



笑顔あふれる 集いの場

2025.9 発行

この冊子は、地域同士の“つながり”“の輪ができるようになることを目的に地域にある集いの場の情報をまとめました。

皆さんの地域にはいろいろな集いの場があります。
どこか外出先をお探しの時にご活用いただければと思います。



<目次>

目次・索引	P.1～	草木学区	P.24～
東部学区	P.5～	南部学区	P.27～
英比学区	P.9～	生活お役立ちガイド	P.34～

～ 索引ページ ～

サロン

各サロンの開催情報は回覧や掲示等で周知しておりますので、ご確認ください。

学区順に記載

No	名 称	実 施 場 所	対 象 地 域	掲載 ページ
1	宮津ふれあいサロン	宮津公民館	どなたでも	P.6
2	宮津山田達者会 友愛サロン「つどい」	宮津山田集会所	宮津山田	P.6
3	宮津団地モーニングサロン	宮津団地老人憩の家	宮津団地	P.7
4	サロン萩	萩老人憩の家	萩	P.7
5	サロン福寿草	福住老人憩の家	福住	P.10
6	ふれあいサロン	福住園高台集会所	福住園高台	P.11
7	サロン高根台	高根台集会所	高根台	P.11
8	白沢台サロン	白沢台集会所	白沢台	P.12
9	サロンみなみ風	阿久比団地集会所	どなたでも	P.12
10	坂部サロン	城山保育園	どなたでも	P.15
11	しらさわサロン	白沢区民館／ 知多友の家	白沢	P.15
12	卵の山サロンスマイル	卵之山老人憩の家	卵之山	P.16
13	草木サロンひだまり	草木老人憩の家 パピネス	草木	P.25
14	サロンへいのみや	阿久比公会堂	阿久比	P.28
15	むくむくサロン	中部公民館	棕岡	P.29
16	矢口サロン“和”	矢口公民館	どなたでも	P.29
17	植あいあいサロン	植公民館	植	P.30
18	大古根サロン	大古根公民館	大古根	P.30

ふれあいクラブ（宅老所）

開催時間は10：00～15：00 となっております。

No	名 称	実 施 場 所	実 施 日	対象学区	掲載 ページ
1	東部ふれあいクラブ	宮津公民館	毎週月曜、木曜	東部学区	P.5
2	英比ふれあいクラブ	福住老人憩の家	毎週月曜、木曜	英比学区	P.9
3	草木ふれあいクラブ	大字草木字福原 29 番地	毎週火曜、金曜	草木学区	P.24
4	南部ふれあいクラブ	高岡老人憩の家	毎週火曜、金曜	南部学区	P.27

体操同好会

各団体により準備物、年会費や月会費と記載が異なりますのでご確認ください。

実施日順に記載

No	名 称	実 施 日	実 施 場 所	掲載 ページ
1	ふれあいパーク' 08	毎週月曜 10：00～ (第3月曜、祝日休み)	ふれあいの森体育室	P.13
2	生命の貯蓄体操	毎週月曜、金曜 9：30～	オアシスセンター	P.16
3	サクラ同好会	毎週月曜 10：00～	オアシスセンター	P.17
4	みんなで体操しよう会	毎週火曜 10：00～	オアシスセンター	P.17
5	さわやか同好会	毎週火曜 13：30～	エスペランス丸山	P.31
6	フレンズ・30	毎週火曜 13：30～	オアシスセンター	P.18
7	フレッシュ&スマイル	毎週水曜 9：45～	ふれあいの森体育室	P.13
8	ルンルン阿久比	毎週水曜 10：00～	エスペランス丸山	P.31
9	あさひ	毎週水曜 13：30～ (原則第5水曜休み)	白沢区民館	P.18
10	ひまわりの会	毎週水曜 9：30～	オアシスセンター	P.19
11	ローズの会	毎週水曜 10：30～ (原則第5水曜休み)	オアシスセンター	P.19
12	楊名時太極拳阿久比同好会	毎週木曜 10：00～	オアシスセンター	P.20
13	男性健康体操グループ	毎週木曜 13：30～	オアシスセンター	P.20
14	宮津のびのび	毎週木曜 10：00～	宮津公民館	P.8
15	若竹会	毎週金曜 10：00～	オアシスセンター	P.21
16	リフレッシュ東福会	毎月第 1、第 3 金曜 10：00～	高根台集会所	P.14

独自ミニデイ・その他

No	名 称	実 施 場 所	対 象 地 域	掲載 ページ
1	ぬくもりの会ミニデイ	宮津公民館	JA 阿久比東支店 管轄内	P.8
2	ぬくもりサロン	板山公民館	JA 阿久比東支店 管轄内	P.14
3	ぬくもりの会ミニデイ	植公民館	JA 阿久比支店管 轄内	P.32
(問合先) あいち知多農業協同組合阿久比支店			0569-48-1122	
4	認知症カフェ (ケアラースカフェ)	広報阿久比にて掲載予 定	町内全域	P.21
5	認知症カフェ (オレンジカフェ日向家)	アピタ阿久比店 2 階 フードコート		P.32
(問合先) 阿久比町地域包括支援センター			0569-48-7722	
6	カフェあかり	白沢台集会所	白沢台在住の方	P.22

地域食堂・こども食堂

No	名 称	開催頻度	開催場所	掲載 ページ
1	こども食堂ぽかぽか	原則毎月開催	町内全域	P.33
2	地域食堂ちたブル	チラシ掲載	ちたブルーベリー	P.22
3	みんなの食堂	原則 2 か月 1 回開催	草木公民館	P.25
4	ちょこっと食堂	毎月第 2 日曜	もやい	P.23
5	ルームパレット こども食堂	原則毎月開催	阿久比町福住	P.23

第 2 層協議体

地域のことを情報共有する場です。

No	名 称	開催頻度	開催場所	対象	掲載 ページ
1	英比第 2 層協議体 (ほんわか英比)	原則月 1 回	原則あぐぴあホー ル 練習集室 1	英比学区の方なら どなたでも	P.10
2	南部第 2 層協議体 (サウス)	原則月 1 回	原則大古根公民館	南部学区の方なら どなたでも	P.28
3	草木第 2 層協議体 (しゃべり場 Kusagi)	原則月 1 回	草木老人憩の家 (ハピネス)	草木学区の方なら どなたでも	P.26

