	078-801-2821	第4木曜日 13:30~15:00	¥100 回	👉	🎵	✂️		毎回15分座ってできる体操をして15分間工作で遊び月変わりで講師の方の音楽演奏や話を聴いて楽しむ
	新在家南元気アップ会	ルネシティ新在家南町団地集会所	神戸市灘区新在家南町1丁目1番	灘区社協(代表) 078-843-7001		第2・4木曜日 13:30~15:00	¥200 回	👉			☕	第2木曜日は女性が前で音楽に合わせて体操。第4木曜は女性講師を招き体操を指導してもらいます。コーヒーとお菓子を提供します。
	居空間RoCoCo	神戸学生青年センターサロンス	神戸市灘区八幡町4-9-22	田中 いづみ	070-5346-6550	①健康マージャンサロン第2火曜・第4水曜 ②パステルで描くポストカード第4火曜 ③ウェルネスダンス第3火曜 10:00~12:00	¥500 回(パステル・ダーツは800円/回)	👉		✂️	☕	ウェルネスダンスや健康麻雀、趣味の活動を通してフレイル予防に努め、終了前30分は茶話会を行い、参加者間の交流を深める。
	①「やまとの森」②「ちくちくカフェ」	①あすパーク ②灘区文化センター	①神戸市灘区中郷町5-1 ②神戸市灘区深田町4-1-39	末岡 悦子	078-841-1233	①第3水曜日 ②第1水曜日(時々第2水曜日も開催) 10:00~11:30	¥300 回	👉	🎵	✂️		地域で活動されている講師さんやスタッフが中心となり、趣味を広げ、人と繋がる場所をみつけて、前向きに生活できるようにする。
	喫茶クローバー	大石東町市営住宅集会場	神戸市灘区大石東町3丁目1番12号	灘区社協(代表) 078-843-7001		第1月曜日 13:30~15:30	¥200 回	👉	🎵	✂️	☕	介護予防談笑の集い。頭の体操。大正琴、手品、講話等のゲストを招いての演奏唱和の集い。紅茶、コーヒーお菓子の提供。
	脳トレマージャン・つどい	NPO法人花たば コミュニティハウス	神戸市灘区水道筋6丁目7-14	灘区社協(代表) 078-843-7001		第2・3金曜日 13:30~16:30	¥200 回	👉		✂️	☕	高齢者の認知症予防を目的に健康的なマージャンを行なう。(賭けない・飲まない・吸わない) 中間時にストレッチをします。
	①「天使のうたごえ喫茶」②「天使のぶらりカフェ」	①水道筋会館 ②西灘文化会館	①神戸市灘区水道筋6-2-3 ②神戸市灘区倉石通2-2-29	灘区社協(代表) 078-843-7001		①第2木曜日 10:30~12:00 ②第4水曜 13:30~15:00	¥300 回	👉	🎵		☕	高齢者が一緒に楽しめる憩いの場として音楽療法士指導のうたごえ喫茶、ダーツと催し企画等で健康をテーマとした居場所活動
ふらっと高羽	高羽会館	神戸市灘区高羽町4-2-8	前田 博文	078-851-7601	第2・4火曜日 9:00~12:00	¥0	👉	🎵	✂️	☕	・屋内での輪投げなど、麻雀など ・認知症予防音楽体操毎月実施 ・茶話会他演芸会等	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
中央区	どんぐりの森	コミュニティプラザ	神戸市中央区中山手通7-25-43	金丸 和弘	080-2415-6571	第2水曜日 13:30~15:00	¥0 回	☺				兵庫医大の健康づくりサポーターの方々の指導の元、月1回、自宅でもできる体操を実施。体操後には交流会、意見交換等を行います。	
	手話カフェかもめ	兵庫県民会館	神戸市中央区下山手通4丁目16-3	高田 順子	078-330-4187	毎週土曜日 13:00~16:00	¥500 回				☺	トースト、珈琲などの軽食の提供を行い、手話での語らいをし、ミニ講演会も行います。仲間内で様々な情報の共有化も行っています。	
	陽だまり教室	神戸市教育会館	神戸市中央区中山手通4丁目10-5	幸神 泰子	090-1485-7336	第2・第4火曜日 10:00~12:00	¥700 回	☺			☺	老化や健康についての学習や脳トレ、足指体操や筋力アップの体操で心身のフレイル予防を目指し、会食で参加者との交流を深めます。	
	北野体操教室スマイル	北野地域福祉センター	神戸市中央区中山手通2-17-18 北野地域福祉センター	河野 眞理	090-3946-8507	第2水曜日 12:30~14:00	¥500 回	☺					皆で楽しく健康づくりしましょう。
	みそらロコモ体操	天理教御空分教会	神戸市中央区旗塚通7-1-13	旭 和世	070-1506-2835	第2・第4月曜日 10:15~11:45	¥300 回	☺					フレイル予防とコミュニティの場を提供。毎回楽しく体を動かし元気な身体を少しでも長く使える様取り組んでいます。
	健康ヨガ"ハーブ"	ポートピアプラザコミュニティルーム	神戸市中央区港島中町6-14	吉田 充代	080-5300-4936	毎週月曜日 10:10~11:40	¥380 回	☺					常にはヨガセブピーで癒されていますが、時には親睦会や派遣事業による催しなどで、また違う楽しみな時間を過ごしています。
	神戸パークシティ「かたらいクラブ」	神戸パークシティ	神戸市中央区港島中町6-2-1	横田 啓子	090-1594-3493	毎週水曜日 10:00~12:00	¥100 回	☺	🎵	✍	☺	みそ汁食堂、散歩、フレイル予防体操、輪投げ、麻雀などを毎週開催して、つどいの場を提供している。	
	うたごえサロン あじさい	こうべまちづくり会館	神戸市中央区元町通4丁目2-14	大西 雅子	078-341-0612	第2木曜日 10:00~11:30	¥500 回	☺	🎵				地域の皆様と一緒に昔歌った懐かしい曲、思い出のメロディを合唱方式で歌い、脳の活性化、ストレス解消、閉じこもり予防に役立てる取り組み。
	笑顔茶屋	旧元町電化ストア	神戸市中央区元町通6丁目7-1	大西 雅子	078-341-0612	①太極拳教室：第1・第3月曜日(月2回) 10:00~11:30 ②脳トレ健康麻雀教室：第1・第3・第5金曜日 10:00~12:00	¥500 回	☺			✍		男女がともに、いつでもいきいきと生活できる社会づくり、講師を招いて教室、イベント等開催する。現在太極拳教室、健康脳トレ麻雀教室を開催している。
	カフェふらっと	旧元町電化ストア	神戸市中央区元町通6丁目7-1	大西 雅子	078-341-0612	毎週日曜日・火曜日 12:00~17:00	¥150 1回	☺	🎵	✍	☺		地域の高齢者住民を対象に居場所休憩所として水分補給飲食を提供しツナガル場所として情報提供し、閉じこもり予防ストレッチ体操等実施する。
	お茶を楽しむ会	個人宅	神戸市中央区橘通3丁目	西畑 花子	090-2103-7573	第1水曜・第3土曜または第4土曜 13:30~16:00	¥500 回				✍	☺	茶道の作法、頂き方、歩き方と色々皆様で楽しく、心の健康の為に参加者の皆様と会話を楽しむ。
	太極拳グループ	下山手地域福祉センター	神戸市中央区北長狭通7丁目3-13	西畑 花子	090-2103-7573	第2・第4火曜日 10:00~11:30	¥300 回	☺					呼吸をととのえ、身体を動かす。心もおだやかに！
中央やわらか体操	神戸市立磯上体育館	神戸市中央区八幡通2-1-38	中央区社協(代表) 078-335-7511		水曜日もしくは金曜日 14時30分~16時	¥500 回	☺					体操(月1回)でみんなと練習をします。運動障害の予防と対策をテーマとして、東洋医学や武道の知識と方法を紹介します。元気作り。	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
兵庫区	①Cafeユミコハウスwith 気球のハンモック ②Cafe 平野交差点ハウスwith 気球のハンモック	①ユミコハウス ②平野交 差点ハウス	①神戸市兵庫区矢部町3-9 ② 神戸市兵庫区上三条町1-1	松本、小山	050-5527-6855	①第4火曜日 10:00~11: 30 ②第4火曜日 15:00~ 16:30	¥100 回			✍	☕	①では茶話会とともにゲーム等で交流を図り、②では皆で外出をし たり、講師を招いてのイベントも計画します。	
	キャナルCafe	キャナルタウン中央	神戸市兵庫区駅南通5-1-2	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第2、4水曜日 10:00~12: 00	¥100 回		🎵		☕	月に2回、それぞれ自由な時間に参集し、お茶を飲みながら会話を楽 しむ会。マンションの居住者を中心に外部からの参加も歓迎。季節ご とのイベント時に演奏者を招いて、参加者で合唱を楽しんでいる。	
	大人のそろばん教室	①浜山地区まちづくり相 談所 ②みなと明親教室	①神戸市兵庫区御崎町1-2 ② 神戸市兵庫区須佐野通2-2-16	名村 広志	090-9618-2306	①第2金曜日、①第3火曜日 13:30~15:00 ②第4木曜 日 13:30~15:00	¥0 回			✍		そろばん、暗算の練習と試験の実施。全国大会やオンラインでも全国の 人と交流します。初心者にも道具を貸し、親切に教える。	
	居場所サロン	居場所サロン	神戸市兵庫区下三条町3-20	渡邊 和彦	090-8215-1069	毎週木曜日 10:00~12:00	¥300 回	👉	🎵		☕	イス体操をメインに、歌声、映画会、おしゃべり会等も随時行います。 コーヒー、お菓子等で楽しいつどいの場です。	
	和田崎町いきいき百歳体 操	和田崎町自治会館	神戸市兵庫区和田崎町3-1-22	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		毎週火曜日 10:30~12:00	¥0 回	👉					画像に合わせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の 場、更には、お互いの見守りの場ともなっている。
	川柳の会(ちとせの会)	霊山寺	神戸市兵庫区石井町2丁目	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第1月曜日 10:30~12:00	¥300 回				✍		講師指導のもと川柳を通して住み慣れた地域で仲間と共に潤いのある 生活を送る事を目的とする。
	フレイル予防生き活きサロ ン	菊水地域福祉センター	神戸市兵庫区菊水町2-1-2	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第3金曜日 13:30~15:00	¥200 回	👉					神戸市フレイル改善通所サービスの卒業生が中心となりDVDも活用し て体操を行う。音楽療法士による脳トレも行う。
	フレイル予防生き活きサロ ンパート②	菊水地域福祉センター	神戸市兵庫区菊水町2-1-2	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第2木曜日 10:30~12:00	¥200 回	👉					神戸市フレイル改善通所サービスの卒業生が中心となりDVDも活用し て体操や脳トレ・グループワークなどを楽しく行う。
