

高齢者



集いの場マップ



令和2年1月
阿久比町



《はじめに》

この集いの場マップは、高齢者の皆さんが外出し、運動をすることで介護予防効果を高め、地域の皆さんとお話することにより、住民同士の“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。

活用方法

皆さんの地域には、いろいろな集いの場があります。少し運動をしてみたい方や楽しくおしゃべりをして交流してみたい方など、どこか外出先をお探しの時にこの集いの場マップをご活用いただければと思います。

この集いの場マップは、小学校区ごとにまとめています。ぜひ、この機会にお近くの集いの場へお出かけいただけたら幸いです。

新たな情報をお寄せください！

住民の皆さんから情報をいただき、集いの場マップを更新していきたいと考えています。

皆さんからの情報提供をお待ちしています。



《目 次》

はじめに	P 1
集いの場の種類	P 2
集いの場の運営	P 2
東部学区	P 3～5
英比学区（東）	P 6～9
英比学区（西）	P 10～14
草木学区	P 15～16
南部学区	P 17～21
集いの場一覧表	P 22～24

《問合せ先》

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

電 話 0569-48-1111（内線 1523）

F A X 0569-48-4045



《集いの場の種類》 ※（ ）は地図上の記載種類

1. 認知症カフェ（認知）

阿久比町オアシスセンターやアピタ阿久比店のフードコートで開催しています。認知症の方や家族の方、認知症について関心のある方が、参加しています。

2. 宅老所（宅老所）

小学校区ごとに開催しています。地域の高齢者の皆さんが集まり、食事をしたり、レクリエーションをしたりして朝から夕方まで参加者同士の交流を楽しんでいます。

3. 小地域福祉活動のサロン（サロン）

各地区でボランティアが開催しているサロン活動です。コーヒーなどを飲みながらおしゃべりをしたりやレクリエーションをしたりして、参加者同士が交流を楽しんでいます。

4. 友愛活動の友愛サロン（サロン）

地域のいきいきクラブ（老人クラブ）が開催しているサロン活動です。コーヒーなどを飲みながらおしゃべりをするなど、参加者同士が交流を楽しんでいます。



5. 健康体操同好会（体操）

仲間と一緒に運動をして汗を流すことで、健康づくりを増進する同好会活動です。

6. 独自のサロン・ミニデイ・その他（独自）

有志のボランティアや地域住民同士で開催している独自のサロン及びNPO法人が実施しているミニデイサービスなどがあります。

《集いの場の運営》

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、運営を任意団体などに町が委託しています。

2. 町社会福祉協議会（社協）補助事業

会員の皆様からいただ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。
（助成金：3万円まで）



東部学区

サロンー3 宮津団地モーニングサロン
場所：宮津団地老人憩の家 P 5

サロンー1 宮津ふれあいサロン
場所：宮津公民館 P 4

独 自ー4 めくもりの会ミニデイ
(阿久比東)
場所：宮津公民館 P 5

体 操ー2 宮津のびのび
場所：宮津公民館 P 5

サロンー2 宮津山田達者会
友愛サロンつとい
場所：宮津山田集会所 P 4

体 操ー14 頑ばる会
場所：宮津山田集会所 P 5

宅老所ー1 東部宅老所
場所：宮津公民館 P 4



宅老所－1 東部宅老所（東部学区）

場 所：宮津公民館

実施主体：宮津七草会

実 施 日：毎週月曜日と木曜日 10：00～15：00

対 象 者：65歳以上で身のまわりのことが自分でできる方

参 加 費：500円／回（昼食・おやつ代）

特 徴：手作りの昼食がと
てもおいしいと評
判です。毎週月曜
日、健康体操をお
こなっています。

駐 車 場：有



サロン－1 宮津ふれあいサロン

場 所：宮津公民館

実施主体：宮津ふれあいサロン

実 施 日：毎月5日前後（1月と8月は休み） 9：30～11：30

対 象 者：どなたでも

参 加 費：100円／回

特 徴：7月の七夕会、12
月の東部小学校児
童との交流会など
子供とのふれ合い
もおこなっていま
す。

駐 車 場：有



