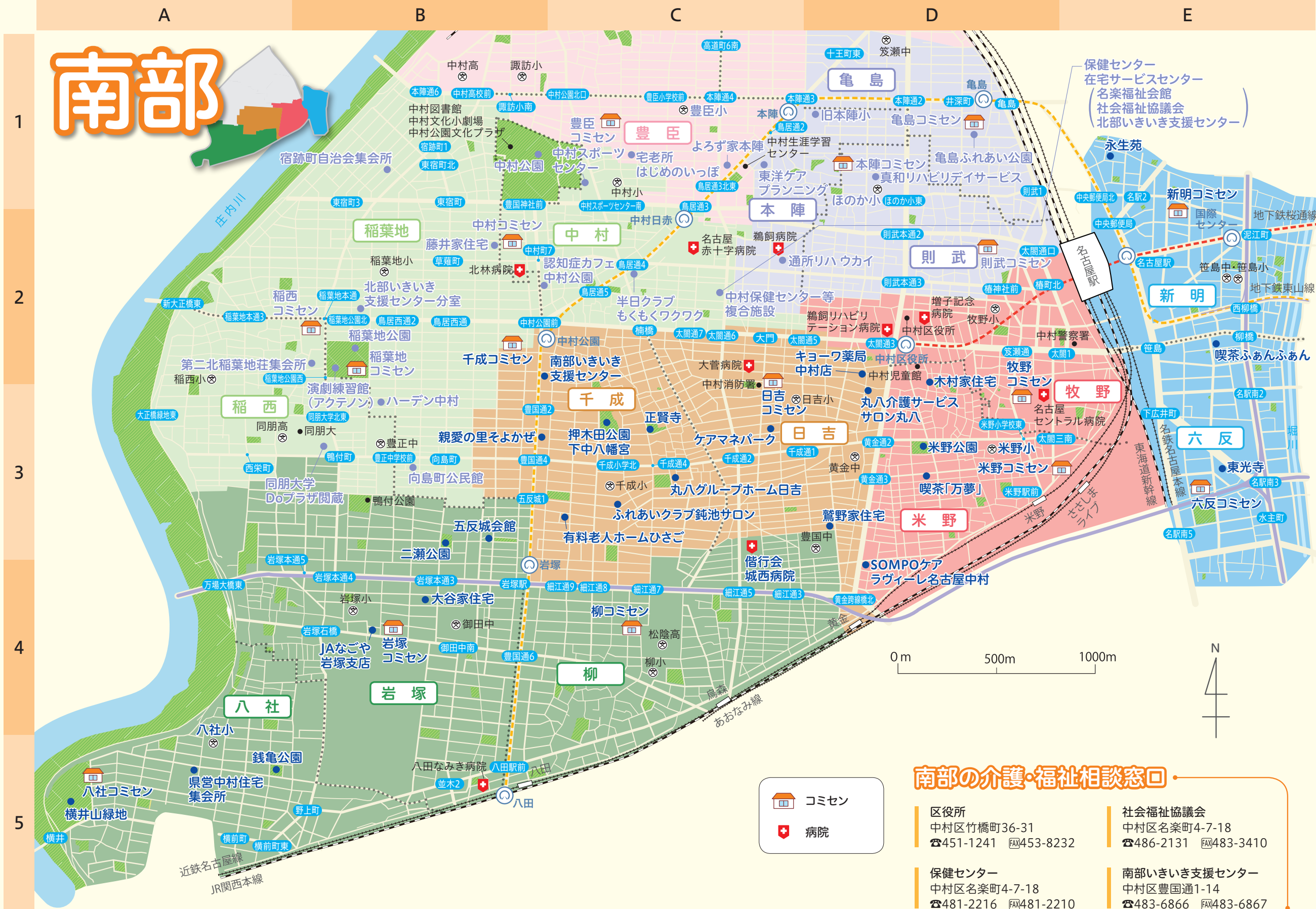




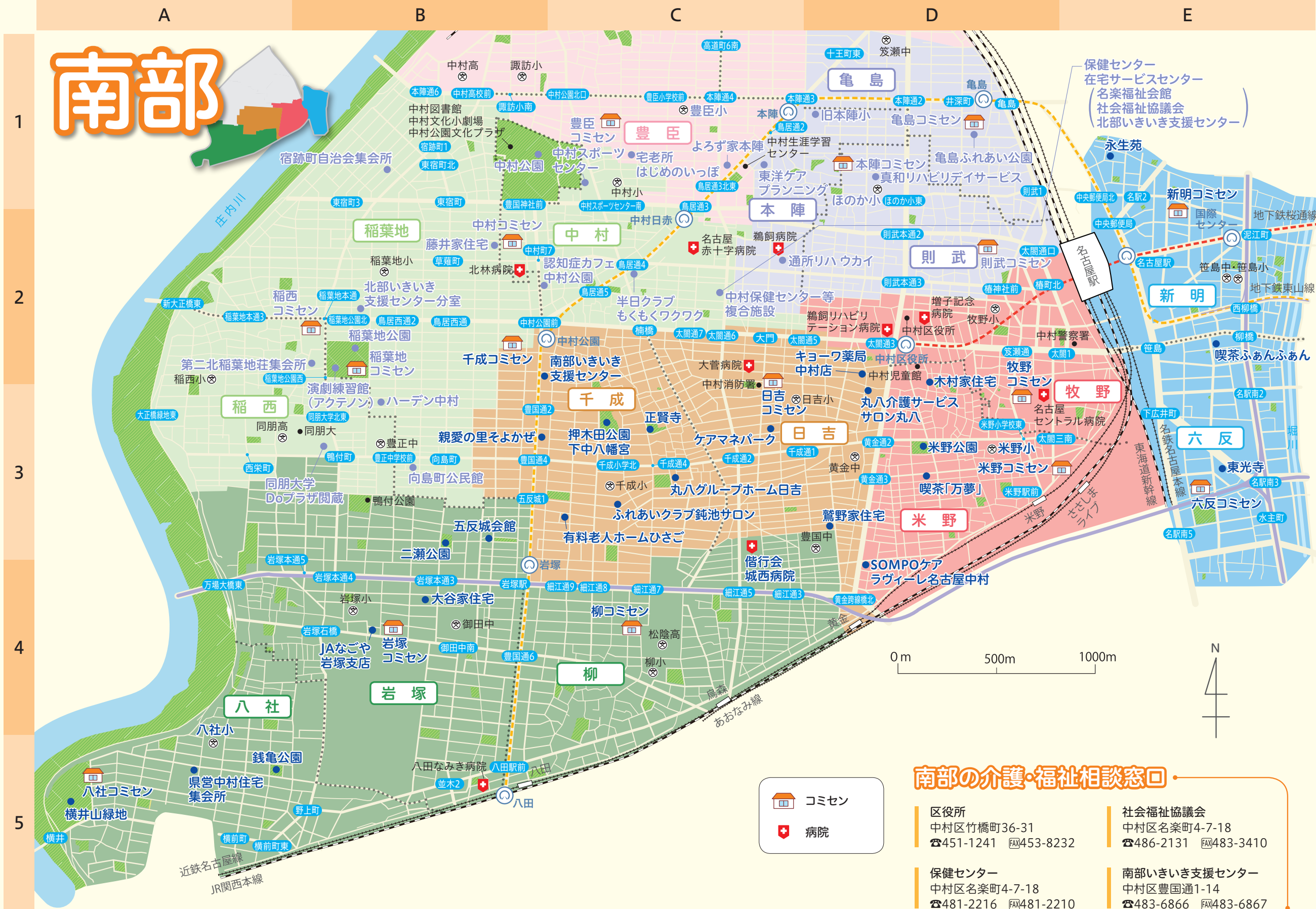
南部の介護・福祉相談窓口

区役所 中村区竹橋町36-31 ☎451-1241 ☎453-8232	社会福祉協議会 中村区名栗町4-7-18 ☎486-2131 ☎483-3410
保健センター 中村区名栗町4-7-18 ☎481-2216 ☎481-2210	南部いきいき支援センター 中村区豊国通1-14 ☎483-6866 ☎483-6867