	コミュニケーション麻雀	吉田町自治会館	神戸市兵庫区吉田町2-2-18	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第3月曜日 13:30~15:00	¥100 回				✍		麻雀を通して、地域の高齢者の方々と交流を深める。また、一人暮ら しの高齢者の閉じこもり防止に努める。
	ボランティアグループ絆みず ぎ	水木住宅集会所	神戸市兵庫区水木通7-1-37	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		毎週月曜日 10:00~12:00	¥300 月	👉					10時から「いきいき百歳体操」を始めます。
	松原ふれあいサロン	松原市営住宅	神戸市兵庫区松原通4-2-25	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第2水曜日 13:30~15:30	¥100 回	👉	🎵	✍	☕	茶話会だけでなく、座ってできる体操や季節の飾りづくりの作業を行いま す。音楽(全員で合唱等)楽しく過ごしています。	
	馬場町すみれ会	県営大倉山住宅集会所	神戸市兵庫区馬場町12-1	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第2・4土曜日 13:00~15: 00	¥200 回	👉	🎵	✍	☕	いきいき百歳体操、七夕用飾りの作成。カラオケ、新しく脳トレを取り入 れる予定。手作り料理、おやつ、淹れたてのコーヒー提供。	
	Cancer Support 神戸 なごみの家	Cancer Support 神戸 なごみの家	神戸市兵庫区羽坂通4-2-16	藤原 由佳	078-579-7160	月5回程度 11:00~16:00	¥200 回	👉	🎵		☕	運動や栄養の講座、語り合いの会等の企画を通して、加齢、病気に 伴う体力低下予防、体調管理について知識を得るとともに、住民が集 い、語り合うことを通して、互いに支援しあう場となることを狙いに活動す	
	楠谷健康体操	楠谷会館	神戸市兵庫区楠谷町24-16	門脇 敦子	078-371-1841	第2木曜日 13:30~15:00	¥400 回	👉	🎵				元体操教師による、転ばないための下半身強化を日常生活の中で取り 入れられる運動と、ハーモニカ伴奏との合唱の2本活動です。
	楠谷日曜会	楠谷会館	神戸市兵庫区楠谷町24-16	門脇 敦子	078-371-1841	第2日曜日 10:00~12:00	¥200 回	👉	🎵	✍	☕	月毎にメインテーマを決め、音楽鑑賞、勉強会、季節行事の手作り 等、地域の皆さんのコミュニケーション作りに取り組んでいます。	
	つどいの場たんぽぽ	市営大開住宅	神戸市兵庫区大開通2-3-12	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第3土曜日 14:00~15:30	¥100 回	👉	🎵				高齢者の孤立、活動不足に伴うフレイルへの移行を予防する活動。講 師を招いて体操ストレッチ笑いヨガなどで楽しく過ごします。
	浜中住宅いきいき百歳体 操	浜中住宅集会所	神戸市兵庫区浜中町1-17-11	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		毎週木曜日 10:30~12:00	¥0 回	👉					画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、 更にはお互いの見守りの場ともなっている。
	ひまわり会いきいき百歳体 操	ひまわり会自治会館	神戸市兵庫区浜中町2-16-12	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		毎週金曜日 10:30~12:00	¥0 回	👉					画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、 更にはお互いの見守りの場ともなっている。
木曜いきいき百歳体操	浜山地区まちづくり相談 所	神戸市兵庫区御崎町1-1-24	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		毎週木曜日 10:30~12:00	¥0 回	👉					画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、 更にはお互いの見守りの場ともなっている。	
火曜いきいき百歳体操	浜山地区まちづくり相談 所	神戸市兵庫区御崎町1-1-24	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		毎週火曜日 10:30~12:00	¥0 回	👉					画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、 更にはお互いの見守りの場ともなっている。	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
兵庫区	月曜いきいき百歳体操	浜山地区まちづくり相談所	神戸市兵庫区御崎町1-1-24	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		毎週月曜日 10:30~12:00	¥0 回	☺				画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、更にはお互いの見守りの場ともなっている。	
	本御崎住宅いきいき百歳体操	本御崎住宅集会所	神戸市兵庫区御崎本町3-3-29	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		毎週水曜日 10:30~12:00	¥0 1回	☺				画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、更にはお互いの見守りの場ともなっている。	
	唄処カナリア	熊野地域福祉センター	神戸市兵庫区鶴越町1-20	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第2・4火曜日 10:00~12:30	¥200 回		🎵			講師の指導の下、童謡や昭和の歌謡曲を歌っています。年に一度、クリスマス会を開催しています。	
	にこにこサークル	ひよどり地域福祉センター	神戸市兵庫区鶴越町12-1	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		毎週木曜日 13:00~15:00	¥200 回	☺	🎵	✍	🍵	介護予防の体操、脳トレ、写経等を楽しんでいます。参加者同士が自主的に取り組んでいます。	
	東出町介護予防サロンの会	東出町自治会館	神戸市兵庫区東出町2-12-2	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第3土曜日	¥100 1回	☺				🍵	自治会、長生会、子ども会、民生委員が交代で当番。喫茶をしながら、おしゃべり、体操し元気になります。
	ふれあい手作りサークル	フレール新開地6丁目	神戸市兵庫区新開地6-1-5	柴垣節子	078-577-1777	第4木曜日 13:00~15:00	¥200 回			✍		🍵	季節の飾り物(干支、クリスマス等)、パッチワークで財布、袋物等を作っています。作成後にお菓子とお茶で茶話会をします。
	ふらふらダンス	吉田町自治会館	神戸市兵庫区吉田町2-2-18	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第4木曜日 14:00~15:30	¥0 回	☺	🎵	✍			フラダンスを通して、体を動かし心も体も元気になっていただく。広く呼びかけることで閉じこもり防止にも努めていく。介護予防が目的。
	リラックスタイム	浜山地区まちづくり相談所	神戸市兵庫区御崎町1-1-24	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第4月曜日 13:30~15:00	¥200 回	☺					楽しみながら日常生活の工夫や自宅でできる体操で筋力のつけ方を講師から教わり転倒を予防します。笑い声が絶えない教室です。
	元気にこにこ茶話会	平野会館	神戸市兵庫区神田町11-10	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第2金曜日13:30~15:00	¥100 1回	☺	🎵	✍		🍵	コロナ対策を十分にし、体操、ハンドベル等の合奏等を行う。
	筋トレ1, 3月	昇天教会	神戸市兵庫区下祇園町39-7	兵庫区社協(代表) 078-511-2111		第1・3月曜日 13:00~14:30	¥500 回	☺					年齢とともに低下化する筋力を維持し向上させるための体操です。毎回、講師をお願いします。

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容
北 区	ほくしの会	君影四・五丁目安心コ ミュニティープラザ	神戸市北区君影町5丁目15番 9号			毎週水曜日 10:00~12:00	¥200 月	☺				高齢者向けヨガ体操です。心と身体をほくして楽しく毎日を送る目的に しています。先生の声を録音したテープに合わせて楽しくしています。
	健康教室	青葉台自治会館	神戸市北区青葉台42-1	北区社協(代表) 078- 593-1111		第3土曜日 10:30~12:00	¥0 回	☺				フレイル予防のため、月1回講師を呼び楽しく体操と健康講話を開催 している。
	アチロン会	ファミールタウン鈴蘭台集 会所	神戸市北区鈴蘭台西町4-13-1	北区社協(代表) 078- 593-1111		毎月第2日曜日 13:00~15: 00	¥330 1回			✍		北区近隣の仲間が集うマジック同好会。楽しくをモットーに月一度脳の 活性化と交流をはかり地域でマジックを披露することもあります。
	鈴蘭ファイターズ	鈴蘭台小学校	神戸市北区鈴蘭台南町2-14-24	北区社協(代表) 078- 593-1111		毎週日曜日 9時00~12時00	¥400 回	☺		✍		ソフトボールチームです。毎週の練習に加え、年4・5回程度、試合にも 参加しています。
	鈴蘭台長生会からおけ部	鈴蘭台自治会館	神戸市北区鈴蘭台東町1-10-19	奥村 修	090-9049-4610	第1・第3水曜 15:00~17:00	¥750 回	☺	🎵			講師からの課題曲にカラオケを使い、全員又は一人ずつで歌って楽しん でいます。合間に体操等も取り入れて、健康維持に努めます。
	北区趣味の会	しあわせの村内施設(研 修館・たんぼぼ・ひよどり保 養所)	神戸市北区山田町下谷上字中一 里山14-1	道満 俊徳	090-8481-1402	毎週 月(書道の会)、水(折り 紙の会)、木(絵手紙・ハガキ絵の 会) 9:00-12:00、13:00-	¥500 回			✍		趣味の会は3講座あり。①絵手紙ハガキ絵②書道ペン字の会③折り 紙の会。趣味は生活のリズム・豊かさ・癒しを与えてくれる。老後の最良 の友。