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月曜日 9：30～11：00

対 象 者：宮津山田地区の方ならどなたでも

参 加 費：100円／回

特 徴：おしゃべりが賑やか
で楽しいサロンです。
その他、友愛訪問や
お助けマン活動もお
こなっています。

駐 車 場：有



サロンー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月曜日 9：30～11：30

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

参 加 費：100円／回

特 徴：毎回ビンゴゲーム、隔
月で健康体操やイベン
トをおこなっています。
福祉何でも相談、その
他、訪問活動もしてい
ます。

駐 車 場：有



体 操ー14 頑ばる会

場 所：宮津山田集会所

実施主体：頑ばる会

実 施 日：毎週木曜日 10：00～11：00

対 象 者：宮津山田地区の方ならどなたでも

参 加 費：200円／月

特 徴：ストレッチ、ラジ
オ体操を輪になっ
ておしゃべりしな
がら楽しく体を動
かしています。

駐 車 場：有



体 操ー2 宮津のびのび

場 所：宮津公民館

実施主体：宮津のびのび

実 施 日：毎週木曜日 10：00～11：30

対 象 者：どなたでも

参 加 費：4,000円／年

特 徴：少人数で、皆さん
が和気あいあいの
雰囲気の中で楽しく体
操をしています。

駐 車 場：有



独 自ー4 めくもりの会ミニデイ(阿久比東)

場 所：宮津公民館

実施主体：めくもりの会（阿久比東）

実 施 日：年2回

詳しくは、P14の事務局までお問合せください。

対 象 者：阿久比東支店管轄内の高齢者の方

参 加 費：500円／回

特 徴：健康チェック、体
操をおこない、手
作りのおやつをい
だだいて、楽しく
過ごしています。

駐 車 場：有



英比学区(東)

体操-15 リフレッシュ東福会
場所：高根台集会所 P9

宅老所-2 福住宅老所
場所：福住老人憩の家 P7

体操-5 フレッシュ&スマイル
場所：ふれあいの森体育室 P8

サロン-10 サロンみなみ風
場所：阿久比団地集会所 P8



サロン-6 サロン高根台
場所：高根台集会所 P7

サロン-8 白沢台サロン
場所：白沢台集会所 P8

サロン-4 サロン福寿草
場所：福住老人憩の家 P7

体操-16 板山おとめ会
場所：板山公民館 P9

独自-4 めくむりの会サロン
(阿久比東)
場所：板山公民館 P8

サロン-5 ふれあいサロン
場所：福住園高台集会所 P7

体操-12 ふれあいパーク'08
場所：ふれあいの森体育室 P9

宅老所-2 福住宅老所 (英比学区)

場 所：福住老人憩の家

実施主体：ひまわり会

実 施 日：毎週月曜日と木曜日 10:00~15:00

参加対象：65歳以上で身のまわりのことが自分でできる方

参 加 費：500円/回 (昼食・おやつ代)

特 徴：季節の行事、健康
体操などたくさん
のイベントを開催
しています。

駐 車 場：有



サロン-5 ふれあいサロン

場 所：福住園高台集会所

実施主体：福住園高台友愛クラブ

実 施 日：毎月第1と第3土曜日 9:30~11:30

参加対象：福住園高台地区の方ならどなたでも

参 加 費：100円/回

特 徴：おしゃべり中心の
サロンです。その
他、第2土曜日に
刃物研ぎ、第4土
曜日に健康体操を
おこなっています。

駐 車 場：無



サロン-4 サロン福寿草

場 所：福住老人憩の家

実施主体：福住福寿会

実 施 日：毎月第4土曜日 9:00~11:00

参加対象：福住地区の方ならどなたでも

参 加 費：100円/回

特 徴：おしゃべり中心の
サロンです。デザ
ートが毎月変わ
ります。刃物研ぎは
7月、11月、3月
に開催しています。

駐 車 場：有



サロン-6 サロン高根台

場 所：高根台集会所

実施主体：高根台自治会「友愛委員会」

実 施 日：毎月第3土曜日 10:00~11:30

参加対象：高根台地区の方ならどなたでも

参 加 費：100円/回

特 徴：おしゃべり中心のサロ
ンです。奇数月は、
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
して子供達とのふ
れあいの場にもな
っています。