生活のお役立ち情報

生活のお役立ち情報は、リーフレットにて令和6年4月に発行しておりました。

今回はブラッシュアップし、冊子にも掲載することにしました。

お役立ち情報は、（配食サービス編・訪問理美容編）の2つを掲載しています。

No	名 称	掲載 ページ
1	配食サービス編	P.34
2	訪問理美容編	P.38

＜集いの場運営＞

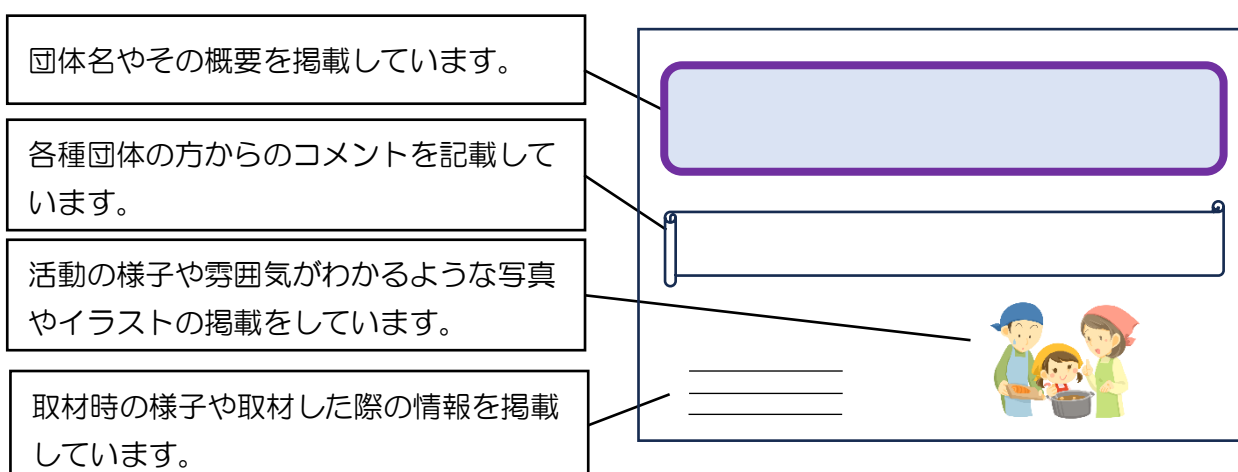
1. 町委託事業

介護保険の保険料を運営資金の一部として活用し、介護予防事業として、町が任意団体などに委託しています。

2. 町社会福祉協議会（社協）補助事業

会員の皆様から頂いた会費と赤い羽根共同募金の配分金よりサロン実施団体へ補助しています。

＜掲載内容について（サロン・体操・ふれあいクラブ（宅老所）＞



東部学区

P.5~P.8

宅老所-1 東部ふれあいクラブ（東部学区） 実施主体：宮津七草会

場 所：宮津公民館 参加費：1回 500円（昼食、おやつ代） 駐車場：あり

実施日：毎週月曜、木曜 10：00～15：00

対象者：65歳以上で身の回りのことが自分のできる方

手作りの昼食が、とてもおいしいと評判です。毎週月曜、木曜にラジオ体操や頭の体操を行っています。



訪問時は、火災についての講話を聞いたり、麻雀をして楽しんでいる方々の姿もありました。

サロン-1 宮津ふれあいサロン

実施主体： 宮津ふれあいサロン

場 所： 宮津公民館

参加費： 1回 100円

駐車場： あり

実施日： 毎月5日前後（1月、8月休み）9：30～11：30 対象者： どなたでも

5月こどもの日活動、7月七夕会、12月東部小学校児童との交流会など子どもとのふれあいを行っています。



全世代型サロンです。イベントが開催されることもあるので子どもさんの参加も多いです。訪問時は七夕飾りを作っていました。



サロン-2 宮津山田達者会友愛サロン「つどい」

場 所： 宮津山田集会所

実施主体： 宮津山田達者会

実施日： 毎月第4月曜 9：00～11：00

参加費： なし

駐車場： あり

対象者： 宮津山田地区の60歳以上の方

おしゃべりが賑やかな楽しいサロンです。その他、友愛訪問やお助けマン活動も行っています。



看板が目印です。茶話会がメインのサロンです。気さくな男性ボランティアさんが出迎えて下さります。男性の参加者も多くいました。



サロン-3 宮津団地モーニングサロン

場 所： 宮津団地老人憩の家

実施主体： 宮津団地ふくしの会

実施日： 毎月第3月曜 9:30~11:30 参加費： 1回 100円 駐車場： あり

対象者： 宮津団地地区の65歳以上の一人暮らし又は70歳以上の方

毎回ビンゴゲーム、隔月で健康体操やイベントを行っています。その他、福祉なんでも相談や訪問活動も行っています。



楽しい企画が開催されており、
サロン終了後には野菜の移動
販売車が来てくれます。



サロン-4 サロン萩

実施主体： サロン萩

場 所： 萩老人憩の家

参加費： 1回 200円

駐車場： あり

実施日： 毎月第3水曜 9:30~11:00 対象者： 萩地区の方ならどなたでも

令和7年5月に開所しました。他の地区に負けない、楽しいサロンにしていきたいです。



2024年10月に全世代型として立ち上がったサロンです。
お茶だけでなく、サロンの最後には体操をしているので、体も
ほぐれて、みなさん帰宅できるのではないのでしょうか。

体 操-14 宮津のびのび

場 所： 宮津公民館

参加費： 年会費 6,000 円

駐車場： あり

実施日： 毎週木曜 10：00～11：30

対象者： どなたでも

持ち物： マット（敷物）、タオル

少人数で和気あいあいの雰囲気の中で、楽しく体操をしています。



タオルを使い音楽に合わせてストレッチなどを行っていました。皆さん仲良く声を掛け合いながら行っているのが印象的でした。



独 自-1 ぬくもりの会ミニデイ

実施主体： ぬくもりの会

場 所： 宮津公民館

参加費： 1回 500円

駐車場： あり

実施日： 年2回 *詳しくは3ページの問合先までお問合せください。

対象者： JA 阿久比東支店管轄内の元気な方

健康チェックや体操を行い、手作りの食事を提供しています。皆さん、楽しく過ごしています。



取材時はハロウィンだったので、みんなでハロウィンリースを作っていました。切ったり貼ったりデザインを考えて作られていました。

英比学区

P.9~P.23

宅老所-2 英比ふれあいクラブ（英比学区） 実施主体： ひまわり会
場 所： 福住老人憩の家 参加費： 1回 600円（昼食、おやつ代） 駐車場： あり
実施日： 毎週月曜、木曜 10:00~15:00
対象者： 65歳以上で身の回りのことが自分のできる方