●ふれあいいきいきサロン ●オレンジカフェ ●スポーツ

御田中学校区 柳 岩塚 八社 ●柳学区には豊国中学校区域が一部含まれています

学区	名称・内容	開始日時・利用料等	場所	地図	連絡先	備考	
柳	🌸柳学区健康のつどい (健康体操・交流会)	日第1木曜 午後1:30 ¥200円/回	柳コミセン	C4	柳コミセン ☎471-0123	学区限定 65歳以上	
	🌸すこやか教室 (体操)	日火・金曜 午前10:00 ¥500円/月、会費200円/年				学区限定 女性会会員	
	🌸ふれあいサロン (手工芸)	日第3木曜 午後2:00 ¥材料費	偕行会城西病院 (北畑町4-1)	C3	城西病院 総合相談窓口 ☎485-3734		
	🍷ほっとカフェじょうさい (交流会)	【常設】 日月～金曜 午前10:00～午後3:00 ¥100円/回					
		【イベント】 日第4木曜 午後2:00 ¥100円/回				事前申込	
岩塚	🌸みなと医療生協 岩塚ちゅーぶ健康サロン (ちゅーぶ体操・交流会)	日第3木曜 午後1:30 ¥200円/回	岩塚コミセン	B4	湯浅 勝 ☎413-2317	岩塚八社 学区	
	🌸岩塚学区健康のつどい (体操・レク)	日年6回第2木曜 午後1:30 ¥100円/回				開催時に 直接現地へどうぞ	学区限定
	🌸岩塚すこやかふれあい会 (健康体操)	日金曜 午前10:00 ¥500円/月	JAなごや岩塚支店 (岩塚町4-36)	B4	水谷 利枝 ☎411-7105	学区優先	
	🌸高齢者いきいきサロン菜の花 (レク・交流会)	日第3月曜 午後1:30 ¥100円/回	大谷家住宅 (岩塚町3-34)	B4	大谷 愛子 ☎414-1557		
	🌸五反城サロン (茶話会・工作・将棋)	日第3火曜 午後1:00～午後3:00 ¥無料	五反城会館 (五反城町4-24-2)	B3	加納 富夫 ☎411-5953 竹村 真一 ☎412-0150	町内限定	
	🌸五反城のつどい (健康体操・ゲーム)	日第3木曜 午後1:15 ¥無料				学区限定	
	🌸なごやかクラブ岩塚 (グラウンド・ゴルフ)	日金曜 午前9:00 (夏季は午前8:45) ¥1,500円/年	二瀬公園	B3	片岡 達彦 ☎411-1438	学区老人 クラブ 会員限定	
八社	🌸このゆびと〜まれ (折り紙・工作・ゲーム)	日第4木曜 午後1:30 ¥100円/回	八社コミセン	A5	開催時に 直接現地へどうぞ	学区限定	
	🌸みなと医療生協 はっしやおーらいサロン (笑いヨガ・ゲーム・茶話会)	日第3または第4火曜 午後1:45 ¥100円/回					
	🌸はっしやのつどい (体操、ギター演奏)	日年10回第2火曜 午後1:30 ¥無料					
	🌸横寿会サロン (レクリエーション、交流会)	日第2金曜 午前9:00 ¥200円/月	県営中村住宅集会所 (八社2-164)		A5	横寿会 ☎090-1724-0723	学区老人 クラブ 会員限定
		日火・木曜 午前9:00 ¥無料	銭亀公園		A5		
	🌸八社グラウンド・ゴルフ同好会 (グラウンド・ゴルフ)	日第2・第4土曜 午前9:00 ¥無料 日第1・第3土曜 午前9:30 ¥無料	八社小学校グラウンド 横井山緑地		A5 A5	加藤 義勝 ☎412-0919	学区限定



南部の介護・福祉相談窓口

区役所 中村区竹橋町36-31 ☎451-1241 ☎453-8232	社会福祉協議会 中村区名栗町4-7-18 ☎486-2131 ☎483-3410
保健センター 中村区名栗町4-7-18 ☎481-2216 ☎481-2210	南部いきいき支援センター 中村区豊国通1-14 ☎483-6866 ☎483-6867

●ふれあいいきいきサロン ●オレンジカフェ ●スポーツ

笹島中学校区 新明 六反

学区	名称・内容	開始日時・利用料等	場所	地図	連絡先	備考
新明	♡健康のつどい (体操・レク)	日年6回水曜 午後 ¥無料	新明コミセン	E2	開催時に 直接現地へどうぞ	学区限定 60歳以上
	♡ぶどうの木の集い (体操・交流・レク)	日第3土曜 午後1:00 ¥300円/回	永生苑 (名駅二丁目39-11)	E1	永生苑 ☎541-3780	事前申込
六反	♡ふれあいサロン六反 (お抹茶会・茶話会)	日第3土曜 午後1:30 ¥200円/回	東光寺 (名駅南三丁目16-26)	E3	福田ともし ☎561-3901	学区限定
	♡ふあんふあんサロン (認知症予防)	日第1土曜 午前10:00 ¥100円/回	喫茶ふあんふあん (名駅南一丁目16-17)	E2	喫茶ふあんふあん 目黒 ☎090-5039-5243	