駐 車 場：有



サロンー8 白沢台サロン

場 所：白沢台集会所

実施主体：白沢台サロン実行委員会

実 施 日：奇数月第3火曜日 9：30～11：30

偶数月第3水曜日 9：30～11：30

参加対象：白沢台地区のおおむね70歳以上の方

参 加 費：150円／回

特 徴：体操などを企画し、
誕生月は、お祝い
をしています。福
祉なんでも相談も
おこなっています。

駐 車 場：無



体 操ー5 フレッシュ&スマイル

場 所：ふれあいの森体育室

実施主体：フレッシュ&スマイル

実 施 日：毎週水曜日 9：45～11：15

参加対象：どなたでも

参 加 費：3,000円／年

特 徴：ボール、ゴムバン
ド及びにぎり棒を
使った健康体操を
おこなっています。

駐 車 場：有



サロンー10 サロンみなみ風

場 所：阿久比団地集会所

実施主体：阿久比団地小地域福祉みなみ風

実 施 日：毎月第4土曜日 9：30～11：30

参加対象：どなたでも

参 加 費：100円／回

特 徴：小学生以下無料
です。子供もた
くさん参加し賑
やかなサロン
です。刃物研
ぎ、訪問活動
もおこなって
います。

駐 車 場：無



独 自ー4 めくもりの会サロン(阿久比東)

場 所：板山公民館

実施主体：めくもりの会(阿久比東)

実 施 日：年2回

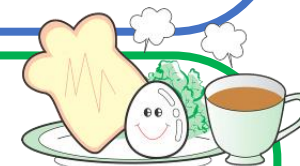
詳しくは、P14の事務局までお問合せください。

参加対象：阿久比東支店管轄内のおおむね60歳以上の方

参 加 費：200円／回(コーヒー、サンドイッチ)

特 徴：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
測定もおこな
っています。

駐 車 場：無



体 操－12 ふれあいパーク'08

場 所：ふれあいの森体育室

実施主体：ふれあいパーク'08

実 施 日：原則毎月第1と第2と第4月曜日（祝祭日休み）
10：00～11：00

参加対象：どなたでも

参 加 費：200 円／回

特 徴：ボールを使って、
楽しく体を動かし
ます。自由に参加
ができます。

駐 車 場：有



体 操－16 板山おとめ会

場 所：板山公民館

実施主体：板山おとめ会

実 施 日：毎月第1と第3火曜日 13：30～15：00

参加対象：板山地区及び福住地区の方

参 加 費：なし

特 徴：いきいきクラブ板
山不老会の中で、
体操の集まりがで
きないかと声が上
がり発足しました。

駐 車 場：有



体 操－15 リフレッシュ東福会

場 所：高根台集会所

実施主体：リフレッシュ東福会

実 施 日：毎月第1と第3金曜日 10：00～11：30

参加対象：高根台地区の方ならどなたでも

参 加 費：1,200 円／年、途中加入の場合 100 円／月

特 徴：高齢者でもできる
全身のストレッチ
を中心に互いの連
帯感を増す体操を
楽しくおこなって
います。

駐 車 場：有



英比学区(西)

独 自-4 めくもりの会ミニテイ
(北原)

場所：白沢区民館 P 14

サロン-9 坂部サロン

場所：城山保育園 P 11

体 操-1 フレンズ・30

場所：オアシスセンター P 11

体 操-6 若竹会

場所：オアシスセンター P 12

体 操-10 いきいき15

場所：中央公民館 P 12



サロン-7 しらさわサロン

場所：白沢区民館 P 11
知多友の会

独 自-2 ミニテイサービス

場所：NPO 法人もやい P 13

認 知-1 認知症カフェ

場所：オアシスセンター P 11

体 操-7 ローズの会

場所：オアシスセンター P 12

体 操-8 サクラ同好会

場所：オアシスセンター P 12

独 自-3 阿久比町シルバー人材センター

場所：オアシスセンター P 13



独 自-4 めくもりの会 (事務局)