季節の行事や健康体操など、たくさんのイベントを開催しています。



スタッフの方も一緒に体操やゲームをして和気あいの雰囲気でした。昼食はお弁当ですが、お味噌汁やデザートは手作りで用意されています。

協議体-1 英比第2層協議体（ほんわか英比）

場 所： 原則アグピアホール練習室1

駐車場： あり（台数に限りあり）

実施日： 毎月1回程度開催 13:30~15:00

参加費： なし

対象者： 英比学区在住の方ならどなたでも

自分達の住んでいるところの情報共有を行い、出てきた課題に対して解決できるアイデアを考え、協力者を募りながら人と人とのつながりを作ることを目的とした「話し合いの場」です。出入りも自由です。



話し合った内容や出てきた情報をホワイトボードに記載してメモを取りながらざっばらんに話をしています。

サロン-5 サロン福寿草

実施主体： 福住ふくしの会

場 所： 福住老人憩の家

参加費： 1回 100円

駐車場： あり

実施日： 毎月第3土曜 9:00~11:00

対象者： 福住地区の方ならどなたでも

おしゃべり中心のサロンです。お楽しみくじ引きがあり、デザートは毎月変わります。刃物研ぎは、7月、11月、3月に開催しています。



手作りのフレンチトーストを出すのはここだけ?! 一枚ずつ丁寧に焼いて提供してくれます。

サロン-6 ふれあいサロン 実施主体： 福住園高台友愛クラブ

場 所： 福住園高台集会所 参加費： 1回 100円 駐車場： なし

実施日： 毎月第3土曜 10:00~11:30 対象者： 福住園高台地区の方ならどなたでも

おしゃべり中心のサロンです。お誕生月の方は、参加費無料となります。
その他、第2土曜に刃物研ぎも行っています。



テーブルごとにお話しに花が
咲いているサロンです。



椅子席



テーブル席



サロン-7 サロン高根台 実施主体： 高根台自治会「友愛委員会」

場 所： 高根台集会所 参加費： なし 駐車場： なし

実施日： 偶数月第3土曜 10:00~11:30 対象者： 高根台地区の方ならどなたでも

おしゃべり中心のサロンです。偶数月は、刃物研ぎも共催されます。11月は文化祭とのコラボで友愛フェスタとして開催し、子どもたちとのふれあいの場にもなっています。



たくさんの声が飛びかい、外では刃物研ぎも開催されています。室内に限らず外にもぎわっているサロンです。

サロン-8 白沢台サロン

実施主体： 白沢台よりそい会

場 所： 白沢台集会所

参加費： 1回 100円

駐車場： なし

実施日： 奇数月第3火曜、偶数月第3水曜 9:30~10:40

対象者： 白沢台地区のおおむね70歳以上の方



体操や認知症予防のための啓発を行い、誕生月の方へはお祝いをします。同日、子育てサロンを2階で開催して全世帯のふれあいを目指しています。



健康体操や防災講話、子ども会のおもてなしなど毎月楽しい企画が盛りだくさん実施されています。

サロン-9 サロンみなみ風

実施主体： 阿久比団地小地域福祉みなみ風

場 所： 阿久比団地集会所

参加費： 1回 100円

駐車場： なし

実施日： 毎月第4土曜 9:30~11:30

対象者： どなたでも

中学生以下無料です。小学生が配膳のお手伝いをしてくれています。その他、移動販売車による買い物支援も実施しています。



小学生が、接客や配膳などのお手伝いをしていて、家族でのサロン利用の姿も見られました。



体 操-1 ふれあいパーク '08

場 所： ふれあいの森体育室 参加費： 1回 300 円 駐車場： あり
実施日： 毎月第1、第2、第4月曜（第3月曜、祝日休み）10：00～11：00
対象者： どなたでも 持ち物： 敷物、タオル、ボール、水分

ボールを使って楽しく体を動かしています。自由に参加ができます。



やわらかいボールをつかんだり、挟んだり、転がしたりとボールを使って様々なストレッチを行っていました。

体 操-7 フレッシュ&スマイル

場 所： ふれあいの森体育室 参加費： 半年会費 6,000 円 駐車場： あり
実施日： 毎週水曜 9：45～11：15
対象者： どなたでも 持ち物： マット（敷物）、タオル、水分

いつまでも元気で動ける体づくりを目指して、健康体操を行っています。



壁を使い正しい姿勢の作り方や体の使い方、ストレッチなど無理のない範囲で丁寧に教えてくれます。



体 操-16 リフレッシュ東福会

場 所： 高根台集会所 参加費： 年会費 2,000 円 駐 車 場： あり
 実施日： 毎月第1、第3金曜 10:00~11:00
 対象者： 高根台地区の方ならどなたでも 持ち物： マット（敷物）、タオル、ボール、水分

高齢者でもできる全身ストレッチを中心に、互いの連帯感を増す体操を楽し
 く行っています。



訪問に行ったときは、新聞を使ってストレッチ
 や、頭の体操をしていました。皆さん名前を呼
 び合いながら楽しんでいました。

独 自-2 ぬくもりサロン

実施主体： ぬくもりの会

場 所： 板山公民館 参加費： 1 回 200 円（コーヒー、エッグロール、デザート）
 実施日： 年 2 回 *詳しくは 3 ページの問合先までお問合せください。
 駐 車 場： あり 対象者： JA 阿久比東支店管轄内のおおむね 60 歳以上の方