	カルガモテニスクラブ	しあわせの村テニスコート	神戸市北区山田町下谷上字中一 里山14-1	北区社協(代表) 078- 593-1111		毎週火曜日 13:00~15:00	¥300 回	☺		✍		年間45回程度の開催を計画。テニスを通じて体力の維持、脳の活 性化、親睦を図り高齢者の健全で豊かな生活に資する事を目標。
	ふれあいサロン	鈴蘭台自治会館	神戸市北区鈴蘭台東町1丁目 12-2 鈴蘭台自治会館	北区社協(代表) 078- 593-1111		毎月第1火曜日10:00-12: 00	¥300 回	☺	🎵			皆さんとジャンルを問わず歌詞カードを見て歌う。手話も取り入れて指 遊びと20分間体操をして、健康のお話をして楽しく活動。
	レガートクラブ	金子ビル1F	神戸市北区鈴蘭台東町5-7-11 金子ビル1F	北区社協(代表) 078- 593-1111		毎月第2水曜日10:00-11: 30(年2回程度休み)	¥200 回	☺	🎵	✍		脳の老化が最も危惧され脳活により体操や音楽療法等、頭で考える 二重トレーニング等、専門家と相談し取り入れるようにしている。
	バドミントンクラブ すばる	しあわせの村体育館	神戸市北区しあわせの村1番1号	北区社協(代表) 078- 593-1111		毎週月曜日9:00-12:00	¥250 回	☺				9時からラジオ体操を全員で行い、その後ストレッチを各自で行う。9時 20分頃から1コート6人~7人のグループでペアを組みゲームをする。
	コミュニティめめ	メゾンドMAEDA 2F	神戸市北区北五葉6丁目14-32 メゾンドMAEDA 2F	榎見 規早子	090-7878-0880	毎週月・水・金曜日 13:30- 15:30	¥500 回	☺	🎵	✍	🍵	介護予防カフェとして脳トレ麻雀や英会話・ボイストレーニングの他不定 期に俳句やスマホ教室等でフレイル予防活動を実施している。
	ほがらかトーククラブ	①泉台集会所 ②桜の 宮地域福祉センター	①神戸市北区泉台3-39-1 ②神 戸市北区甲栄台2-2-20	北区社協(代表) 078- 593-1111		①奇数月の第1月曜日(泉台) ②偶数月の第2金曜日(桜の宮) ともに13:30-15:30	¥200 回	☺		✍	🍵	フレイル予防のため、月1回、講師をお呼びして簡単な体操と健康講 話、茶話会等をしている。
	インクルひろば	鈴蘭台第4団地1号棟	神戸市北区南五葉1丁目1番 113号、104号	中尾 眞澄	078-958-5990	絵本のたねまき第2火曜日、野の花 とお茶の会第3土曜日、いんくるス ペース火曜日(月2回) いずれも 14:00~15:30	¥300 回	☺	🎵	✍	🍵	①地域の人の居場所となるよう歌や体操、手芸、情報などを提供す る。②絵本の読み聞かせ。③野の花を活けて、お抹茶を立てて茶話会 を楽しむ。
	ふれあい喫茶「夢」	集会所	神戸市北区ひよどり台5丁目7- 65-101	北区社協(代表) 078- 593-1111		第2水曜日 10:00-11:30	¥100 回				🍵	毎月20人前後の参加で喫茶を通して近況の確認と情報等や見守り 活動などをおこなっています。
	喫茶こころ	親和大学	神戸市北区鈴蘭台北町7丁目 13-1	北区社協(代表) 078- 593-1111		第1水曜日 10:00-11:30 (会場都合により年2回程度休 み)	¥100 回	☺	🎵	✍	🍵	親和大学内で近所の高齢者を対象に体操をしたり、音楽を楽しんだり お菓子お茶を提供して、出られる機会を作っています。
	泉台健康麻雀クラブ	泉台地域福祉センター	神戸市北区泉台3丁目13-1	北区社協(代表) 078- 593-1111		毎週月曜日 13:00-16:30	¥100 回			✍		麻雀を通じて地域住民の交流・親睦を図る事を目的とし、ボケ防止、リ ハビリに最適な遊戯として「熟年を豊かに」をテーマに掲げる。
	こんべいとう喫茶	北五葉ショッピングセンター	神戸市北区北五葉3丁目8-41号 棟2	北区社協(代表) 078- 593-1111		第1・第3木曜日 11:00~13: 30(お茶のみ100円、軽食あり 450円)	¥450 回			✍	🍵	居場所作りの拠点とし、地域の皆様と茶話会を開催し、地域の情報 交換の場となるよう努めてゆきたい。
	シニアバドミントンクラブ	しあわせの村 体育館	神戸市北区しあわせの村1丁目1- 1	北区社協(代表) 078- 593-1111		毎週金曜日(会場予約の都合によ り月3回~4回程度) 9:00- 12:00	¥250 回	☺				最初に準備体操を行い、バドミントンの基礎練習をしてから、試合と休 憩を交互に繰り返している。
すずらんクラブ	大原山公園テニスコート	神戸市北区大原2丁目31-31	北区社協(代表) 078- 593-1111		毎週火曜日、木曜日 夏期10: 00-13:00 冬期11:00-14: 00 ※祝日、盆休み、年末年始、 雨天、大会日はなし。 ※会員は1 か月最大1500円 ※駐車場代は 無料	¥300 回	☺		✍		週2回1~2時間ソフトテニスをしています。経験者やママさんから始めた 方等大会に向けて楽しく勝利を目指して頑張っています。	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容
北 区	ヴォーカル北五葉	北五葉地域福祉センター	神戸市北区北五葉3-7-1	北区社協(代表) 078-593-1111		第2、第4金曜日 14:00-15:30	¥500 回		♪			地域の方々とコーラスを楽しんでいます。講師の指導の下、童謡、唱歌、昭和歌謡など色々なジャンルに挑戦しています。
	マスターズテニスクラブ	大原山公園テニスコート	神戸市北区大原2-31	北区社協(代表) 078-593-1111		毎週火・金曜日 10:00-12:00	¥200 回	🏸				準備体操、基礎練習の後、ゲーム形式でダブルスの試合に力を入れ、体力増強、健康増進に努め、ソフトテニスを楽しんでいます。
	北五葉転ばぬ体操	北五葉自治会館(夏堀公園敷地内)	神戸市北区北五葉4-6	北区社協(代表) 078-593-1111		第4火曜日 9:30-11:00	¥0 回	🏸				地区高齢者を対象に転倒、介護予防、参加者とのふれあいを大事にし、リハビリデイサービスすまあの宇高先生による指導を受けている。
	サングラブ	しあわせの村 体育館	神戸市北区しあわせの村1	北区社協(代表) 078-593-1111		日曜日もしくは水曜日 9:00-12:00	¥300 回	🏸		✍		ゲーム形式でバドミントンの他、年1回位食事会等を楽しんでいます。
	灯りカフェ	レ・アールビル3階	神戸市北区北五葉1-13-1 レアールビル3階	森田 幸代	078-596-1398	月曜日～金曜日(月により土日祝日開催でイベントあり) 9:00-17:00	¥100 回	🏸	♪	✍	☕	地域の方が集えるコミュニティスペース。高齢者の方々の心の拠り所となるようなアットホームな雰囲気です。関係作り。
	カフェ 泉台	泉台3丁目集会所	神戸市北区泉台3丁目39-3	北区社協(代表) 078-593-1111		毎週火曜日 11:30～14:30	¥500 回				☕	季節の野菜・果物などを材料とし、スタッフが家庭料理を調理する。日頃、みんなで楽しく食事をする機会の少ない高齢者の「つどい場」としたい。食事の後も楽しいおしゃべりができる場を提供。
	ソレアード お茶っこカフェ	ソレアード山之街	神戸市北区緑町3丁目2-47	北区社協(代表) 078-593-1111		第1土曜日 10:00～11:40	¥200 回	🏸	♪		☕	飲み物とお菓子を提供し毎回ボランティアさんに来て頂いて歌、踊り、楽器、手品、簡単な体操等小イベントを開催しています。
	スプリング	しあわせの村 体育館	神戸市北区しあわせの村1丁目1-1	北区社協(代表) 078-593-1111		不定期月3～4回 午前の場合9:00～12:00 午後の場合13:00～16:00	¥500 回	🏸		✍		参加者同士で楽しく卓球を行います。一人でも参加大歓迎。女性限定なので初心者でも体力に自信のない方でも気軽に参加できます。

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容
北 神 区	楽々健康クラブありの	有野地域福祉センター	神戸市北区有野中町2-20-19	北神区社協 (代表) 078-981-5377		毎週金曜日 13:00~15:00	¥700 回	☺			☺	毎週、金曜日に講師の指導による体操を行っている。また、体操の前には健康に関する話しをしたり、追加の運動をしたりする。
	有野団地書道サークル	UR有野団地B集会所	神戸市北区有野台5丁目1-B26	北神区社協 (代表) 078-981-5377		第1・第3火曜日 13:30~15:15 ※講師の都合により変更の可能性あり	¥750 回	☺		✍		講師指導の元、書道の練習を行います。又開始前には、椅子に座った体操も行いフレイル予防にも努めます。
	いきいき百歳体操クラブ	鹿の子台地域福祉センター	神戸市北区鹿の子台北町6丁目34-3	北神区社協 (代表) 078-981-5377		第1、第3水曜日 9:00~11:00 / 第2、第4水曜日 13:00~15:00	¥100 回	☺				いきいき百歳体操、認知症予防体操等、ビデオを見ながら行なっています。途中水分補給と会話をし20分程度、休憩しています。
	上淡河健康教室	上淡河地域福祉センター	神戸市北区淡河町野瀬字新田459の2	北神区社協 (代表) 078-981-5377		第2、第4火曜日 (祝日の場合は翌日) 14:00~16:00	¥300 回	☺	🎵		☺	童謡を歌いながら体操や脳トレをしている。月一回は講師の指導を受け介護予防に取り組んでいる。コーヒー、お菓子を提供している。
	ふれあい喫茶ハイネ	ハイネ	神戸市北区唐櫃台2-3-15	梶谷 南海子	078-981-6756	第1、第3、第4、第5火曜日 10:00~12:00	¥100 回			✍	☺	いれたてのドリップコーヒー紅茶ココアとお菓子を提供し高齢者の交流の場を提供している。
	ふれあいピンポンオレンジの会	からと中央住宅集会所	神戸市北区唐櫃台3丁目15番地	植田 里美	080-5711-9195	第1・3月曜日 13:00~15:00	¥0 回	☺		✍		フレイル予防体操、卓球で体を動かしたり季節の小物を作成します。
	いきいき体操	唐櫃地域福祉センター	神戸市北区唐櫃台3丁目27-1	北神区社協 (代表) 078-981-5377		月3回 (第1・第3火曜日、第4水曜日) 10:00~11:30	¥100 回	☺				フレイル予防体操による体力維持を目標として、地域の方々が元気に過ごせることを目的としている。
	らくらく健康教室	中公民館	神戸市北区八多町中1177	北神区社協 (代表) 078-981-5377		金曜日 13:30~15:00	¥100 回	☺			☺	座って出来る「いきいき元気体操」「いきいき百歳体操」をビデオを観ながら実施する。他、月2回は外部講師による体操を行い、年2回程、食事会をします。