場所：あいち知多農業協同組合阿久比事業部
ふれあい業務課 P 14

認知-1 認知症カフェ

場 所：オアシスセンター

実施主体：阿久比町地域包括支援センター

実施日：年2回

詳しくは、P14の阿久比町役場健康介護課まで
お問合せください。

参加対象：認知症の方とその家族

参加費：200円/回

特 徴：毎月開催している認知症介護
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。

駐車場：有



サロン-9 坂部サロン

場 所：城山保育園

実施主体：坂部長寿会

実施日：毎月1回保育園と日程を調整して開催

参加対象：坂部長寿会の会員（会員外でも可）

参加費：無料

特 徴：園児と交流をした
あと、コーヒーを
飲みながら会員同
士の交流を楽しん
でいます。

駐車場：有



サロン-7 しらさわサロン

場 所：白沢区民館、知多友の会

実施主体：白沢福祉の会

実施日：奇数月は第2水曜日、偶数月は第2金曜日
9:30~11:30

参加対象：白沢地区の65歳以上の方

参加費：100円/回

特 徴：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。

駐車場：区民館の場合は有
知多友の会は無



体操-1 フレンズ・30

場 所：オアシスセンター

実施主体：フレンズ・30

実施日：毎週火曜日 13:30~15:00

参加対象：どなたでも

参加費：4,000円/年

特 徴：健康寿命を延ばす、
心身ともにリフレ
ッシュを図る体操
をおこなっていま
す。

駐車場：有



体 操－6 若竹会

場 所：オアシスセンター

実施主体：若竹会

実 施 日：毎週金曜日 10：00～11：30

参加対象：脱メタボに意欲のある方

参 加 費：3,000 円／年

特 徴：体操を通じて健康づくりや気力づくりを図り、会員のやる気の維持を目的におこなっています。

駐 車 場：有



体 操－8 サクラ同好会

場 所：オアシスセンター

実施主体：サクラ同好会

実 施 日：毎週月曜日（月 3 回） 10：00～11：30

参加対象：どなたでも

参 加 費：3,000 円／年

特 徴：保健センターのメタボ教室から始まりました。始まる前、口の体操で元気に発声練習をしています。

駐 車 場：有



体 操－7 ローズの会

場 所：オアシスセンター

実施主体：ローズの会

実 施 日：毎週水曜日 10：30～12：00

原則第 5 水曜日は休み

参加対象：どなたでも

参 加 費：2,000 円／年

特 徴：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おこなっています。

駐 車 場：有



体 操－10 いきいき15

場 所：中央公民館

実施主体：いきいき 15

実 施 日：毎週水曜日 9：50～11：20

参加対象：どなたでも

参 加 費：1,000 円／月

特 徴：ウォームアップ、クールダウン体操を含め、ウォーキングを実施しています。2～3 のコースで季節を楽しみながら皆で歩いています。

駐 車 場：有



独 自-2 ミニデイサービス

場 所：NPO法人もやい

所 在 地：阿久比町大字卯坂字英比 16 番地

実施主体：NPO法人もやい

実 施 日：毎週水曜日と土曜日 10：00～16：00

参加対象：NPO法人もやいの会員

参 加 費：2,000 円／1 回（送迎、昼食、おやつ代含む）
450 円／1 回 シャワー浴（希望者）

特 徴：会員の年齢制限は、ありません。地産の食材を使い、手作りのおいしい食事を皆でいただきます。

午前と午後の 2 回、イベントをたくさん実施しています。

問合せ先：NPO法人もやい

電 話：0569-48-8249

駐 車 場：有



独 自-3 阿久比町シルバー人材センター

場 所：オアシスセンター

所 在 地：阿久比町大字卯坂字丸の内 85 番地

実施主体：公益社団法人阿久比町シルバー人材センター

実 施 日：仕事の受付は、平日 9：00～17：00

入会の説明は、隔週火曜日 10：00～

参加対象：町内にお住いの 60 歳以上の方

会 費：2,000 円／年

特 徴：60 歳以上の 250 名が在籍し、町内各地区のいろいろな分野で活躍しています。

町内のお役に立ちたい方、もう少しお小遣いがあったらいいと思う方、仲間を作りたい方、健康で働く意欲のある方を募集しています。お友達と一緒にの入会也大歓迎です。

会員の定年は、ありません。

また、季節ごとの親睦会、趣味の作品展示もおこなっています。

問合せ先：阿久比町シルバー人材センター

電 話：0569-48-1111（内線 1526）

駐 車 場：有



独 自－4 めくもいの会ミニデイ(北原)

場 所：白沢区民館

実施主体：めくもりの会（北原）

実 施 日：年 2 回

詳しくは、下記の事務局までお問合せください。

参加対象：北原支店管轄内の 65 歳以上の方

参 加 費：500 円／回（昼食・おやつ代）

特 徴：手作りのおいしい
食事をみんなで食
べ、お楽しみ会を
おこなって笑顔で
過ごしています。

駐 車 場：有



独 自－4 めくもいの会(事務局)