談話を楽しみながら、参加者全員で体操をしていま
 す。血圧測定も行っています。



たくさんの方が参加され、歌を歌ったりお食事を楽しんだり、
 体操をして過ごされていました。

サロン-10 坂部サロン

場 所： 城山保育園

参加費： なし

実施主体： 坂部長寿会

駐車場： あり

実施日： 毎月 1 回保育園と日程調整をして開催

対象者： どなたでも

園児との交流後、参加者同士のサロンを開催しています。



毎月保育園の子どもと野菜の苗植えや
焼芋、生活発表の観覧、ふれあい遊び
など様々な企画を行っています。



サロン-11 しらさわサロン

場 所： 白沢区民館、知多友の家

参加費： 1 回 100 円

実施主体： 白沢福祉の会

実施日： 奇数月第2金曜、偶数月第2水曜 9：30～11：30

対象者： 白沢地区の65歳以上の方

駐車場： 白沢区民館（あり）、知多友の家（なし）

おしゃべり中心の楽しいサロンです。会場が月により変わります。
誕生月の方には、お菓子のプレゼントがあります。



サロンが待ち合わせの
場所となり毎月楽しみに
に参加されているグ
ループもありました。



サロン-12 卯の山サロンスマイル 実施主体：卯之山ふれあい会

場 所： 卯之山老人憩の家 参加費： 1回 100円 駐 車 場： あり

実施日： 原則奇数月第2日曜 9：20～11：30

対象者： 卯之山地区の方ならどなたでも

地区の方々ならどなたでも利用していただけます。家族やお友達同士で集まり、楽しくお話をしてください。お待ちしております。



2023年に誕生したサロンです。家族で利用してくださったり、お話に来られたり、男性の利用も多いです。



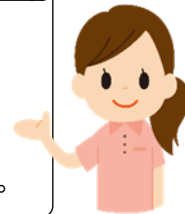
体 操-2 生命の貯蓄体操

場 所： オアシスセンター 参加費： 月会費 2,800円 駐 車 場： あり

実施日： 毎週月曜、金曜 9：30～11：00

対象者： どなたでも 持ち物： マット、バスタオル、タオル、水分

オアシスセンター以外でも、
毎週火曜 草木老人憩の家 ハピネス 13：30～15：00
毎週水曜 白沢区民館 19：00～20：30
で開催しています。



ゆっくり呼吸を大切に行っていました。マットを使った運動で、皆さん自分のできる範囲で行っていました。



体操-3 サクラ同好会

場 所： オアシスセンター 参加費： 年会費 5,000 円 駐車場： あり
実施日： 毎週月曜 10:00~11:30
対象者： どなたでも 持ち物： なし (*動きやすい格好)

保健センターのメタボ教室から始まりました。
体操を始める前に口の体操で元気に発声練習をしています。



言いづらい言葉を大きな口を開けて発声していました。体に限らず、口の体操も健康寿命には欠かせないですね。



体操-4 みんなで体操しよう会

場 所： オアシスセンター 参加費： 年会費 5,000 円 駐車場： あり
実施日： 毎週火曜 10:00~11:30
対象者： どなたでも 持ち物： ヨガマット、ボール、タオル、水分

保健センターの健康体操から始まりました。この会は、体操の大会への参加はせず、みんなで体操を行うことを目的に実施しています。会員を募集しています。



輪になってお話ししながら、ストレッチをスタート！！
ボールを転がしたり、投げてキャッチしたりといったストレッチも行われ、
笑い声が飛びかっていました。



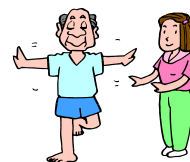
体 操-6 フレンズ・30

場 所： オアシスセンター 参加費： 年会費 6,000 円 駐車場： あり
実施日： 毎週火曜 13：30～15：00
対象者： どなたでも 持ち物： タオル、水分

健康寿命を延ばし、心身ともにリフレッシュを図る体操を行っています。



音楽に合わせてゆっくりと体を伸ばしたり、全身を使った運動を行ったりしていました。



体 操-9 あさひ

場 所： 白沢区民館 参加費： 月会費 1,500 円 駐車場： あり
実施日： 毎週水曜 13：30～15：00（原則第5水曜休み）
対象者： どなたでも 持ち物： 敷物、フェイスタオル、水分

ストレッチや簡単なリズム体操を行い、さわやかな汗を流しています。
真夏と真冬は、冷暖房完備の中で行っています。



訪問日はたまたま和室での体操でした。いつもは、体育館で行っているそうです。みなさん足先からしっかりストレッチをスタートしていました。



体操-10 ひまわりの会

場 所： オアシスセンター 参加費： 年会費 3,000 円 駐車場： あり
実施日： 毎週水曜 9：30～11：30（8月は休み） 対象者： どなたでも
持ち物： テニスボール、タオル、水分、帽子（ウォーキング時使用）

30 分ほど体操を行った後、周辺のウォーキングへ出かけています。



1 時間程度のウォーキングがメインだそうです。体操は、輪になって和気あいあいと会話を楽しみながら行っていました。



体操-11 ローズの会

場 所： オアシスセンター 参加費： 年会費 2,200 円 駐車場： あり
実施日： 毎週水曜 10：30～12：00（原則第5水曜休み）
対象者： どなたでも 持ち物： 敷物、タオル、ボール、水分

健康体操、ラジオ体操、リズム体操、ストレッチ体操など全身の運動を行っています。



50 代から 80 代まで幅広く参加されています。



体操-12 楊名時太極拳阿久比同好会

場 所： オアシスセンター 参加費： 月会費 1,500 円 駐車場： あり
 実施日： 毎週木曜 10:00~11:30
 対象者： どなたでも 持ち物：水分 （＊動きやすい格好）

健康増進を目標に、みんなで楽しくワイワイ行っています。



呼吸を整えながらゆっくりとした動作を曲に合わせて行っていました。

体操-13 男性健康体操グループ

場 所： オアシスセンター 参加費： 月会費 1,000 円 駐車場： あり
 実施日： 毎週木曜 13:30~15:00
 対象者： 男性ならどなたでも 持ち物： 敷物、フェイスタオル、水分

体操を通して健康寿命を延ばすことや、サークル会員間で趣味などを披露し、親睦を深めることもしています。



みなさんとてもフレンドリーな空間で体操以外のつながりもあるようで、エネルギーに活動していました。

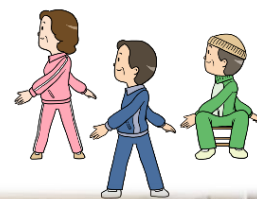
体 操-15 若竹会

場 所： オアシスセンター 参加費： 年会費 5,000 円 駐車場： あり
実施日： 毎週金曜 10:00~11:30
対象者： 脱メタボに意欲のある方 持ち物： 水分 （＊動きやすい格好）