黄金中学校区 牧野 米野

学区	名称・内容	開始日時・利用料等	場所	地図	連絡先	備考
牧野	♡いきいきサロン輝き (脳活性運動・肩こり・ひざ痛 改善法、姿勢・呼吸法)	日第4水曜 午後1:30 ¥100円/回	牧野コミセン	D3	長谷川 基裕 ☎451-7293	
	♡みなと医療生協名駅支部 ちゅーぶ体操 (ちゅーぶ体操・おしゃべり)	日第2木曜 午前10:00 ¥200円/回			川崎 洋子 ☎451-4085	
	♡わ〜くわ〜くさばサロン (囲碁・将棋・麻雀)	日水曜(第4を除く) 午後1:00 ¥100円/回			牧野コミセン ☎451-0326	世話人代表 伊藤 裕通 吉田 博昭
	♡健康のつどい (健康体操)	日年5回第3金曜 午後1:30 ¥無料				学区限定
米野	♡米野ふれあい趣味のサロン (囲碁・将棋・麻雀)	日土曜 午後1:00 ¥200円/回	米野コミセン	D3	大島 鉦一 ☎090-8959-6263	
	♡コール・アミ (合唱)	日木曜 午前10:00(8/1は休み) ¥2,000円/月			米野コミセン ☎451-2010	
	♡体操の会 (体操、ストレッチ、脳トレ)	日土曜 第1・第3 午前9:00 第2・第4 午前10:00 ¥1,000円/月				
	♡みなと医療生協サロン つむぎ庵 (脳トレ・笑いヨガ・交流会)	日第3土曜 午前10:00 ¥100円/回			木村 美知 ☎452-7589	
	♡おしゃべりカフェ (お茶会・おしゃべり)	日第2金曜 午後2:00 ¥無料			浅野 謙三 ☎451-5726	会員限定
	♡ふらっとカフェ (カラオケ・体操・脳トレ)	日第2土曜 午後1:00 ¥100円/回	SOMPOケア ラヴィーレ名古屋中村 (黄金通6-1)		SOMPOケア ラヴィーレ名古屋中村 ☎453-6541	
米野学区 グラウンド・ゴルフ同好会 (グラウンド・ゴルフ)	日月～金曜(祝日は除く) 午前9:00 ¥無料	米野公園	D3		開催時に 直接現地へどうぞ	

●ふれあいいきいきサロン ●オレンジカフェ ●スポーツ

御田中学校区 柳 岩塚 八社 ●柳学区には豊国中学校区域が一部含まれています

学区	名称・内容	開始日時・利用料等	場所	地図	連絡先	備考	
柳	🌸柳学区健康のつどい (健康体操・交流会)	日第1木曜 午後1:30 ¥200円/回	柳コミセン	C4	柳コミセン ☎471-0123	学区限定 65歳以上	
	🌸すこやか教室 (体操)	日火・金曜 午前10:00 ¥500円/月、会費200円/年				学区限定 女性会員	
	🌸ふれあいサロン (手工芸)	日第3木曜 午後2:00 ¥材料費	偕行会城西病院 (北畑町4-1)	C3	城西病院 総合相談窓口 ☎485-3734		
	🍷ほっとカフェじょうさい (交流会)	【常設】 日月～金曜 午前10:00～午後3:00 ¥100円/回					
		【イベント】 日第4木曜 午後2:00 ¥100円/回				事前申込	
岩塚	🌸みなと医療生協 岩塚ちゅーぶ健康サロン (ちゅーぶ体操・交流会)	日第3木曜 午後1:30 ¥200円/回	岩塚コミセン	B4	湯浅 勝 ☎413-2317	岩塚八社 学区	
	🌸岩塚学区健康のつどい (体操・レク)	日年6回第2木曜 午後1:30 ¥100円/回				開催時に 直接現地へどうぞ	学区限定
	🌸岩塚すこやかふれあい会 (健康体操)	日金曜 午前10:00 ¥500円/月	JAなごや岩塚支店 (岩塚町4-36)	B4	水谷 利枝 ☎411-7105	学区優先	
	🌸高齢者いきいきサロン菜の花 (レク・交流会)	日第3月曜 午後1:30 ¥100円/回	大谷家住宅 (岩塚町3-34)	B4	大谷 愛子 ☎414-1557		
	🌸五反城サロン (茶話会・工作・将棋)	日第3火曜 午後1:00～午後3:00 ¥無料	五反城会館 (五反城町4-24-2)	B3	加納 富夫 ☎411-5953 竹村 真一 ☎412-0150	町内限定	
	🌸五反城のつどい (健康体操・ゲーム)	日第3木曜 午後1:15 ¥無料				学区限定	
	🌸なごやかクラブ岩塚 (グラウンド・ゴルフ)	日金曜 午前9:00 (夏季は午前8:45) ¥1,500円/年	二瀬公園	B3	片岡 達彦 ☎411-1438	学区老人 クラブ 会員限定	
八社	🌸このゆびと〜まれ (折り紙・工作・ゲーム)	日第4木曜 午後1:30 ¥100円/回	八社コミセン	A5	開催時に 直接現地へどうぞ	学区限定	
	🌸みなと医療生協 はっしやおーらいサロン (笑いヨガ・ゲーム・茶話会)	日第3または第4火曜 午後1:45 ¥100円/回					
	🌸はっしやのつどい (体操、ギター演奏)	日年10回第2火曜 午後1:30 ¥無料					
	🌸横寿会サロン (レクリエーション、交流会)	日第2金曜 午前9:00 ¥200円/月	県営中村住宅集会所 (八社2-164)		A5	横寿会 ☎090-1724-0723	学区老人 クラブ 会員限定
		日火・木曜 午前9:00 ¥無料	銭亀公園		A5		
	🌸八社グラウンド・ゴルフ同好会 (グラウンド・ゴルフ)	日第2・第4土曜 午前9:00 ¥無料 日第1・第3土曜 午前9:30 ¥無料	八社小学校グラウンド 横井山緑地		A5 A5	加藤 義勝 ☎412-0919	学区限定