場 所：あいち知多農業協同組合阿久比事業部ふれあい業務課

所 在 地：阿久比町大字阿久比字駅前 1 番地 1

実施主体：あいち知多農業協同組合阿久比事業部ふれあい業務課

実 施 日：月曜日～金曜日 8：30～17：00

問合せ先：あいち知多農業協同組合阿久比事業部ふれあい業務課

電 話：0569-48-1121

駐 車 場：有

そ の 他：ここでミニデイ・サロンは、おこなっていません。



独 自－5 町がおこなう介護予防事業

※ 地図上の表記はありません。

場 所：町内各所

実施主体：阿久比町役場健康介護課

実 施 日：広報、回覧等で周知します。

詳しくは、下記の問合せ先へお問合せくだ
さい。

参加対象：町内の 65 歳以上の方

参 加 費：無 料

特 徴：いつまでも住み慣れた地域で生活すること
ができるよう各教室等を通じ、健康づくり
について学びます。

主な教室：元気アップ教室

元気アップ教室（草木編・東部編）

宅老所ボランティア健康講座

宅老所お達者教室

ロコモティブシンドローム予防教室

お化粧の力で介護予防教室

認知症予防教室

（2019 年度の予定）

問合せ先：阿久比町役場健康介護課

電 話：0569-48-1111（内線 1127）

駐 車 場：有

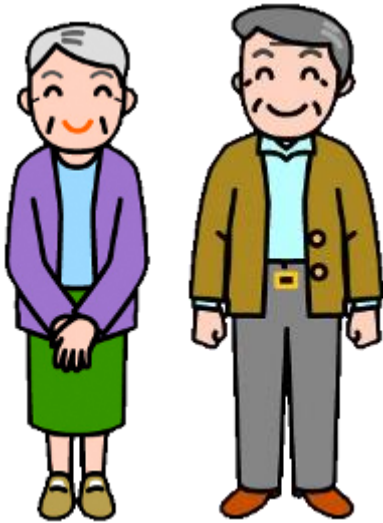


草木学区



宅老所-3 草木宅老所
場所：借 家 P16

独 自－1 草木のサロン
場所：草木老人憩の家 P16



宅老所ー3 草木宅老所（草木学区）

場 所：借 家

実施主体：たんぽぽの会

実 施 日：毎週火曜日と金曜日 10：00～15：00

参加対象：65 歳以上で身のまわりのことが自分でできる方

参 加 費：500 円／回（昼食・おやつ代）

特 徴：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、
トランプなどもお
こなっています。

駐 車 場：有



独 自ー1 草木のサロン

場 所：草木老人憩の家

実施主体：草木のサロン

実 施 日：毎週水曜日 9：30～11：30（コーヒーのみ）

昼食の場合は ～13：00（予約制 18 名まで）

参加対象：草木学区の 65 歳以上の方

参 加 費：100 円／回（コーヒー・おやつ）200 円／回（昼食）

特 徴：高齢者の皆が集える
場所として、体操、
歌、主に一人暮らし
の方に手作りの昼食
を提供しています。

駐 車 場：有



南部学区

体 操-4 さわやか同好会
場所：エスペランス丸山武道場 P20

体 操-4 さわやか同好会
場所：エスペランス丸山武道場 P20

体 操-11 男性健康体操グループ
場所:エスペランス丸山武道場 P20

体 操-11 男性健康体操グループ
場所:エスペランス丸山武道場 P20

サロン-13 矢口サロン “和”
場所：矢口公民館 P19

サロン-13 矢口サロン “和”
場所：矢口公民館 P19

宅老所－４ 南部宅老所
場所：高岡老人憩の家 P18

宅老所－４ 南部宅老所
場所：高岡老人憩の家 P18

独 自－4 **めくもりの会ミニテイ**
(植大)
場所：植公民館 P 21

独 自－4 **めくもりの会ミニテイ**
(植大)
場所：植公民館 P 21

サロンー14 植あいあいサロン
場所：植公民館 P19

サロンー14 植あいあいサロン
場所：植公民館 P19



サロンー11 **サロンへいのみや**
場所：阿久比公会堂 P18