体操を通して健康づくりや気力づくりを行っています。会員のやる気が維持できるよう皆で楽しく行っています。



女性も多いですが、男性の参加もあり、みなさん元気に活動されているのが印象的でした。

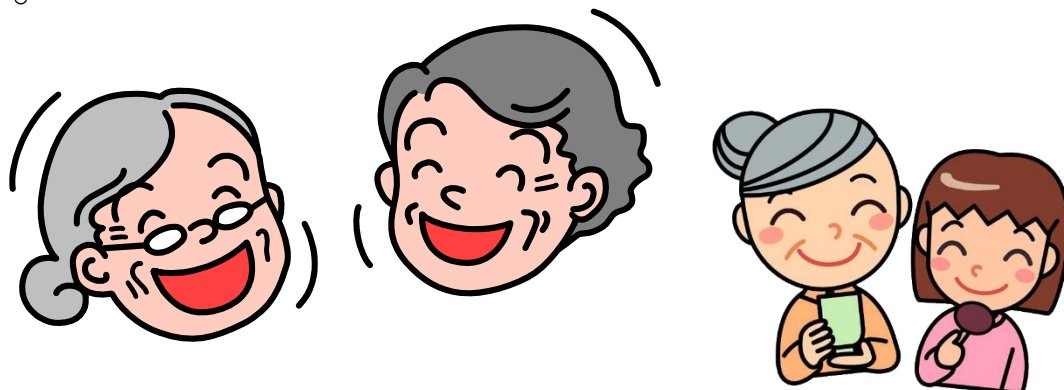


独 自-4 認知症カフェ（ケアラーズカフェ）

実施主体：地域包括支援センター

場 所： 広報にて掲載予定 参加費： 1回 200 円 駐車場： あり
実施日： 年2回 ＊詳しくは3ページの問合先までお問合せください。
対象者： 認知症の方とその家族

毎月開催の認知症介護家族交流会と連携して開催しているため、当事者間の交流の場となっています。



独 自-6 カフェあかり

実施主体：白沢台よりそい会

場 所： 白沢台集会所

参加費： なし

駐車場： なし

実施日： 毎月第4水曜日 14：00～

対象者： 白沢台在住の認知症の方とその家族

白沢台ではチームオレンジが立ち上がり、認知症の方と家族の方との憩いの場「カフェあかり」を開催しています。



お茶を飲みながら、みなさん
和気あいあいとお話をして過
ごしていました。



食堂-2 地域食堂 ちたブル

駐車場： あり（台数に限りあり）

場 所： ちたブルーベリー

参加費： 子ども 200 円、大人 300 円

実施日： チラシに掲載 11：00～

*年間でスケジュールがでています。

対象者： どなたでも

青空の下でお腹いっぱいご飯を食べよう！お腹も心もほっとできる場所になれたらいいなあと思っています。
どなたでもお気軽にお越し下さい♪



青空の下で食べるご飯は気持ちがよかったです。天候によって中止になる場合があるので公式ラインやインスタグラム、facebook にてお知らせされるので不安な時はチェックしてから行くのがおすすめです。



公式ライン
はこちら



食堂-4 ちょっと食堂

場 所： もやい 駐 車 場： あり（台数に限りあり）

実施日： 毎月第2日曜 11：00～（なくなり次第終了） 参加費： 中学生以上 300 円

対象者： どなたでも



みんなで楽しく一緒にカレーを
たべましょう！！



とてもアットホームな空間の中でボリューム満点な食事を食べることができます。気軽に声を掛け合いやすいところでした。

食堂-5 ルームパレット こども食堂

場 所： 阿久比町福住

駐 車 場： あり（台数に限りあり）

実施日： 第3土曜 16：30～20：00（「いただきます」は18：00）

参加費： 大人 300 円、子ども 無料

対象者： どなたでも

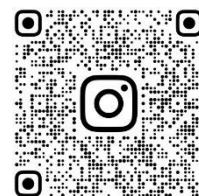
大人も子どもと一緒に調理して、「みんなでいただきます」と食卓を囲む、大きな家族のようなこども食堂です。



フリースクールの活動を中心に、人が集える場を提供しています。こども食堂の他にもワークショップやヨガ等の講座、マルシェなども開催されていますので、詳細はインスタグラムをチェックしてみてください。