	手芸同好会	長尾地域福祉センター	神戸市北区長尾町上津字大江ノ前194-1	山谷 真由美	078-986-3099	4、6、9、10月は毎週 (開催曜日は随時参加の合意人数で) 10:00~15:00、それ以外の月は月3回開催 (開催曜日は随時参加の合意人数で) 10:00~15:00	¥300 回			✍		手先を動かし、趣味も生かした季節・流行も取り入れた作品作りに挑戦している。又、秋の作品展に出展し、地域活動にも協力している。
	ふれあい喫茶「マーガレット」	からと中央住宅集会所	神戸市北区唐櫃台3丁目15番地の3	北神区社協 (代表) 078-981-5377		第4月曜日 (祝日も開催) 11:00~13:00	¥250 回				☺	地域の交流をはかりながら、軽食ランチとおしゃべりを楽しく時間を提供します。
	喫茶ひまわり	鹿の子台南鉄筋住宅集会所	神戸市北区鹿の子台南町6-18	松田 智佐子	090-9712-1023	第4金曜日 9:30~11:30	¥100 回				☺	地域交流をはかりながら、コーヒーとトースト (あん・ホイップ添え) を提供。
	どれみサークル	鹿の子台県営住宅集会所	神戸市北区鹿の子台南町6-18	松田 智佐子	090-9712-1023	第1・2・3水曜日 10:00~11:30	¥0 回	☺	🎵			音楽療法士指導のもと、季節の歌や懐かしい歌を歌い、回想にふけったり、歌に合わせて体を動かしたりしています。
	うたごえひろば	鹿の子台南町自治会館	神戸市北区鹿の子台南町4-17-16	松田 智佐子	090-9712-1023	第1・3金曜日 13:30~15:00	¥100 回		🎵			音楽療法士指導のもと、季節の歌や懐かしい歌を歌い、回想にふけったり、歌に合わせて体を動かしたりしています。
	健康づくりひろば南町	①市営住宅集会所 ②南町自治会館	①神戸市北区鹿の子台南町1丁目1 ②神戸市北区鹿の子台南町4丁目17-16	松田 智佐子	090-9712-1023	①第1・3月曜日 (祝日除く) 13:30~15:00 ②第2・4月曜 (祝日除く) 13:30~15:00	¥100 回	☺				高齢者、歩行困難な方でも、参加出来るよう椅子に座って、無理のない体操。健康の話や認知症予防に脳トレをしています。
	健康づくりひろば北町	①北町コミュニティプラザ ②鹿の子台地域福祉センター	①神戸市北区鹿の子台北町1-1-3 ②神戸市北区鹿の子台北町6-34-3	松田 智佐子	090-9712-1023	①第2火曜日 10:00~11:30 ②第4火曜日 10:00~11:30	¥100 回	☺				高齢者、歩行困難な方でも、無理なく出来るよう椅子に座ってのストレッチ体操。その後、認知症予防に脳トレをしています。
	童謡をうたう会	集会所	神戸市北区鹿の子台南町1丁目市営鹿の子台南住宅	本島 知子	078-951-6875	第2、第4火曜日 10:00~11:30	¥200 月		🎵		☺	童謡唱歌懐メロのCDを聴いたり、CDに合わせて歌ったり、お茶を飲み、雑談をし、情報を交換し、助け合う仲間作りをする。
	健康サロン上上津	上上津集会所	神戸市北区長尾町上津2450-5	三谷 恭三	078-986-1555	第2土曜日 14:00~16:00	¥100 回	☺			☺	茶話会及び講師指導により体操及び脳トレ等を行う。終了後、コーヒーと茶菓子を提供。
	健康体操	からと中央住宅集会所 (R6.5月より)	神戸市北区唐櫃台3丁目15-3 (R6.5月より)	北神区社協 (代表) 078-981-5377		月3~4回 第一月曜日、第二月曜日、第三火曜日、加えて単発4回の予定 10:00~11:30	¥200 回	☺				年齢層の高い住民が多く、外出の機会を作ると共に、フレイル予防、柔軟体操の指導を受けております。
	あゆみ・有馬口	デイサービスセンターまほしの里	神戸市北区有野町唐櫃字東垣291-1	北神区社協 (代表) 078-981-5377		第2土曜日 10:00~11:30 (8月と1月は休み)	¥100 回	☺	🎵		☺	隔月ごとに、運動と文化活動を計画に組み入れ安全で楽しく、変化にとんだ活動内容を試み、できるだけ多くの住民の集いの場にする

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容
北 神 区	書道同好会	長尾地域福祉センター	神戸市北区長尾町上津字大江ノ前194-1	北神区社協 (代表) 078-981-5377		毎週水曜日 (但し、月3回の場合 もあります) 9:00~11:30	¥500 回			✍		書道の先生による添削や指導をはじめ、皆の前で書いて下さるお手本に習いお稽古します。長尾町趣味と作品展にも出品します。
	ふれあいヨガ	セレノホール	神戸市北区藤原台北町5-3-6	北神区社協 (代表) 078-981-5377		毎月2回 第2火曜日 (イスヨガ) 14:45~16:15 ・ 第4土曜 日 (マットヨガ) 14:45~16: 15	¥500 2回 (月)	🧘			🍵	ヨガ講師は資格保有者、同時に現役看護師。月2回の内、イスヨガは軽めの初心者向け、マットヨガは少し本格的ヨガを体験する。健康相談会あり。

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
長田区	ひまわりクラブ	蓮池小学校 クラブハウス	神戸市長田区大谷町1丁目1-10	長田区社協 (代表) 078-579-2311		毎週火曜日 13:30~15:30	¥1,200 月	👤	🎵	✍️	🍵	毎週火曜日に近隣の高齢者が集い体操や輪投げ大会、リトミック、囲碁ボール大会、脳トレなど様々な事を和気あいあいとしています。	
	おてだま	神戸いたやどばあちゃん	神戸市長田区庄山町4丁目1-14	長田区社協 (代表) 078-579-2311		川柳の会：第1金曜日、麻雀の会：第2・4月曜日、源氏物語を読む会：第3木曜日 10:00~12:00	¥500 回			✍️		麻雀・川柳・読書会など参加者に共通する興味を介した交流を通して、参加者のフレイル対策とする。	
	カラダラボ	いたやどばあちゃん	神戸市長田区庄山町4丁目1-14	長田区社協 (代表) 078-579-2311		第4月曜日、その他不定期月曜日 10:30~12:30	¥500 回	👤			🍵	月2回のフレイル予防体操と筋力アップをはかり、いつまでも自分の足で歩くための身体づくりを行います。体操の後は茶話会で交流。	
	健康体操教室	グリーンヒルズ鷹取集会所	神戸市長田区長尾町1-8	長田区社協 (代表) 078-579-2311		第3火曜日 14:00~15:30	¥100 回	👤				講師の宮下先生のご指導のもと、椅子に座ってリズム体操・脳トレ運動をします。笑いの絶えない家庭的な雰囲気の中、汗を流しています。	
	わくわくえいご	高取山地域福祉センター	神戸市長田区高取山町1丁目2-3	長田区社協 (代表) 078-579-2311		第2土曜日 10:00~11:30	¥0 回	👤		✍️	🍵	子どもから高齢者まで英語のカルタによって楽しく学びながら地域の活性化をはかる事を目的としている。	
	喫茶「ハビネス」	はっぴーの家ろっけん	神戸市長田区二葉町1丁目1-8	長田区社協 (代表) 078-579-2311		毎週金曜日 13:30~15:00 (祝日5/3・お盆8/16・年末年始1/3を除く)	¥100 回	👤	🎵	✍️	🍵	茶話会の前に、お歌や体操等でリフレッシュした後は、集まった皆さん同士での交流を楽しんでいただきます。	
	Sugar house@ながた	ふたば学舎	神戸市長田区二葉町7丁目1番18号	長田区社協 (代表) 078-579-2311		不定期	¥300 回	👤	🎵			🍵	毎月テーマを決めて楽しみます。年に2回、専門の講師を招き、講習会や実技指導を受けます。(体操や歌の先生など)
	どこでも保健室	カラオケ歌居屋	神戸市長田区大橋町5-3-1 アスターストB1	北山 八千代	090-4767-4584	毎週土曜日 10:00~11:30	¥300 回	👤		✍️	🍵	健康で豊かな生活をおくれるように、転倒予防ステップ・脳トレとして、健康麻雀・パズル・早口言葉・折り紙などを行っています。	
	みんなで元気カフェ	アスタピア新長田ウイズコート集会所	神戸市長田区大橋町7丁目2-1	長田区社協 (代表) 078-579-2311		第2・4月曜日 13:30~15:30	¥100 回	👤				🍵	7年目を迎えDVDを見ての運動も、お喋りも楽しみに来てもらってます。時々、運動以外の方も講師に来ていただき楽しんでます。
	こうべオレンジカフェかんで	高取台サンハイツ集会所	神戸市長田区上池田3丁目17-8	日置 一夫	090-5129-4170	第2土曜日 13:30~15:00 他 不定期 (学習・行事他/12回)	¥150 回	👤	🎵	✍️	🍵	いきいき体操、認知症予防体操、脳トレ、茶話会、近隣公園ウォーク等	
	コミュニティサロンふたば	ふたば学舎	神戸市長田区二葉町7-1-1	長田区社協 (代表) 078-579-2311		第3日曜日 10:00~11:30	¥100 回	👤				🍵	日曜日の朝のひととき(月1回)と一緒に過ごせる場所、椅子に座ってできる軽い運動やおしゃべりを楽しめる居場所を提供します。
	からだ動かそう会	明泉寺シティコート集会所	神戸市長田区明泉寺町1丁目5-5			第2日曜日 10:30~12:00	0 回	👤		✍️			地域住民に気軽に集って頂き、家庭的な雰囲気の中、一緒に体操や各種趣味活動を通じて、参加者同士が交流できる場を提供する。
	ルーテルカフェ	日本福音ルーテル神戸教会	神戸市長田区寺池町2丁目4-7	長田区社協 (代表) 078-579-2311		第3月曜日 10:00~11:30	¥100 回					🍵	地域住民に気軽に集って頂き、家庭的な雰囲気の中、お茶やおしゃべりを楽しみながら、参加者同士交流を持てる場を提供する。
	いきがい教室	房王寺住宅 8号棟812号室さくら会事務所 (第2・4・5木曜日)	神戸市長田区房王寺町5丁目8-812	長田区社協 (代表) 078-579-2311		第2・4・5木曜日 13:30~15:00 第4水曜日 13:00~15:00	回 第1 ¥100 木曜: 300円、第	👤		✍️	🍵	体操教室、パソコン趣味の会、体操しよう会、映写会 コーヒー又は菓子にて談話会	
	手芸グループ	旭若松公会堂	神戸市長田区若松町9丁目2	長田区社協 (代表) 078-579-2311		第1・2・4月曜日 (第4は不定期開催) 13:00~16:30	¥500 回			✍️			手芸全般、パッチワーク、折り紙など各自の希望に沿う作品作り、自分の好きなものづくりは考える力がついてできるのが楽しみに。
ゆいカフェ	たかとりコミュニティセンター	神戸市長田区海運町3-3-8	齋藤 智恵	078-731-8577	毎週木曜日 9:30~11:30	¥100 回	👤	🎵	✍️	🍵	コーヒー・お菓子付き100円です。 和やかな雰囲気の中、軽い体操や脳トレプリントを行い、気軽なおしゃべりを楽しんでいます。		

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
須磨区	オセロの憩いの場	個人宅	神戸市須磨区東町3丁目	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		毎週日曜日 9:00~14:00	¥500 回				☕	1人暮らしで家にいても、家族さんと同居していても色々不安があると思います。私達と楽しくお話ししましょう。コーヒー1杯500円。	