サロンー11 **サロンへいのみや**
場所：阿久比公会堂 P18

体 操-3 ルンルン阿久比
場所：エスペランス丸山武道場 P19

体 操-3 ルンルン阿久比
場所：エスペランス丸山武道場 P19

サロンー12 むくむくサロン
場所：中部公民館 P18

サロンー12 むくむくサロン
場所：中部公民館 P18

独 自－４ めくもりの会
ミニテイ(阿久比)
場所：矢口公民館 P21

独 自－４ めくもりの会
ミニテイ(阿久比)
場所：矢口公民館 P21

体 操-9 **アツスル**
場所：南部小学校体育館 P 20

体 操-9 **アツスル**
場所：南部小学校体育館 P 20

認知-1 認知症カフェ
場所：アピタ阿久比店 2 階
フードコート P18

認知-1 認知症カフェ
場所：アピタ阿久比店 2 階
フードコート P18

サロンー15 **大古根サロン**
場所：大古根公民館 P19

サロンー15 **大古根サロン**
場所：大古根公民館 P19

認知-1 認知症カフェ

場 所：アピタ阿久比店 2 階フードコート

実施主体：阿久比町地域包括支援センター

実 施 日：詳しくは、P14 の阿久比町役場健康介護課まで
お問合せください。

参加対象：認知症の方とその家族

参 加 費：広報、回覧等で周知します。

特 徴：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。

駐 車 場：有



宅老所-4 南部宅老所（南部学区）

場 所：高岡老人憩の家

実施主体：ふれあいの会

実 施 日：毎週火曜日と金曜日 10:00～15:00

参加対象：65 歳以上で身のまわりのことが自分でできる方

参 加 費：500 円／回（昼食・おやつ代）

特 徴：おいしい昼食を皆
で食べて、健康体
操、歌謡ショウ、
紙芝居、ビンゴゲ
ームなどを楽しん
でいます。

駐 車 場：有



サロン-11 サロンへいのみや

場 所：阿久比公会堂

実施主体：へいのみやの会

実 施 日：毎月第 3 日曜日 9:30～11:30

参加対象：阿久比地区の方ならどなたでも

参 加 費：100 円／回

特 徴：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。

駐 車 場：有



サロン-12 むくむくサロン

場 所：中部公民館

実施主体：むくむくサロン運営委員会

実 施 日：毎月第 4 日曜日 9:30～11:00

参加対象：棕岡地区の方ならどなたでも

参 加 費：100 円／回

特 徴：季節に合わせたイベ
ントをおこない、お
しゃべり中心のサロ
ンです。その他、刃
物研ぎは年 2～3 回
おこなっています。

駐 車 場：無



サロンー13 矢口サロン^{なごみ}“和”

場 所：矢口公民館

実施主体：矢口いきいきクラブ

実 施 日：毎月第1月曜日 9：30～11：30

参加対象：どなたでも

参 加 費：100 円／回

特 徴：楽しくお話ができる
顔が見えるサロンです。
毎回メニューが変わります。

駐 車 場：有



サロンー15 大古根サロン

場 所：大古根公民館

実施主体：大古根ふれあい会

実 施 日：奇数月日曜日 1 回 9：00～11：00

参加対象：大古根地区の方ならどなたでも

参 加 費：100 円／回

特 徴：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
イベントもおこなっていま
す。その他、ふれあい訪問
も実施しています。