↓ インスタグラム



@ROOMPALETTE_



草木学区

P.24~P.26

宅老所-3 草木ふれあいクラブ（草木学区）実施主体：たんぽぽの会

場 所： 大字草木字福原 29 番地 参加費： 1回 500 円（昼食、おやつ代）

実施日： 毎週火曜、金曜 10：00～15：00 駐車場： なし

対象者： 65 歳以上で身の回りのことが自分でできる方

手作りの温かい食事を提供しています。簡単な体操、カラオケ、手芸、トランプなども行っています。



おいしい昼食を食べ、
ゲームをしたりトランプ
したり楽しい時間を過
ごしていました。



サロン-13 草木サロン ひだまり

実施主体： 草木サロン

場 所： 草木老人憩の家 ハピネス 参加費： 1回 100円 駐 車 場： あり

実施日： 毎月第2月曜 10:00~11:30

対象者： 草木地区の60歳以上の方

気軽にお越しください。集まった方々が、自由に楽しく過ごす居場所として活用してもらえたら嬉しいです。



2階にもスペースがあり、ちょっとした工作ができ、みなさんとても楽しくお話をされていました。
また、移動販売車も来て買い物ができます。

食堂-3 みんなの食堂

駐車場： あり

場 所： 草木公民館

参加費： 子ども無料、大人 200円

実施日： 原則2か月に1回開催 11:00~13:00 *詳しくは公式ラインでチェック

対象者： 18歳以下のお子さんとその保護者

2022年7月から2か月に1度開催して今年で4年目になります。ボランティアの皆さま、地域の皆さまに見守られて子ども達が豊かに成長していく姿が楽しみです。



Instagram



@MINNANO.SYOKUDOU

公式ライン



食事だけでなく、取材日はプログラミング体験会が行われていました。また、ポップコーンの配布やゲームや折り紙など自由遊びも行えるようになっていました。

協議体-3 草木第2層協議体（しゃべり場 Kusagi）

場 所： 草木老人憩の家（ハピネス）

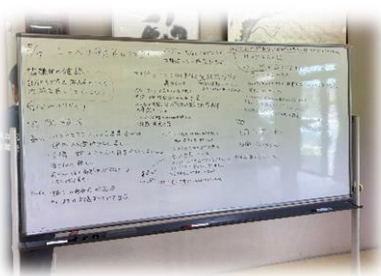
駐車場： あり（台数に限りあり）

実施日： 毎月1回程度開催 10:30~12:00

参加費： なし

対象者： 草木学区在住の方ならどなたでも

自分達の住んでいるところの情報共有を行い、出てきた課題に対して解決できるアイデアを考え、協力者を募りながら人と人とのつながりを作ることを目的とした「話し合いの場」です。出入りも自由です。



令和6年にできたばかりですが、みなさん和気あいあいとしながらお話をしています。話した内容は、ホワイトボードに書き共有しています。

南部学区

P.27~P.33

宅老所-4 南部ふれあいクラブ（南部学区）実施主体：ふれあいの会

場 所： 高岡老人憩の家 参加費： 1回 500 円（昼食、おやつ代）

実施日： 毎週火曜、金曜 10：00～15：00 駐車場： あり

対象者： 65 歳以上で身の回りのことが自分でできる方

おいしい昼食を皆で食べて、健康体操やウクレレ・オカリナ演奏に合わせた合唱、小物作り、ビンゴなどもして楽しんでいます。



訪問日は、手芸に取り組まれました。好きな柄を選び会話をしながら行っていました。



協議体-2 南部第2層協議体（サウス）

場 所： 原則大古根公民館

駐車場： あり

実施日： 毎月1回程度開催 13:30~15:00

参加費： なし

対象者： 南部学区在住の方ならどなたでも

自分達の住んでいるところの情報共有を行い、出てきた課題に対して解決できるアイデアを考え協力者を募りながら人と人とのつながりを作ることを目的とした「話し合いの場」です。出入りも自由です。



情報共有を通して場所を変えて実施する場合があります。上の写真は南部小学校を会場に話し合いをした時の写真です。



サロン-14

サロンへいのみや

実施主体：へいのみやの会

場 所： 阿久比公会堂

参加費： 1回 100円

駐車場： あり

実施日： 原則毎月第3日曜 9:30~11:00 対象者： 阿久比地区の方ならどなたでも



気軽に話せる場として赤ちゃんからお年寄りまで、幅広い世代の方々が参加しています。



家族でモーニングを兼ねて利用されているなど世代を超えてご利用されていました。

サロン-15 むくむくサロン

実施主体：むくむくサロン運営委員会

場 所： 中部公民館

参加費： 1回 100円

駐車場： なし

実施日： 毎月第4日曜 9:30~11:00

対象者： 棕岡地区の方ならどなたでも



おしゃべり中心のサロンです。
季節に合わせたイベントを行っています。



取材時は、体操を行って
いました。また、家族連れも参
加していました。



なごみ サロン-16 矢口サロン “和”

実施主体：矢口いきいきクラブ

場 所： 矢口公民館

参加費： 1回 100円

駐車場： あり

実施日： 毎月第1日曜 9:30~11:00

対象者： どなたでも

楽しくお話ができる顔が見えるサロンです。年に2回、イベントを企画しています。



子ども連れからお年寄りまで幅広く利用
していました。みなさん顔をあわせて「お
はよう」「久しぶり」という挨拶が飛び交う
アットホームな空間でした。

サロン-17 植あいあいサロン

実施主体： 植あいあい会

場 所： 植公民館 参加費： 1回 100円

駐車場： あり

実施日： 偶数月第3日曜 9:30~11:30

対象者： 植地区の60歳以上の方

おしゃべりが中心の楽しいサロンを行っています。
男性のボランティアが多いサロンです。



たくさん来場しており、参加者はボランティアの方や同席の方々とお話を楽しんでいました。



サロン-18 大古根サロン

実施主体： 大古根ふれあい会

場 所： 大古根公民館 参加費： 1回 100円

駐車場： あり

実施日： 奇数月日曜 9:00~11:00

対象者： 大古根地区の方ならどなたでも

赤ちゃんからお年寄りまで参加され、おしゃべりを楽しんでいます。季節ごとのイベントも行っています。その他、ふれあい訪問も実施しています。



取材時は七夕だったのでお子さんもたくさん来ていました。

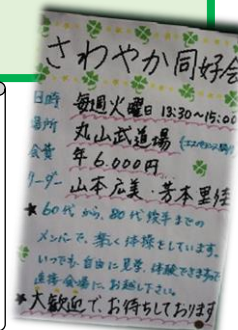
体操-5 さわやか同好会

場 所： エスパランス丸山武道場 参加費： 年会費 7,000 円 駐車場： あり
 実施日： 毎週火曜 13:30~15:00 対象者： どなたでも
 持ち物： バスタオル or マット、ボール（23cmジムボール）水分



毎回、皆で楽しく笑いながら、健康づくりを行っています。

7月、8月、9月、12月、1月、2月は、オアシスセンターで行っています。



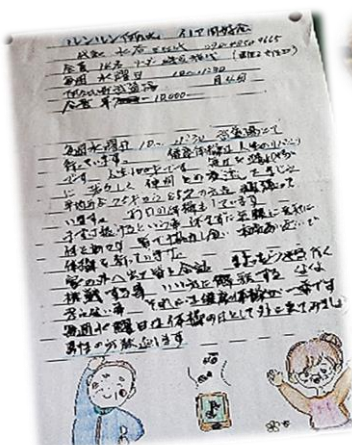
自分のできる範囲の中で指先から全身を伸ばすストレッチをしていました。
 取材時は夏でしたが、みなさん暑さに負けず元気に活動していました。



体操-8 ルンルン阿久比

場 所： エスパランス丸山武道場 参加費： 年会費 10,000 円 駐車場： あり
 実施日： 毎週水曜 10:00~11:30 対象者： どなたでも
 持ち物： 敷物（ヨガマット）、フェイスタオル、水分