●ふれあいいきいきサロン ●オレンジカフェ ●スポーツ

豊国中学校区 日吉 千成

学区	名称・内容	開始日時・利用料等	場所	地図	連絡先	備考	
日吉	🌸日吉交流サロン (交流会・レクリエーション・歌)	日第3日曜 午後0:15～1:15 ¥無料	日吉コミセン	C2	日吉学区推進協 岩田 信行 ☎090-4267-1129		
	🌸ふくの会 (カラオケ・仲間づくり)	日金曜 午後1:30～4:30 ¥500円/回			寺澤 薫子 ☎471-8306		
	🌸健康のつどい (健康体操)	日第3金曜 午後1:30 ¥300円/回			日吉学区老く連合 体育委員 ☎471-6088	学区限定	
	🌸友愛サロン (レク・合唱・茶話会)	日年6回第1木曜 午後2:00 ¥200円/回	偕行会城西病院 (北畑町4-1)		京寿会 (京田町老人クラブ) ☎481-7777	近隣老人 クラブ 会員限定	
	🌸サロン仲良しクラブ (カラオケ・健康レク・茶話会)	日第2・第4水曜 午後1:30 ¥300円/回	鷺野家住宅 (京田町1-37)		京寿会 (京田町老人クラブ) ☎481-7777	町内及び 近隣老人 クラブ限定	
	🌸はがらから・ふれあいサロン (レクリエーション・茶話会)	日第2木曜 午前10:30 ¥100円/回	丸八介護サービス サロン丸八 (二ツ橋町1-5-2)		杉本 信子 ☎481-1912		
	🌸サロン丸八 (交流会・体操・ちぎり絵)	日第1・第3水曜 午前10:00 ¥200円/回			丸八介護サービス ☎481-1917	事前申込	
	🌸サロン丸八 (交流会)	日第2・第4水曜 午後1:30 ¥200円/回			サロン丸八 ☎481-1917		
	🌸カフェでGO (交流会)	日月～金曜 午前9:00～午後5:00 ¥150円/回	ケアマネパーク (城主町5-2)		C3	ケアマネパーク ☎462-8301	
	🌸キョーワオレンジカフェ (交流会)	日2か月に1回 午後2:00～4:00 ¥無料	キョーワ薬局中村店 (西米野町1-94-2)		D2	キョーワ薬局中村店 ☎462-9851	
千成	🌸健康ヨガサロン (ヨガ・交流会)	日木曜 午後6:00～8:00 ¥1,000円/月	千成コミセン	B2	小出 久美子 ☎411-4606		
	🌸歌声カフェ (ピアノ伴奏による合唱)	日不定期土曜 午後1:30 ¥200円/回	親愛の里そよがぜ (豊国通3-10)	B3	親愛の里そよがぜ ☎462-9300		
	🌸ふれあいクラブ鈍池サロン (体操、手芸、交流会)	日第2水曜 午前10:00 ¥100円/回	ふれあいクラブ鈍池サロン (鈍池町3-1)	C3	田代 吉洋 ☎471-8860	学区限定	
	🌸横メロ合唱サロンコスモス (合唱・体操)	日第1火曜 午後2:00 ¥100円/回	正賢寺 (下中村町1-63)	C3	木村 京子 ☎461-8577		
	🌸友愛サロン本町 (茶話会・手工芸・体操)	日第3火曜 午後1:30 ¥100円/回	下中八幡宮社務所 (押木田町1-1)	C3	落合 猛 ☎471-7170	学区老人 クラブ 会員限定	
	🌸ひだまりカフェ (音楽療法・交流会)	日第3火曜 午後1:00 ¥無料	丸八グループホーム日吉 (日ノ宮町1-61-1、2階)	C3	丸八グループホーム日吉 ☎485-3855		
	🌸ひょうたん村 もふもふカフェ (交流会)	日第1または第2日曜 午前10:00～12:00 ¥100円/回	有料老人ホームひさご1階 (鈍池町3-35)	C3	有料老人ホームひさご ☎486-1100		
	🌸千成シニアグラウンド・ ゴルフ愛好会 (グラウンド・ゴルフ)	日・月・水・金曜(祝日は除く) 午前8:30 ¥1,500円/年	押木田公園	C3	森田 新一 ☎461-8492	会員限定	