駐 車 場：有



サロンー14 植あいあいサロン

場 所：植公民館

実施主体：植あいあい会

実 施 日：偶数月第3日曜日 9：30～11：30

参加対象：植地区の60歳以上の方

参 加 費：100 円／回

特 徴：おしゃべりが中心
の楽しいサロンを
おこなっています。
男性の参加者が増
えています。

駐 車 場：有



体 操ー3 ルンルン阿久比

場 所：エスペランス丸山武道場

実施主体：ルンルン阿久比

実 施 日：毎週水曜日 10：30～12：00

参加対象：どなたでも

参 加 費：6,000 円／年

特 徴：和気あいあいとお
しゃべりしながら、
健康維持のために
健康体操をおこな
っています。

駐 車 場：有



体操-4 さわやか同好会

場 所：エスペランス丸山武道場

実施主体：さわやか同好会

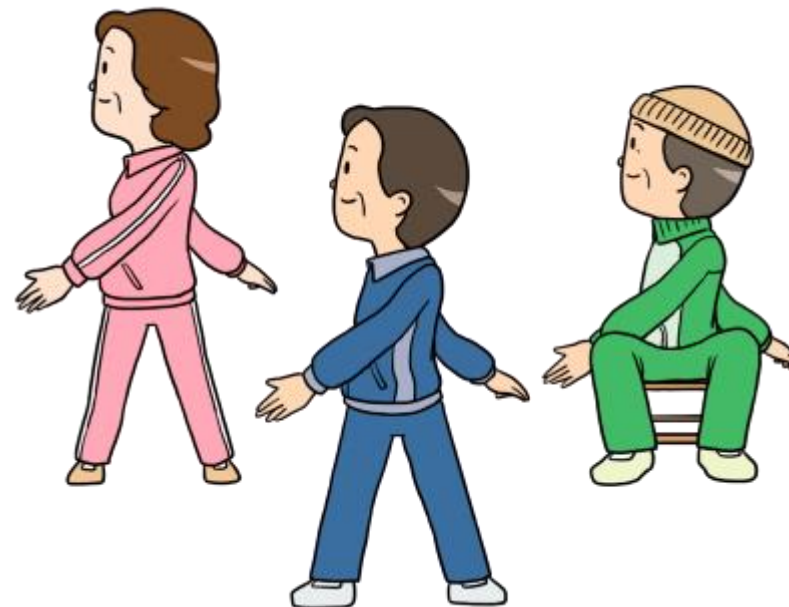
実 施 日：毎週火曜日 13：30～15：00

参加対象：どなたでも

参 加 費：4,000 円／年

特 徴：毎回、皆で楽しく
笑いながら、健康
づくりをおこなっ
ています。

駐 車 場：有



体操-9 アップル

場 所：南部小学校体育館

実施主体：アップル

実 施 日：毎月第2と第3と第4の火曜日 19：30～21：00

参加対象：どなたでも

参 加 費：5,000 円／年

特 徴：音楽に合わせスト
レッチなどで身体
を動かし、有酸素
運動をおこなって
います。

駐 車 場：有



体操-11 男性健康体操グループ

場 所：エスペランス丸山武道場

実施主体：男性健康体操グループ

実 施 日：毎週木曜日 13：30～15：00

参加対象：男性ならどなたでも

参 加 費：1,000 円／月

特 徴：男性のグループで、
健康寿命を延ばす
ことを目的に、体
幹を鍛える体操を
おこなっています。

駐 車 場：有



独 自－4 めくもりの会ミニテイ(阿久比)

場 所：矢口公民館

実施主体：めくもりの会（阿久比）

実 施 日：2回／年

詳しくは、P14の事務局までお問合せください。

参加対象：阿久比支店管轄内の高齢者の方

参 加 費：500円／回

特 徴：地産の食材を使った
手作りの食事とおやつが好評です。
体操、ゲーム、音楽、レクリエーションをしています。

駐 車 場：有



独 自－4 めくもりの会ミニテイ(植大)

場 所：植公民館

実施主体：めくもりの会（植大）

実 施 日：3回／年

詳しくは、P14の事務局までお問合せください。

参加対象：元植大支店管轄内の高齢者の方

参 加 費：1日は500円／回 半日は300円／回

特 徴：ゲームや歌を楽しんだあと、手作りの食事をおいしくいただいています。創作活動や踊りの鑑賞もしています。

駐 車 場：有



《認知症に関する集いの場》

No.	名 称	実施主体	実施場所	対象地域	掲載ページ
1	認知症カフェ	阿久比町地域包括支援センター	オアシスセンター	町内全域	P 11
			アピタ阿久比店 2 階フードコート		P 18

《宅老所一覧表》

No.	名 称	実施主体	実施場所	対象地域	掲載ページ
1	東部宅老所	宮津七草会	宮津公民館	東部学区	P 4
2	福住宅老所	ひまわり会	福住老人憩の家	英比学区	P 7
3	草木宅老所	たんぽぽの会	借 家	草木学区	P 16
4	南部宅老所	ふれあいの会	高岡老人憩の家	南部学区	P 18

《サロン一覧表》

No.	名 称	実施主体	実施場所	対象地域	掲載ページ
1	宮津ふれあいサロン	宮津ふれあいサロン	宮津公民館	町内全域	P 4
2	宮津山田達者会 友愛サロンつどい	宮津山田達者会	宮津山田集会所	宮津山田	P 4
3	宮津団地モーニングサロン	宮津団地ふくしの会	宮津団地老人憩の家	宮津団地	P 5
4	サロン福寿草	福住福寿会	福住老人憩の家	福住	P 7
5	ふれあいサロン	福住園高台友愛クラブ	福住園高台集会所	福住園高台	P 7
6	サロン高根台	高根台自治会「友愛委員会」	高根台集会所	高根台	P 7
7	しらさわサロン	白沢福祉の会	白沢区民館、知多友の会	白沢	P 11
8	白沢台サロン	白沢台サロン実行委員会	白沢台集会所	白沢台	P 8