和気あいあいとおしゃべりしながら、健康維持のために健康体操を行っています。



手作りチラシも掲示してあり、随時メンバー募集のことです。ぜひ見つけてみてください。



独 自-3 ぬくもりの会ミニデイ 実施主体： ぬくもりの会

場 所： 植公民館 参加費：1 回 300 円（おやつあり） 駐車場： あり

実施日： 年 3 回 *詳しくは 3 ページの問合先までお問合せください。

対象者： JA 阿久比支店管轄内のおおむね 60 歳以上の方

ゲームや歌を楽しんだり、皆でおやつを食べたりして、半日を楽しく過ごしています。



取材時は、手作りポプリを楽しまれました。

会場内は、キンモクセイの香りに包まれていました。

独 自-5 認知症カフェ（オレンジカフェ日向家）

実施主体： 地域包括支援センター

場 所： アピタ阿久比店 2 階フードコート 参加費： 1 回 100 円 駐車場： あり

実施日： *詳しくは 3 ページの問合先までお問合せください。

対象者： 認知症の方とその家族

商業施設のフードコートで開催しているので、参加しやすい交流の場となっています。



食堂-1 こども食堂ぽかぽか

駐車場： ありの場合となしの場合あり

場 所： 町内を移動して開催しています。※毎回開催場所が違うため

実施日： 不定期・原則第3日曜 11:00~14:00 参加費： 子ども無料、大人300円

対象者： どなたでも *詳しくはInstagram・公式ラインでチェックしてください。

名前は、こども食堂ですが、誰でも参加できます。おじいちゃん・おばあちゃん・学生・大人・みんなでごはんをお腹いっぱい食べておしゃべりできる場です。



Instagram



公式ライン



公民館やお寺など様々な場所で開催してくれるので、Instagramや公式ライン、チラシを要チェック！！

また、会場によってはおもちゃ病院の工作も開催しています。



「生活のお役立ち情報」《配食サービス編》

利用上の注意事項

- ・「配食サービス」の対象者は、事業者によって異なりますので、ご注意ください。
- ・令和7年7月時点情報です。ご利用の際は、最新情報を直接業者へご確認ください。

行政サービス【見守り対応】（お弁当を直接お渡しすることで、安否確認ができます。）

事業者名：阿久比町役場 ふくし課 0569-48-1111（代表）

* 来庁が難しい方は、電話でご相談ください。

申込方法	連絡先	内 容	料 金 支払方法
役場で 申込書に 記入 夕食	阿久比一期一会荘 0569-47-0205 営業時間 9:00~17:00 * 年末年始休み 12/31~1/3	(対 象 者) ・ 65 歳以上で、要介護・要支援と判定されている。 ・ 単身高齢者及び高齢世帯に属する。 ・ 買い物や調理が困難でかつ、親族等の支援を受けることができない。 以上の条件をすべて満たす方。 (配達範囲) 町内全域 (配 達 日) 月曜~土曜 (そ の 他) 手作り弁当	440 円 月まとめて、引き落とし、現金払い

容器（茶碗・お椀）が個別に分かれております。温かいお汁付きです。
施設の都合でお休みする場合があります。



申込方法	連絡先	内 容	料 金 支払方法
役場で 申込書に 記入 夕食	たべりん 0569-23-2444 Fax 0569-23-2479 営業時間 9:00~17:00 * 民間サービスのお弁当も配達しています。	(対 象 者) ・ 65 歳以上で、要介護・要支援と判定されている。 ・ 単身高齢者及び高齢世帯に属する。 ・ 買い物や調理が困難でかつ、親族等の支援を受けることができない。 以上の条件をすべて満たす方。 (配達範囲) 町内全域 (配 達 日) 月曜~土曜 (そ の 他) 手作り弁当 お粥、刻み食、糖尿病食対応可	440 円 糖尿病食 590 円 月まとめて、引き落とし、現金払い



保温器を使用していて、ご飯がホカホカです。年末も相談に乗ります。
安否確認し、ご家族へ様子を報告しています。

民間サービス【希望日に配達】（お弁当を希望される曜日に配達します。）

事業所名	申込方法	連絡先	内 容	料 金 支払方法
NPO みんなの家 ほっと 昼食・夕食	電話	0569-47-1255 営業時間 9:00~16:00	(対 象 者) どなたでも (配達範囲) 町内全域(一部を除く) (配 達 日) 月曜~金曜 (そ の 他) 手作り弁当 おかずのみ・使い捨て容器	450円 550円 月まとめて 振込、現金払い



彩りを考え、家庭的なお弁当をお届けします。
1食からでも配達します！

事業所名	申込方法	連絡先	内 容	料 金 支払方法
ワタミの宅食 昼食・夕食	電話 ・ Web	0120-321-510 営業時間 9:00~18:00	(対 象 者) どなたでも (配達範囲) 町内全域 (配 達 日) 毎日 (そ の 他) 冷蔵弁当	470円~ 週まとめて 現金、クレジット (ホームページ からのみ) 引落し払い *月まとめ可

週1日1食からお届けします。管理栄養士が設計した日替わりの献立です。
お気軽にお問合せください。(令和7年7月の情報を掲載)



事業所名	申込方法	連絡先	内 容	料 金 支払方法
ひちほんぎ 昼食・夕食	電話	0569-29-5654 営業時間 9:00~17:00 月曜のみ正午まで	(対 象 者) どなたでも (配達範囲) 町内全域(一部を除く) (配 達 日) 毎日(月曜夕食休み) (そ の 他) 手づくり弁当 お粥・糖尿病・減塩・刻み食 (1つ毎に+100円)	648円 おかずのみ 540円 月まとめて 引落し、振 込、現金払い

1食からご対応します。使い捨て容器対応ができます。



事業所名	申込方法	連絡先	内 容	料 金 支払方法
宅配クック ワン・ツー・ス リー 昼食・夕食	電話	0562-85-4411 営業時間 9:00~17:00 *一部地域は、半田・常滑店が担当となります。	(対 象 者) どなたでも (配達範囲) 町内全域 (配 達 日) 毎日 (そ の 他) 手作り弁当 透析食・加リ-塩分調整食、タパ ク塩分調整・消化にやさしい 食、やわらか食、 ム-セット食： おかずのみ 777 円 ご飯付 847 円 健康バ リューム食： おかずのみ 680 円 ご飯付 750 円	648 円 おかずのみ 577 円 月まとめて 現金、引落 し、振込払い