中村区

おでかけ健康マップ

仲間と癒しの
ひとときを
過ごしませんか？



水彩画塗り絵

このマップは、地域のみなさんが運営するふれあい・いきいきサロン、健康のつどい、オレンジカフェ、老人クラブ活動などの、ご近所の憩いの場をお知らせするものです。
活動内容や参加条件を見て、お友だちづくりくらいの気分で、気軽に尝试してみましょう。

ポッチャで
楽しく♪



ポッチャ

【ふれあい・いきいきサロン】

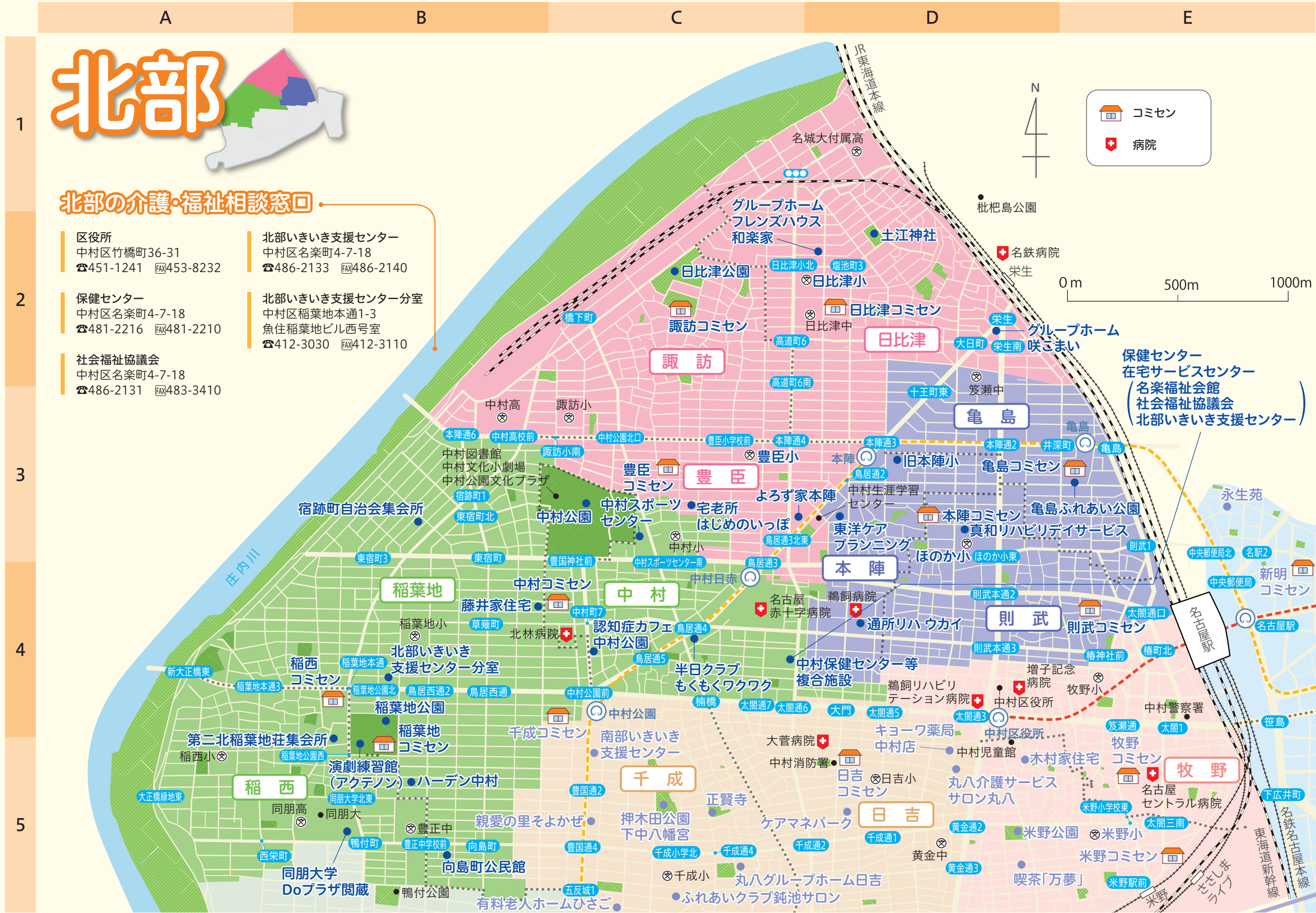
地域の方が自主的に企画・運営される憩いの場で、どなたでも参加できます。定期的開催される所として、区社協が把握しているものを表示しています。