	からだ探究ラボ	コープ須磨集会所	神戸市須磨区月見山本町1丁目9-28	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		毎週火曜日 10:00~12:00	¥500 回	👉				ストレッチと体幹トレーニングでフレイル予防。漢方の座学も取り入れ一緒に楽しく学びながら身体を動かし健康づくりをしています。	
	さわやか喫茶 77	白川台南住宅集会所	神戸市須磨区白川台1丁目35-1 白川台南住宅	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		第2火曜日 13:30~15:00	¥200 回	👉			☕	茶話会だけでなく、座ってできる体操 (月1回)。淹れたてのコーヒーとお菓子を提供します。	
	カフェ・OCHI・愛	UR落合団地集会所	神戸市須磨区北落合1-1-319	仲東 真理子	078-792-6068	第4水曜日 10:00~12:00	¥150 回	👉	🎵		☕	喫茶だけでなく、脳トレ体操や折り紙 (季節の折り紙) や音楽鑑賞 (CDを使用) 歌唱等を行います。本格的に淹れたてのコーヒーと菓子付き。	
	おひさま	市営横尾住宅集会所	神戸市須磨区横尾6丁目1集会所	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		月に3回。第1火曜日が第3火曜日と第2・第4土曜日 13:30~15:30	¥100 回	👉	🎵	✍️		認知症にならないよう、映画や歌をみんなで歌う、ジャンボお手玉を使用して体操を行います。	
	つどいの場東落合第三集会所	東落合第三集会所	神戸市須磨区東落合1丁目3	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		体操: 毎月第4火曜日10:00~12:00 小物づくり: 毎月第2、4水曜日13:00~15:00 (プラス100円の材料費が必要な時が有)	¥100 回	👉		✍️		月2回、ちりめん布で小物飾りを作り楽しんでいます。月1回、スマイル体操 (ボール、タオル) で体をほぐしています。	
	南落合シルバーの会	南落合地域福祉センター	神戸市須磨区南落合3-11-2	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		第4水曜日 14:00~16:00	¥100 回	👉			☕	指導者の説明を聞き、ビデオを見ながら健康体操を1時間行います。肩こりや腰痛予防が目的で、その後茶話会も行なっています。	
	健康寿命をのぼそう会	口妙法寺コミュニティプラザ	神戸市須磨区妙法寺宮ノ下50-1	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		第2・4金曜日 10:00~12:00	¥100 回	👉	🎵				KOBE元気体操のDVDを見ながら運動した後、2ヶ月1回PTの講義や流行歌(昔)や童謡をうたっています。
	東落合シルバークラブ カラオケ部	東落合地域福祉センター	神戸市須磨区東落合3丁目33-12	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		毎月6回 (毎週水曜日、第2・4木曜日) 13:00~17:00	¥200 回		🎵				カラオケ部員27名が自由曲を歌いコーヒー等を提供します。
	みんなの居場所「須磨いるサロン」	ハッピー須磨ハイツ1階	神戸市須磨区須磨浦通3-3-16	日笠 昭子	078-732-0456	第2・4月曜日、第1・3水曜日、第2木曜日 13:30~15:30	¥500 回	👉		✍️		毎日型の居場所事業の中で月に5回、介護予防教室と健康麻雀教室を実施し、頭と身体の介護予防に励んでいます。	
	ふれあい喫茶「外浜キラキラ」	市営外浜住宅集会所	神戸市須磨区外浜町3丁目2番1	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		毎月第2土曜日 13:30~15:00	¥200 回	👉			☕	団地の集会所で月1回高齢者の方々と体操と茶話会をしながら情報を聞ける場です。昔の遊びを取り入れて楽しんでもらっています。	
	とんがり活き活き倶楽部	とんがりハウス	神戸市須磨区東白川台2丁目10-1	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		毎月第1・3木曜日 (8月休み)、12・1月1回休み 13:15~14:45	¥100 回	👉					協力福祉事業所による体操指導、DVDによる様々な体操・トレーニング。
	はつらつ健康教室	上須磨自治会館	神戸市須磨区緑ヶ丘1丁目1-11	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		毎月第3火曜日 10:00~11:30	¥300 回	👉	🎵	✍️	☕	高齢者の誰もが参加出来る、合唱や交流によって繋がりが出来、又、体操等を皆で楽しむことで介護予防に資する様な集いの場を実施する。	
	大人のぬり絵サークル	落合団地第1集会所	神戸市須磨区北落合1丁目1-319	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		毎月第1・3月曜日 13:30~15:30	¥300 回			✍️			大人のぬり絵として昨年の9月よりサークルを立ち上げ最初に指導を受けた先生に来て頂いています。現在13名が学んでいます。
	いろは	自治会集会所	神戸市須磨区東落合1丁目5	須磨区社協 (代表) 078-731-4341		毎月第2水曜日 13:30~15:00	¥150 回				☕		地域住民や友人との交流の場として、美味しいお菓子と共に、近況やお喋りに時の経過を忘れます。ミニイベントを計画中です。
白百合会	名谷コープタウン集会所	神戸市須磨区神の谷5丁目10	堀 寛夫	090-7991-3959	毎週金曜日 10:00~17:00	¥500 回			✍️	☕		健康麻雀及び茶話会等の活動をしています。何時でも御連絡下さい。	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
垂水区	健康づくり(卓球)	神戸市立東垂水公民館	神戸市垂水区東垂水1丁目1-1	垂水区社協(代表) 078-708-5151		毎週火曜日 14:00~16:00	¥1,000 3か月	☑				当クラブは各メンバーの健康と交流が目的で、楽しい時間の共有と怪我が無いように気を付け、明るく・仲良く卓球を楽しみます。	
	ほんわか喫茶	明舞高層住宅集会所	神戸市垂水区南多聞台1-9	垂水区社協(代表) 078-708-5151		毎週日曜 12:00~15:00	¥100 回		☑	✍	☕	地域の高齢者に対して、コーヒー等の飲み物の提供、将棋、健康麻雀、輪投げ、カラオケなどを楽しんでもらっています。	
	きょうは何する?	ハッシュタグ神戸、区内(ウォーキング)	神戸市垂水区小東山手2-2-1 ランチ神戸2階	岡田 千恵	090-2062-2023	月2回(月曜日ほか) 10:00~11:30	¥300 回	☑	☑		☕	毎回テーマを決めて開催します。曜日・場所・時間も不定期です。参加できるとき、したいときだけお気軽にどうぞ♪	
	健康づくり(卓球)	福田地域福祉センター	神戸市垂水区乙木3丁目3-2	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第2第4木曜・第1第3土曜 13:00~17:00	¥1,000 2ヶ月	☑			☕	後期高齢者を中心とした卓球クラブで、健康維持と親睦が目標。15時にはおやつタイムも有り、和やかで楽しいサークルを日指す。	
	歌謡会	神戸市立上高丸地域福祉センター	神戸市垂水区千鳥が丘3丁目20-15	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第1・第2・第4金曜 13:00~16:00	¥1,000 月		☑	✍	☕	カラオケで喉の筋肉を鍛えて嚥下障害の予防に努めながら前に出て歌う緊張感が認知症予防にもなると考え皆で楽しくやっています。	
	FTT会卓球クラブ	神和台自治会集会所	神戸市西区学園東町7丁目12-8	垂水区社協(代表) 078-708-5151		毎週金曜日 13:00~17:00	¥100 回	☑			☕	準備運動・ストレッチ及び柔軟体操 卓球練習 & 茶話会	
	学が丘園芸クラブ	市民菜園	神戸市垂水区名谷641-116	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第2・第4土曜 10:00~12:00	¥0			✍			高齢者など市民と一緒に野菜を育て土に触れ、身体を動かす機会をつくる。 多世代交流の場とし、地域のコミュニティを活性化させる。
	OSK会卓球クラブ	神和台自治会集会所	神戸市西区学園東町7丁目12-8	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第1・第3水曜、第3・第4土曜 13:00~17:00	¥100 回	☑			☕	ラジオ体操・親睦・卓球練習・茶話会	
	おしゃべりかふえ ほっこり	①個人宅 / ②グリーンヒルズ東舞子集会所	①歌敷山個人宅 / ②垂水区舞子台7丁目1-14 グリーンヒルズ東舞子集会所	垂水区社協(代表) 078-708-5151		①月2回土曜日 10:00~12:00 / ②毎週金曜日 10:10~11:40	¥800 回	☑		✍	☕	かふえほっこりで…リメイク教室 集会所で…ボールを使用する運動。	
	ゆうあいサロン	ゆうあいサロン	神戸市垂水区東舞子町14-8	北原 裕美	078-783-1186 ※問合せは開催日 にお願いします。	第1・第3・第4水曜日 10:00~13:00	¥500 ※別途、 昼食代・デザート代	☑	☑	✍	☕	専門職による体操・音楽療法士による音楽・知香流生け花、季節の手芸作品作り・認定指導員による認知症予防音楽ケア体操	
	塩屋さくらカフェ	①カフェ: 塩屋さくら苑 ②街あるき: その都度ご案内	①カフェ: 神戸市垂水区塩屋町4-25-11 ②街あるき: その都度ご案内	垂水区社協(代表) 078-708-5151		①カフェ: 第3日曜日 14:00~16:00 ②街あるき: その都度ご案内(3月・6月・10月に各1回実施)	¥200 回 ※街あるき: 100円	☑	☑	✍	☕	毎回1時間講師を招き、健康体操や合唱で楽しんでいただいている。淹れたてコーヒーとデザートを提供、歓談も楽しんでおられます。	
	きら星手芸サークル	北舞子住宅第3集会所	神戸市垂水区北舞子2丁目3	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第1・第2金曜日 10:00~12:00	¥200 回			✍			参加者全員で作りたい物を相談して決めています。有る材料を生かしながら皆で楽しく作っています。講師はいません。