気になることがございましたら、お気軽にお問合せ下さい。

事業所名	申込方法	連絡先	内 容	料 金 支払方法
コープあいち 夕飯宅配 夕食	電話	0120-400-502 営業時間 10:00~18:00	(対 象 者) 組合員・組合員になる方 (配達範囲) 阿久比町北部 (配 達 日) 月曜~金曜 前の週火曜までに連絡があ れば2回休み可 (そ の 他) 手作り冷蔵弁当 介護食で、刻み、ム-ス、タパ ク質又は加リ-調整食あり。 土曜に1週間分を配達しま す。	588 円 おかずのみ 642 円 月まとめて 引落とし払い

お聞きになりたいことがあれば、お気軽にお問合せください。



事業所名	申込方法	連絡先	内 容	料 金 支払方法
株式会社 ジョイント 冷凍食	電話	0120-234-534 営業時間 9:00~17:00	(対 象 者) どなたでも (配達範囲) 町内全域 (配 達 日) 365 日 5食以上まとめて注文 (そ の 他) 冷凍弁当おかずのみ 加り制限食 562 円 やわらか食 573 円 ムース、クパク制限食 594 円	540 円 代引き払い 手数料 +330



気になることがございましたら、お気軽にお問合せ下さい。

事業所名	申込方法	連絡先	内 容	料 金 支払方法
食宅便 冷凍食	電話 ・ Web	0120-8149-39 営業時間 8:30~20:30	(対 象 者) どなたでも (配達範囲) 町内全域 (配 達 日) 365 日 5食又は7日分まとめて注文 (そ の 他) おかずのみ（ご飯なし） 配送料 1,330 円	おまかせコース 5食:3,450 円 7食:4,830 円 代金引換え 手数料 320 円 クレジットカード、 AmazonPay

お気軽に連絡先までお問合せ下さい。



「生活のお役立ち情報」《訪問理美容編》

- ・「訪問」「送迎」の対象者は、病気やケガ、その他のご事情により自分で理容室や美容室に行くことができない方です。
- ・令和7年7月時点の情報です。ご利用の際は、直接お店などにお問合せ下さい。
- ・「◇」のしるしは、愛知県美容業生活衛生同業組合、愛知県理容生活衛生共同業組合の会員を示しています。本情報誌への掲載承諾を頂いたお店のみを掲載しています。
- ・実施地域について、「その他」に記載がない場合は町内となります。

理容店（自宅に訪問する 又は 店舗まで送迎してもらえる理容店）

◇ ホープ 《訪問》

住 所：阿久比町白沢字天神前 19-20 電 話：48-6333
営業時間：8：00～19：00 定休日：毎週月曜、火曜
料 金：5,000 円（カット、出張料） 6,000 円（前記＋顔そり）
そ の 他：事前予約が必要。1 名の介護者が居てください。

ヘアースタジオフリー《訪問》

住 所：阿久比町草木字東郷 5-1 電 話：48-7978
営業時間：要相談 定休日：毎週火曜
料 金：4,000 円（カット、顔そり）
そ の 他：1 週間前までに事前予約が必要。

ヘアーサロンニイミ《送迎》

住 所：阿久比町宮津字東王場 7-2 電 話：48-2003
営業時間：9：00～19：00
定 休 日：毎週火曜、第 2・3 月曜、第 1・4・5 月曜午後
料 金：4,000 円（カット、顔そり、シャンプー）
そ の 他：事前予約が必要。お店の普通自動車に自分で乗り降りできる方。

◇ 理容ヤング《送迎》

住 所：阿久比町宮津字森下 10-5 電 話：48-0632
営業時間：8：30～19：00 定休日：毎週火曜、第 2・3 月曜
料 金：4,200 円（カット、顔そり、シャンプー）
そ の 他：事前予約が必要。お店の普通自動車に自分で乗り降りできる方。

美容店（自宅に訪問する 又は 店舗まで送迎してもらえる理容店）

OZ hair <訪問><送迎>

住 所：阿久比町棕岡字西畑 86-1 電 話：47-6508 ライン予約用

営業時間：10：00～19：00／10：00～16：00（土曜）

定 休 日：毎週日曜・月曜・祝日

料 金：4,800 円税抜（カットのみ）

9,800 円～税抜（カット、カラー又はパーマ、シャンプーなし）

詳細はご予約の際お問合せください。

そ の 他：事前予約が必要。お店の普通自動車に自分で乗り降りできる方。

<https://www.oz-hair.pink>



salon なごみ <訪問>

住 所：常滑市山方町 6-140-1 電 話：080-3655-5240

営業時間：8：00～20：00

定 休 日：不定休

料 金：1,000 円～（シャンプー）、3,000 円（カット）、
4,000 円（ベッドカット）、2,000 円～（泡スパ）全身どこでも
可能。

そ の 他：2 日前までに予約が必要。

tiens HAIR MAKE<送迎>

住 所：阿久比町宮津字稗廻間 3-3 電 話：48-8030

営業時間：9：00～18：30／9：30～18：30（土日祝）＊福祉美容士

定 休 日：毎週月曜、第 1・3・5 火曜

料 金：5,500 円（カット、シャンプー）

そ の 他：事前予約が必要。店の普通乗用車に自分で乗り降りできる方。

新規の方は、予約時に住所をお知らせください。場所によっては、
送迎できない場合もあります。

◇ヘアースalonニイミ<送迎>

住 所：阿久比町宮津字東王場 7-2 電 話：48-2003

営業時間：9：00～19：00

定 休 日：毎週火曜、第 2・3 月曜、第 1・4・5 月曜午後

料 金：4,000 円（カット、シャンプー、顔そり）

そ の 他：事前予約が必要。お店の普通自動車に自分で乗り降りできる方。

<問合先>

阿久比町社会福祉協議会

〒470-2212 阿久比町大字卯坂字丸の内 85 番地
阿久比町オアシスセンター 3 階
電話) 0569-48-7711 FAX) 0569-48-4045

*掲載希望の情報がございましたら、阿久比町社会福祉協議会までご連絡ください。