【オレンジカフェ】

市内で認知症カフェとして登録された集いの場です。認知症の方や家族の方、地域の方が、本人同士や家族同士で、専門職と気軽に話しかけるよう、運営されています。中村区では、愛称をオレンジカフェとしています。



グラウンド・ゴルフ



豊正中学校区

稲葉地 稲西 中村

学区	名称・内容	開始日時・利用料等	場所	地図	連絡先	備考
稲葉地	🍷アイリスクラブ (体操・レク)	日第3月曜 午後1:30 ¥200円/回	稲葉地コミセン	B5	西山 益代 ☎411-7128	学区限定
	🍷健康のつどい (体操・レク等)	日偶数月第3金曜 午後 ¥無料			稲葉地コミセン ☎411-1001	
	🍷ひまわり健康サロン (体操・茶話会)	日火曜 午後1:30 ¥300円/月	アクテノン または稲葉地コミセン	B5	開催時に 直接現地へどうぞ	町内限定 60歳以上
	🍷ポピーチューブ体操サロン (体操・交流会)	日第2水曜 午前9:30 ¥100円/回	アクテノン	B5	小出 久美子 ☎411-4606	
	🍷むつみ会 (体操・交流)	日木曜 午前10:00 ¥1,500円/3か月	向島町公民館 (向島町4-17-1)	B5	開催時に 直接現地へどうぞ	学区老人 クラブ 会員限定
	🍷みなと医療生協サロンくさなぎ (交流会・手遊び・体操)	日第1土曜 午前10:00 ¥100円/回	藤井家住宅 (草薙町1-69)	B4	藤井 茂 ☎413-3260	
	🍷ふれあいサロン・宿跡 (交流会・茶話会)	日第2木曜 午前10:00 第4火曜 午前10:00 ¥200円/回	宿跡町自治会集会所 (宿跡町2-75-6)	B3	吉本 稔 ☎080-3688-1954	
	🍷グリーンハートカフェ (交流会)	日第3木曜 午後1:00 ¥無料	ハーデン中村 (長茂町7-41)	B5	森岡 めぐみ ☎485-7227	
	🍷稲葉地グラウンド・ゴルフ 愛好会 (グラウンド・ゴルフ)	日火・木・金曜 午前8:30 ¥3,000円/年	稲葉地公園内 小グラウンド	B4	野村 俊二 ☎411-0417	
	🍷サロン・いなにし (歌・体操・おしゃべり)	日第3水曜 午前10:00 ¥200円/回	稲西コミセン	B4	飯田 陽子 ☎412-3670	
稲西	🍷サロン折り紙 (手芸・ゲーム・交流会)	日第1・第3水曜 午後0:30 ¥200円/回	同朋大学 Doプラザ閣蔵 (稲葉地町7-1)	B5	黒宮 としゑ ☎411-7969	
	🍷すみれ会 (体操)	日木曜 午前10:00(第5日は休み) ¥300円/月	第二北稲葉地荘集会所 (稲葉地町2-35)	B5	開催時に 直接現地へどうぞ	
	🍷楽生カフェ (レクリエーション・音楽療法)	日第2土曜 午前10:30～12:00 ¥200円/回	名古屋音楽大学 または同朋大学 (稲葉地町7-1)	B5	中村区北部いきいき 支援センター ☎486-2133	