	垂水区社会福祉法人連絡協議会	ベルデ名谷地域交流拠点	神戸市垂水区名谷町2300-1	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第2火曜日 10:00~12:00	¥0				☕		地域住民を対象にした相談窓口とふれあい喫茶等のつどいの場を提供。
	シニア交流サロン	BRANCH神戸学園都市	神戸市垂水区小東山手2-2-1	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第3水曜日 10:15~12:15	¥0			✍			充実したセカンドライフを目指し新しい体験にチャレンジして楽しみや生きがいを発見、交流を通じて仲間づくりや情報交換等を行う。
	みんなの居場所 七丁目クラブ	民家	神戸市垂水区高丸7丁目2-18	垂水区社協(代表) 078-708-5151		毎週木曜日・金曜日 13:00~16:00	¥300 回			✍			初心者・熟練者、それぞれのレベルに合ったメンバーで雀卓を囲み楽しめます。初心者が不明な点は熟練者が丁寧に指導してくれる。
	ゆるカフェ	神陵台3丁目集会所	神戸市垂水区神陵台3-2	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第2・第4水曜日 14:00~15:30	¥100	☑	☑		☕		手作りケーキを提供し、会話を楽しむとともに、特にフレイル予防に重点を置き、体操とチェックを続ける事を共有し習慣としている。
	悠悠会	レバンテ垂水3番館集会所	神戸市垂水区日向1-6-1	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第1木曜日 10:00~11:30	¥0	☑	☑				大正琴の伴奏で童謡・歌謡曲・叙情歌等を歌い、また、認知症やフレイル予防の為セラバンドやお手玉等を使っての体操を行います。
	ふれあい喫茶 カムカム	多聞福音教会	神戸市垂水区南多聞台2-9-18	垂水区社協(代表) 078-708-5151		第2・第4水曜日 10:00~12:00	¥100 回	☑	☑	✍	☕		お茶を飲みながら歓談する。体操は軽く20分位する。参加型のイベントを共に楽しんだり、ゲームやダーツ・脳トレ等を楽しむ。
舞楽クラブ	舞多聞地域福祉センター	神戸市垂水区舞多聞西5-11-5	垂水区社協(代表) 078-708-5151		書道: 第1木曜日 10:00~12:00 体操: 第2・第4木曜日 10:00~12:00	¥200 回	☑		✍			体操教室・書道教室に参加していただき、健康を保ちながら地域の方々の交流の場を提供するとともに地域の活性化を図ります。	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
垂水区	たるみ生涯卓球クラブ (垂水卓球クラブ・舞子卓球クラブ)	神戸市立垂水体育館	神戸市垂水区平磯1丁目1番56号	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		月8回 毎週水曜日・土曜日 15:00~16:50	¥200 回	☺				垂水体育館第1体育室で、毎週水・土で練習を実施。60歳位から90歳迄の自由参加可能な、明るい高齢者集団です。お気軽に！	
	上高丸すこやか健康クラブ 健康ダーツ会	上高丸地域福祉センター	神戸市垂水区千鳥が丘3-20-15	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		第2・第3・第4・第5土曜日 13:00~16:00	¥250 回	☺		✍	☺	ダーツ愛好者相互の親睦をはかり会員が心身ともに健康で明るい人生を歩むことを目標にしています。楽しいダーツクラブを目指します。	
	上高丸すこやか健康クラブ 健康麻雀会	上高丸地域福祉センター	神戸市垂水区千鳥が丘3丁目20-15	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		毎週日曜日 13:00~16:30	¥250 回			✍		麻雀を通じて相互の親睦をはかり健康で明るい人生を歩むことを目標としています。最高齢92歳の方もおられる楽しい健康麻雀会です。	
	舞多間コムカフェ	comu館	神戸市垂水区舞多間東3丁目4番1-3	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		第1・第3 木曜日・金曜日 10:00~15:00	¥250 回 *基本	☺	🎵	✍	☺	季節に合わせたイベントを開催、第3(木)はご利用者が自由におしゃべりできる日。新たに(金)は軽食の提供を計画しています。	
	ほほえみの集い	ほほえみ星陵台	神戸市垂水区星陵台3丁目1-1	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		第1木曜日 14:00~15:30	¥300 回	☺	🎵		☺	安全な体操・キーボード演奏と合唱・折り紙など作品づくり・茶話会でコミュニケーションをとり体を楽しく動かすレクリエーション中。	
	くろみ同行会	神戸市立垂水体育館	神戸市垂水区平磯1丁目1-56	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		毎週月曜日 13:00~15:00	¥100 回	☺					卓球で運動不足を補い、体力と脳の活性化、また、情報交換等いつまでも元気で楽しく暮らすために必要な「つどいの場」を提供します。
	神和台卓球クラブ	神和台自治会集会所	神戸市西区学園東町7丁目128	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		毎週月曜日・木曜日 13:00~17:00	¥100 回	☺					ラジオ体操・柔軟体操を兼ね親睦。シングルス・ダブルス卓球練習。
	ニュー垂水卓球クラブ	神戸市立垂水体育館	神戸市垂水区平磯1丁目1-56	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		①第1・第2金曜日 11:00~13:00 ②第3・第4火曜日 13:00~15:00	¥100 回	☺					ラジオ体操・柔軟体操を兼ねて親睦。シングルス、ダブルス卓球練習。
	古民家でつどい場「とももの心こぎゅう」	みんなの家 セラビィ	神戸市垂水区平磯3丁目3-4	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		第1・第3火曜日 13:30~16:00	¥300 回	☺		✍	☺	ゆったりとした平磯の古民家で自分のペースを大切にしています。体操や平家物語の謡い等の後、皆でお茶会を楽しんでいます。	
	舞子シニアカラオケマージャンクラブ	苔谷公園コミュニティセンター	神戸市垂水区舞子台4丁目1-1	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		毎週火曜日 13:00~16:00	¥100 回		🎵	✍			カラオケで喉を鍛え、マージャンで脳と指で活性化し、茶話会で情報交換することで、フレイル予防に必要なつどいの場を行っています。
	青松会リズム体操クラブ	苔谷公園コミュニティセンター	神戸市垂水区舞子台4丁目1-1	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		第1・第3月曜日 9:30~11:00	¥100 回	☺					地域の高齢者のつどいの場として、毎回講師の先生のもとでリズムに合わせて体を動かして、フレイル予防に地域の高齢者の皆さんと楽しく行っているクラブです。
	めっきらーず・シニア	ほほえみ星陵台	神戸市垂水区星陵台3丁目1-1	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		第1火曜日・第3水曜日 10:30~12:30	¥200 回	☺	🎵	✍			第1火曜日は体操を中心に、第3水曜日は趣味活動を中心に実施。ラジオ体操、神戸いきいき体操、手芸、ゲーム、脳トレ、歌唱等を組み合わせてプログラムを用意している。
	河野さんちのカフェ	カフェ：民家 体操：星が丘北市民公園	カフェ：神戸市垂水区星が丘 体操：神戸市垂水区星が丘3丁目	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		カフェ：第4日曜 13:00~17:00 体操：4月・5月・9月・10月・11月・3月の第3火曜日 10:00~11:30	¥100 回 ※体操：0円	☺				☺	カフェは話したい時気軽にお越し下さい。体操は専門の指導者による痛みを抱えながらもできる介護予防体操です。
	さくらシニア歌の会	①塩屋地域福祉センター ②塩屋さくら苑	①神戸市垂水区塩屋町4丁目3-9 ②神戸市垂水区塩屋町4丁目25-11	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		①第1金曜日 9:30~11:30 ②第2日曜日 10:00~12:00 ※月に3回の時等実施日が異なることあり	¥300 回	☺	🎵		☺		高齢者が先生のご指導で楽しく歌い嚙下の力をつけ、秋には垂水のレバンテホールに出演し生きがいにもなって元気を保っている。
	イキイキ体操	塩屋地域福祉センター	神戸市垂水区塩屋町4丁目3-9	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		第2金曜日 9:30~11:30 ※月に2回の時が1回有る	¥200	☺	🎵		☺		高齢者が集まり行く所をつくる。家にこもりフレイルになるのを予防する。老後を元気で楽しみながら過ごせるつどいの場にしたい。
	カブリース	コープミニ東舞子	神戸市垂水区舞子台4-9-8	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		毎週日曜日 10:00~12:00	¥100 回	☺					卓球・軽い体操・高齢者の健康保持・認知症予防とフレイル予防に地域の親睦の為に活動しているクラブです。
かけはし	コープミニ東舞子	神戸市垂水区舞子台4-9-8	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		毎週金曜日 10:15~12:15	¥100 回	☺					軽い体操と卓球で、高齢者の健康保持・認知症予防・ストレス解消の為。	
神和台エコー	神和台集会所	神戸市西区学園東町7丁目128	垂水区社協 (代表) 078-708-5151		第2・第4日曜日 14:00~16:00	¥300	☺	🎵				プロジェクターからスクリーンに投影した約360曲から毎回30曲を選び皆で合唱する事により参加者相互の交流・ストレス解消を図る。	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容
西 区	城北カラオケサークル	城北安心コミュニティプラザ	神戸市西区伊川谷町1628-4	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週水・土曜日	¥125 回		♪	✍		音楽を通して、交流を持ち、認知や介護予防に取り組み、音楽を楽しみましょう♪音楽の力で健康づくり♪