No.	名 称	実施主体	実施場所	対象地域	掲載ページ
9	坂部サロン	坂部長寿会	城山保育園	坂部	P 11
10	サロンみなみ風	阿久比団地小地域福祉みなみ風	阿久比団地集会所	阿久比団地	P 8
11	サロンへいのみや	へいのみやの会	阿久比公会堂	阿久比	P 18
12	むくむくサロン	むくむくサロン運営委員会	中部公民館	棕岡	P 18
13	矢口サロン “和” (なごみ)	矢口いきいきクラブ	矢口公民館	町内全域	P 19
14	植あいあいサロン	植あいあい会	植公民館	植	P 19
15	大古根サロン	大古根ふれあい会	大古根公民館	大古根	P 19

《健康体操同好会一覧表》

No.	名 称	実施主体	実施場所	参加対象	掲載ページ
1	フレンズ・30	フレンズ・30	オアシスセンター	どなたでも	P 11
2	宮津のびのび	宮津のびのび	宮津公民館	どなたでも	P 5
3	ルンルン阿久比	ルンルン阿久比	エスペランス丸山武道場	どなたでも	P 19
4	さわやか同好会	さわやか同好会	エスペランス丸山武道場	どなたでも	P 20
5	フレッシュ&スマイル	フレッシュ&スマイル	ふれあいの森体育室	どなたでも	P 8
6	若竹会	若竹会	オアシスセンター	どなたでも	P 12
7	ローズの会	ローズの会	オアシスセンター	どなたでも	P 12
8	サクラ同好会	サクラ同好会	オアシスセンター	どなたでも	P 12
9	アップル	アップル	南部小学校体育館	どなたでも	P 20
10	いきいき 15	いきいき 15	中央公民館	どなたでも	P 12
11	男性健康体操グループ	男性健康体操グループ	エスペランス丸山武道場	男性なら どなたでも	P 20
12	ふれあいパーク'08	ふれあいパーク'08	ふれあいの森体育室	どなたでも	P 9

(地区限定)

No.	名 称	実施主体	実施場所	対象地域	掲載ページ
13	頑ばる会	頑ばる会	宮津山田集会所	宮津山田	P 5
14	リフレッシュ東福会	リフレッシュ東福会	高根台集会所	高根台	P 9
15	板山おとめ会	板山おとめ会	板山公民館	板山	P 9

《独自のサロン・ミニデイ・その他》

No.	名 称	実施主体	実施場所	対象地域	掲載ページ
1	草木のサロン	草木のサロン	草木老人憩の家	草木	P 16
2	ミニデイサービス	NPO法人もやい	NPO法人もやい	町内全域	P 13
3	阿久比町シルバー人材センター	公益社団法人阿久比町シルバー人材センター	オアシスセンター	町内全域	P 13
4	ぬくもりの会（事務局）	あいち知多農業協同組合 阿久比事業部ふれあい業務課	あいち知多農業協同 組合阿久比支店	町内全域	P 14
	ぬくもりの会ミニデイ（阿久比東）	ぬくもりの会（阿久比東）	宮津公民館	阿久比東支店管轄内	P 5
	ぬくもりの会サロン（阿久比東）	ぬくもりの会（阿久比東）	板山公民館	阿久比東支店管轄内	P 8
	ぬくもりの会ミニデイ（北原）	ぬくもりの会（北原）	白沢区民館	北原支店管轄内	P 14
	ぬくもりの会ミニデイ（阿久比）	ぬくもりの会（阿久比）	矢口公民館	阿久比支店管轄内	P 21
	ぬくもりの会ミニデイ（植大）	ぬくもりの会（植大）	植公民館	元植大支店管轄内	P 21
5	町がおこなう介護予防事業	阿久比町役場健康介護課	町内各所	町内全域	P 14



《発 行》

阿久比町民生部健康介護課

〒470-2292

阿久比町大字卯坂字殿越 50 番地

電話 0569-48-1111(内線 1125/1126)