	いぶき西ふれあいグラウンドゴルフ	谷口公園	神戸市西区井吹台西町4-39-8	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週 月・水・金曜日 8:15~10:00	¥30 回	🏌️				参加者相互の親睦を図り、健康維持・増進を図るとともに地域住民との融和を図る。
	楽器演奏を楽しむ会	西神中央ホール アートスペース	神戸市西区美賀多台1丁目1-1	西区社協(代表) 078-940-9501		第3水曜日 14:00~15:30	¥300 回		♪	✍	☕	「楽器演奏を楽しむ」「茶話会」 楽器演奏を披露する、聴く、五感を使って楽しむ、音楽の力で健康づくり。
	カラオケ同好会	朝日が丘自治会館	神戸市西区北山台2丁目23-19	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週月曜日 13:00~15:30	¥100 回		♪		☕	毎月演歌の新曲2曲(男性用女性用各1曲)をカラオケDVD(希望曲を都度購入)で練習。途中でティータイム(30分程度)の茶話会を実施。
	陽溜りサロン	神戸市立井吹西地域福祉センター	神戸市西区井吹台西町4丁目4番	西区社協(代表) 078-940-9501		第2木曜日 12:30~15:30	¥500 回				☕	「楽しく時をきざむ」 おいしいお抹茶とお菓子を頂き、楽しく会話ができる場所です。
	和らぎ手作りサークル	神戸市立井吹西地域福祉センター	神戸市西区井吹台西町4丁目4番	西区社協(代表) 078-940-9501		第2月曜日・第4木曜日 9:30~15:30	¥500 回			✍		月2回、地域福祉センターで楽しく交流しながら、作品作りをおこなっています。
	みんなのたまり場	①市営井吹台住宅集会所・②市営西神南住宅集会所	①神戸市西区井吹台西町1丁目7 ②神戸市西区井吹台西町1丁目2	西区社協(代表) 078-940-9501		①第3土曜日 13:00~15:00 ②偶数月 第4水曜日 11:30~16:30	¥100 /回			✍	☕	お茶を飲んだり、ゲームをしたり、みんなで楽しく交流できるたまり場です。
	チューリップ	神戸市立西体育館	神戸市西区春日台5丁目436	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週金曜日 9:00~11:00	¥200 /回	🏌️			☕	毎週1回、卓球をおこないフレイル予防につとめています。
	春日台GGC	春日台公園	神戸市西区春日台9丁目21	澤田 宏二	078-961-2416	毎週火・金曜日 9:00~11:00 月8回程度	¥150 /月	🏌️		✍		フレイル予防のために、グラウンドゴルフをおこないながら、楽しく交流しています。
	佑佳グループ	神戸市立春日台地域福祉センター	神戸市西区春日台4丁目7-5	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週月曜日 13:00~16:00	¥250 /回	🏌️		✍		毎週月曜日に集まり、民謡や歌謡曲を振付に従って皆で楽しく踊っています。
	頭脳活性ゲームサークル	神戸市立春日台地域福祉センター	神戸市西区春日台4丁目7-5	西区社協(代表) 078-940-9501		第2・4・5木曜日、日曜日(1~2回) 13:00~17:00	¥200 /月			✍	☕	月に4回、頭脳活性ゲーム(麻雀)をおこない、楽しく交流しています。
	日輪寺あすなろ会	①いきいき百歳体操：市営日輪寺住宅集会所 ②グラウンドゴルフ：小山グラウンド	①いきいき百歳体操：神戸市西区玉津町小山561 ②グラウンドゴルフ：神戸市西区玉津町小山1-5	西区社協(代表) 078-940-9501		①いきいき百歳体操：第1・3木曜日 13:00~16:00 ②グラウンドゴルフ：第2・4土曜日 9:00~11:00	¥100 /回	🏌️		✍	☕	介護予防のために様々な活動を通して、皆で交流し楽しんでいます。
	雌岡いきいきクラブ	東公会堂	神戸市西区神出町東2259	西区社協(代表) 078-940-9501		体操：毎週火曜日 14:00~15:30 カラオケ：第3金曜日 14:00~15:30	¥0	🏌️	♪	✍		フレイル予防と地域で支え合う関係づくりのために、体操やカラオケの活動で皆が楽しめるつどいの場をすすめています。
	YMCAつどいの場	西神戸YMCAウエルネスセンター	神戸市西区学園東町2-1-3	中北 瑛美	078-793-7401	第2・4金曜日 15:15~16:45	¥250 /回	🏌️			☕	フレイル予防の為の、トレーニングとストレッチを椅子に座りながら、安全に楽しく実施する。茶話会もおこなっています。
	西神詩吟教室	たけのプラザ	神戸市西区竹の台2-18	西区社協(代表) 078-940-9501		第1・3・4火曜日 13:00~16:30	¥700 /回	🏌️		✍		健康のために、おなかから声を出し、詩吟を楽しんでいます。
	赤坂グラウンドゴルフ	岩岡町公園	神戸市西区岩岡町岩岡	西区社協(代表) 078-940-9501		第3月曜日 9:00~11:00	¥200 /回	🏌️		✍	☕	フレイル予防の為、月に1回グラウンドゴルフをおこなっています。グラウンドゴルフの後、茶話会もおこなっています。
	おしんべフレイルひろば	桜が丘ジョイフル集会所	神戸市西区桜が丘中町3丁目2-2-3	西区社協(代表) 078-940-9501		第2木曜日・第4月・金曜日 10:00~12:00	¥0	🏌️		✍		フレイル予防の為、体操や脳トレ・輪投げなどをみんなで楽しく行っています。
	倶楽部ひといき	ホープタウン竹の台集会所	神戸市西区竹の台5丁目20-68	西区社協(代表) 078-940-9501		ヨガ：第2木曜日 9:00~12:00 600円/回 喫茶：第4木曜日 9:00~12:00 300円/回	¥600 /回	🏌️		✍	☕	フレイル予防のためにヨガや喫茶をおこない、交流しています。
西神南いきいき百歳体操	市営西神南住宅集会所	神戸市西区井吹台西町1丁目2	西区社協(代表) 078-940-9501		第2・4木曜日 13:00~14:30	¥0	🏌️				いつまでも健康に暮らせるよう、いきいき百歳体操をおこなっています。	
西神南カラオケ同好会	市営西神南住宅集会所	神戸市西区井吹台西町1丁目2	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週火・土曜日 13:00~17:00	¥300 /回	🏌️		✍		いつまでも健康に暮らせるよう、カラオケ・ラジオ体操をおこなっています。	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
西 区	あいいきいきクラブ	宮下自治会館	神戸市西区宮下2-9	西区社協(代表) 078-940-9501		第2・4水曜日、第1木曜日、第3土曜日 9:30~12:30	¥100 回	☺		✍	☺	フレイル予防の為、ヨガや体操、手芸、絵手紙などとおして交流して楽しんでいます。	
	なかよしサロン	月が丘集会所	神戸市西区月が丘5丁目1-12	小川 薫	078-778-6299	毎週水曜日 10:00~14:00	¥100 /回				☺	お茶とお菓子でほっと一息つきながら、おしゃべりを楽しんでいます。	
	つどいの場 みゆーずアグリ	みゆーずアグリ圃場	神戸市西区伊川谷町小寺字吉末125-3	西宗 久昭	078-974-9337	毎週金曜日 9:00~12:00	¥500 /月	☺		✍		有機栽培で共に野菜を作り、土に馴染み、安心安全でおいしい食を学び、健康増進・フレイル予防と地域の活性化を図る。	
	枝ーボランティアグループ	枝吉1丁目自治会集会所	神戸市西区枝吉1丁目246-2	西区社協(代表) 078-940-9501		①カラオケとお茶会 第2・3・4・5日曜日 12:30~16:00 ②手芸 第3火曜日 12:30~16:00	¥200 /回		🎵	✍	☺	地域高齢者の居場所作りとして、3行事を行い、フレイル予防し、健康寿命の促進に努めています。	
	歌声カフェ“こだま”	朝日が丘自治会館	神戸市西区北山台2丁目23-19	伊賀 好彦	078-994-8189	第2・4木曜日 13:30~15:00	¥100 /回	☺	🎵		☺	童謡、唱歌、懐メロを合唱したり、ティータイムや体操で交流をおこなっています。	
	ミュージックサロン Sugar house	神和台集会所	神戸市西区学園東町7-128	西区社協(代表) 078-940-9501		第3日曜日もしくは第4日曜日 9:30~11:30	¥300 /回	☺	🎵				自分の楽器を持参し、当日集まったメンバーで演奏を楽しむ。楽器をお貸しすることも可。楽譜はこちらで用意します。
	第2カラオケ同好会	神戸市立春日台地域福祉センター	神戸市西区春日台4-5	西区社協(代表) 078-940-9501		第2・4水曜日 13:00~15:00	¥300 月		🎵	✍	☺	フレイル予防のために、ティータイムや情報交換等をおこない、カラオケを楽しんでいます。	
	竜が岡「カラオケ楽しむ会」	神戸市立岩岡第2地域福祉センター	神戸市西区竜が岡2丁目15-12	高木 健司	078-967-4087	毎週木曜日 13:00~16:00	¥200 /回	☺	🎵	✍			毎週の木曜日、福祉センターに集い、歌を思い出して脳を甦らせ、大きな声で肺を鍛え、フレイル予防に努めています。
	さくらんぼ会	神戸市立玉津南公民館	神戸市西区玉津町上池314	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週金曜日 13:00~16:00	¥500 /月	☺		✍	☺	ラジオ体操とカラオケをおこない、健康と介護予防のために交流をしています。	
	喫茶よりせい	市営王塚台住宅11号棟集会所	神戸市西区王塚台2-76	西区社協(代表) 078-940-9501		第3日曜日 10:00~12:00	¥100 /回			✍	☺	軽食を食べたのち、手芸や囲碁将棋、会話など好きなことを自由に楽しめるようつとめています。	
	ふれあいの場さすな	市営王塚台住宅11号棟集会所	神戸市西区王塚台2-76	西区社協(代表) 078-940-9501		月3回 第3水曜日、第2・4土曜日 13:00~14:30	¥100 /回	☺	🎵	✍	☺	いきいき百歳体操や、カラオケなど、お茶を飲みながら会話を楽しみ、毎日の健康と活力のもとになるふれあいの場づくりをしています。	
	イキイキ天が岡	天が岡自治会館	神戸市西区天が岡19-1	西区社協(代表) 078-940-9501		第1・3・4木曜日 10:00~14:00	¥100 /回	☺	🎵	✍	☺	いきいき百歳体操や、講師に指導していただく健康体操、囲碁将棋、カラオケ、手芸など、お茶を飲みながら楽しく交流しています。	
	出合えがおの会	神戸市立玉津地域福祉センター	神戸市西区玉津町出合204-4	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週金曜日 13:00~16:00	¥200 回	☺		✍	☺	全員で踊れる曲を先生に指導していただき、楽しく踊っています。休憩時間にお茶を飲みながら会話をしています。	
	春日台いきいき百歳体操	アーサヒルズパレットホール	神戸市西区春日台3-2 アーサヒルズP棟	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週火曜日 10:00~11:30	¥100 月	☺			☺	いきいき百歳体操を基本にフレイル予防活動をしています。情報提供にも取り組んでいます。	
	球悠会	西神ニュータウンテニスガーデン	神戸市西区高塚台4丁目12	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週水曜日 13:00~15:00	¥350 /回	☺		✍	☺	いつまでも元気で暮らせるよう、テニスを通じて、体力維持・向上、親睦等につとめています。	
	つながろう会	押部谷集会所	神戸市西区美穂が丘1-5-1	西区社協(代表) 078-940-9501		第1・3金曜日 10:00~11:30	¥200 /回	☺		✍	☺	モーニングやお茶会を通じて、楽しく交流できる居場所づくりをしています。季節に合わせた楽しいイベントや、映画会、講師を招いた勉強会、フレイル予防のために体操もしています。	
	西神春日クラブ輪なげ同好会	神戸市立春日台地域福祉センター	神戸市西区春日台4-5	西区社協(代表) 078-940-9501		第2・4土曜日 13:00~16:00	¥50 /回	☺		✍	☺	輪なげの練習をとおして参加者同士のコミュニケーションをはかり、日々の楽しみを増やし、毎日イキイキとすごせるようおこなっています。	
	初めての囲碁入門クラブ	神戸市立西体育館	神戸市西区春日台5丁目436	宮中 正人	090-8205-1016	第1・3木曜日、毎週土曜日 13:00~16:00	¥300 /月			✍		「囲碁をやってみたいけど初心者だけに地域にある囲碁クラブに入会するには敷居が高い」そんな思いで立ち上げました。新しい仲間を募っています。	
	さえずりサークル	神戸市立春日台地域福祉センター	神戸市西区春日台4-5	西区社協(代表) 078-940-9501		第1・3土曜日 13:00~17:00	¥300 /月	☺	🎵	✍	☺	介護予防のために皆でつどい、体操・民謡・カラオケ等をおこないながら、会話を楽しみ交流しています。	
	ミントグループ	コミュニティプラザ	神戸市西区高雄台10-1	西区社協(代表) 078-940-9501		第1・2・3月曜日 13:30~15:00	¥100 /回	☺			☺	座ってできる体操をし、元気で長生きできるように運動する。明るくいいきとした生活が送れるよう足腰と脳を鍛えましょう。	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	
西 区	歌声サークル「翼」	神戸市立春日台地域福祉センター	神戸市西区春日台4-5	西区社協(代表) 078-940-9501		第2・4水曜日 10:00~12:00	¥500 /回	☺	🎵			こころからだの健康のために、一緒に歌うことで交流を深め、楽しく過ごしています。	
	れんがの家	れんがの家	神戸市西区富士見が丘1-7-2	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週月~木曜日 10:00~16:00 毎週金曜日 13:00~16:00	¥400 /回	☺	🎵	✍	☺	健康麻雀、カラオケ等様々なメニューを楽しみながら、フレイル予防につとめています。曜日によってランチや喫茶もおこなっています。	
	マーガレット	神戸市立有瀬地域福祉センター	神戸市西区伊川谷町有瀬1137-27	西区社協(代表) 078-940-9501		第1・3火曜日、第2・4木曜日 18:30~20:00	¥250 /回	☺		✍	☺	いつまでも元気に過ごすために、健康体操、太極気功をおこなっています。健康体操は講師の指導の下におこないながら、皆で交流し楽しんでいます。	
	チェリーズ	神戸市立西体育館	神戸市西区春日台5-436	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週月か金曜日 15:00~17:00	¥200 /回	☺		✍			月4回程度集まり、フレイル予防の為バドミントンを行っています。
	西神春日クラブ 第3カラオケ同好会	神戸市立春日台地域福祉センター	神戸市西区春日台4-5	西区社協(代表) 078-940-9501		第2・4月曜日 13:00~16:00	¥500 /回	☺	🎵	✍	☺		カラオケを通じて、コミュニケーションを大切に交流しています。また、健康維持、フレイル予防のために健康体操にも取り組んでいます。
	第1カラオケ同好会	神戸市立春日台地域福祉センター	神戸市西区春日台4-5	西区社協(代表) 078-940-9501		第1・3木曜日 13:00~17:00	¥300 月	☺	🎵	✍			ラジオ体操や柔軟体操を歌う前におこない、皆でカラオケを楽しんでいます。
	健康太極拳	かりばプラザ広場	神戸市西区狩場台3丁目9-15	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週火曜日 8:30~10:00	¥0	☺					健康太極拳師範の指導のもと、人と競わない健康のための太極拳で身体を動かし、交流をおこなっています。
	ゆかり・縁カフェ	コープ桜が丘 組合員集会所	神戸市西区桜が丘中町3丁目2-3	西区社協(代表) 078-940-9501		第2金曜日 13:30~15:30 他不定期で年2回	¥200 /回	☺	🎵	✍	☺		認知症の本人や介護者のリフレッシュを中心に、専門職による相談や参加者への情報発信など、地域の誰でも気軽に利用できる居場所をおこなっています。
	いきいき体操春日	西神(13)(14)(17)団地自治会集会所	神戸市西区春日台2丁目13-1	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週月曜日 10:00~11:30	¥0	☺					月4回集まり、フレイル予防の為にいきいき百歳体操やストレッチ体操など、様々な体操を行っています。
	健康体操	玉津南公民館	神戸市西区玉津町上池314	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週水曜日 14:15~15:45	¥300 /回	☺				☺	他人の力を借りずに日常生活をスムーズに行えるよう、ストレッチ体操等をおこなっています。
	歌声さくら貝	神戸市立玉津南公民館	神戸市西区玉津町上池318-13	西区社協(代表) 078-940-9501		第2・4火曜日 14:00~16:00	¥500 /回	☺	🎵				月2回集まり、体操や発声の方法や歌い方、リズム法を先生の指導の下に行います。
	王塚クラブ	県営王塚高層住宅集会所	神戸市西区王塚台4丁目2番地	坂本 荘八	090-1246-4944	毎週日曜日 13:00~14:30	¥0	☺		✍			毎週日曜に集まり、地域の高齢者の介護予防・健康維持のため、いきいき百歳体操と体操後に楽しいおしゃべりタイムをおこなっています。
	神明ハイツいきいき体操	神明ハイツ集会所	神戸市西区玉津町新方69-15	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週水曜日 10:00~11:30	¥250 /回	☺				☺	健康維持ためDVDを見ながら、いきいき百歳体操をおこなっています。体操の後、交流会もしています。
	いきいき体操クラブ	城北安心コミュニティプラザ	神戸市西区伊川谷町潤和谷田1628-4	西区社協(代表) 078-940-9501		毎週月曜日 13:00~14:30	¥500 /月	☺				☺	フレイル予防の為にいきいき百歳体操をおこないながら、参加者同士の交流にも努めています。
	高津橋いきいきひろば	高津橋公会堂	神戸市西区玉津町高津橋557-3	西区社協(代表) 078-940-9501		月14回程度 ①カラオケ: 第2・4月曜日 13:00~16:00 ②グラウンドゴルフ: 毎週月・水・金曜日 8:00~11:00	¥500 /月	☺		✍	☺		フレイル予防の為にグラウンドゴルフ・カラオケ・茶話会をおこない、みんなで楽しく交流しています。
	年輪クラブ	高津橋公会堂	神戸市西区玉津町高津橋557-3	西区社協(代表) 078-940-9501		月8回 毎週火・土曜日 13:00~15:30	¥500 /月	☺		✍	☺		フレイル予防のために、輪投げやポッチャをおこなっています。年に数回ある交流大会や地域大会にむけて、楽しく練習に励んでいます。
	持子クラブ	①グラウンドゴルフ: 持子公園 ②カラオケ: 個人宅	①グラウンドゴルフ: 神戸市西区持子1丁目91-2 ②カラオケ: 神戸市西区小山2丁目	西区社協(代表) 078-940-9501		月15回程度 ①グラウンドゴルフ: 毎週月~土曜日 7:15~8:45 ②カラオケ: 毎週金曜日 13:30~16:00	¥0	☺	🎵	✍			運動不足解消や体調を保つためのフレイル予防として、グラウンドゴルフとカラオケを皆で楽しみながらおこなっています。
ダーツクラブ(絆) 櫻野台	マイコート櫻野台Ⅱ・Ⅲ集会所	神戸市西区櫻野台3丁目1-89	西区社協(代表) 078-940-9501		第1・3土曜日 9:00~11:30	¥200 /回	☺		✍	☺		準備体操の後、ダーツを1回3ゲームおこなっています。年に2回ほど大会もして楽しんでいます。	
伊川谷音頭保存会	伊川谷出張所 集会所	神戸市西区池上4丁目15-2	西区社協(代表) 078-940-9501		第2木曜日 13:30~15:00	¥300 /回	☺		✍			先生に指導していただきながら、みんなで楽しく踊っています。	
井吹西百歳体操	神戸市立井吹西地域福祉センター	神戸市西区井吹台西町4-4	河野 康明	090-9163-7340	月3回 第2・4・5水曜日 14:00~15:30	¥0	☺					体力減少をおぎなうためにいきいき百歳体操をしています。講師による健康に関するお話とおしゃべりをして交流もしています。	

令和6年度(2024年度) つどいの場支援事業交付決定団体一覧 (R7.1.22更新)

	つどいの場名称	開催場所	開催場所 住所	担当者名	担当者連絡先	開催日時	参加費 /あたり	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容
西 区	わくわくリズム体操の会	朝日が丘自治会館	神戸市西区北山台2丁目23-19	堂本 和子	078-994-2585	第2・4金曜日 13:30~15:00	¥500 /回	☺				講師に教えてもらいながら、シニア向けのリズム体操をします。音楽に合わせて体を動かし、おしゃべりも楽しんでいます。
	喫茶と体操	朝日が丘自治会館	神戸市西区北山台2丁目23-19	堂本 和子	078-994-2585	第4水曜日 13:30~15:30	¥200 回	☺			☺	月1回集まり講師に教わりながら、椅子に座ってボール体操をゆっくり行い、そのあとテーブルを囲み喫茶で交流しています。