中村

ふれあいいきいきサロン オレンジカフェ スポーツ

学区	名称・内容	開始日時・利用料等	場所	地図	連絡先	備考
中村	🍷なまなも (体操・筋トレ)	日第2火曜 午前10:00 ¥100円/回			社会福祉協議会 ☎486-2131	学区限定
	🍷編み物カフェ (編み物・交流会)	日不定期月1回 午後1:30 ¥50円/月			開催時に 直接現地へどうぞ	
	🍷はつづ道場 (健康体操・交流会)	日第3火曜 午前10:00 ¥200円/回			開催時に 直接現地へどうぞ	学区老人 クラブ 会員限定
	🍷手づくりサロン (手芸・イベント・交流会)	日第2木曜 午後1:30 ¥100円/回、材料費別			開催時に 直接現地へどうぞ	
	🍷いどばたランチサロン &茶話会 (一品料理・茶話会)	日第3または第4水曜 午前11:00 ¥100円～300円/回	在宅サービスセンター (名楽町4-7-18、 中村保健センター等 複合施設)	C4	石川 修 ☎411-2655	
	🍷万年青会 (塗り絵・ゲーム)	日第4月曜 午後1:30 ¥100円/回			石原 美江 ☎090-3851-0201	
	🍷カトレアサロン (大人の塗り絵・交流会)	日第1火曜 午前10:00 第2火曜 午後1:00 ¥500円/回			花田 稔 ☎412-1575	
	🍷男の料理同好会 (調理、材料の買出し、 後片付)	日第3火曜 午前10:00 ¥2,000円/3月			飯田 たず子 ☎451-6806	
	🍷ゆめの貯筋体操 なでしこ倶楽部 (チューブ体操)	日第1・第3水曜 午前9:30 ¥2,000円/2月			開催時に 直接現地へどうぞ	
	🍷わいわいポッチャ (ポッチャ)	日第1木曜 午前10:00 ¥無料			名楽福祉会館 (名楽町4-7-18、 中村保健センター等 複合施設内)	
中村	🍷脳トレプリントサロン (脳トレ・交流会)	日第1・第3月曜 午前10:30 ¥無料			名楽福祉会館 (名楽町4-7-18、 中村保健センター等 複合施設内)	
	🍷折り紙サロン (折り紙・交流会)	日第2木曜 午後1:30 ¥無料			名楽福祉会館 (名楽町4-7-18、 中村保健センター等 複合施設内)	
	🍷脳カラリ☆サロン (コグニサイズ・回想法)	日不定期月1回 午後1:30 ¥無料			名楽福祉会館 (名楽町4-7-18、 中村保健センター等 複合施設内)	
	🍷もくわく咖啡店 (交流会)	日月～土曜 午前9:00～午後4:30 ¥230円/回	半日クラブもくわくワック (鳥居通4-16、 第2鳥居ビル1A)	C4	半日クラブもくわくワック ☎485-9806	
	🍷認知症カフェ中村公園 (交流会)	日月～金曜 午前9:30～午後3:00 ¥100円/回	認知症カフェ中村公園 (中村町8-56)	C4	認知症カフェ中村公園 ☎526-0141	
	🍷かいごカフェ優風 (交流会)	日第1水曜 午前10:00～12:00 ¥無料	中村コミセン (中村町7-84-2)	C4	かいごカフェ優風 ☎080-4967-8666	

日比津中学校区						
日比津 諏訪 豊臣						
学区	名称・内容	開始日時・利用料等	場所	地図	連絡先	備考
日比津	🍷いっぷくしません会 (小物作成・イベント・交流会)	日第4日曜 午後1:30 ¥100円/回	日比津コミセン	D2	太田 瞳 ☎090-3445-0233	
	🍷たまり場あつまれ会 (茶話会・レク・交流会)	日第4水曜 午前10:00 ¥200円/回			開催時に 直接現地へどうぞ	
	🍷十王町1・2丁目茶話会 (合唱・交流会・茶話会)	日不定期日曜 午前9:30 ¥無料			山田 則男 ☎481-2593	町内限定
	🍷日比津体操クラブ (体操)	日月曜 午前10:00 ¥3,000円/6か月			開催時に 直接現地へどうぞ	学区限定
	🍷日比津サロン (交流会)	日不定期月1回 午前10:00 ¥無料			天野 直明 ☎481-9289	学区限定
	🍷塩池サロン (工作、手芸、レク)	日第3水曜 午前9:00 ¥100円/回、材料費別	土江神社社務所 (塩池町2-6)	D2	箕浦 喜代子 ☎481-9768	
	🍷七代会 (工作、手芸、レク)	日毎月7日 午後1:00 ¥100円/回、材料費別				
	🍷咲こまカフェ (イベント・茶話会)	日第4土曜 午後1:00 ¥100円/回	グループホーム咲こま (佐古前町1-26)	D2	グループホーム咲こま ☎481-3501	
	🍷オレンジカフェ和楽家 (イベント・交流会)	日月1回 午後2:00 ¥100円/回	グループホーム和楽家 (猪之越町1-5-28)	D2	竹山 加代子 ☎462-1258	事前申込
	🍷シニアグラウンド・ゴルフクラブ (グラウンド・ゴルフ)	日火・金曜 午前8:30 ¥600円/月 日第2・4日曜 午前8:30 ¥600円/月	日比津公園内 日比津グラウンド 日比津小学校グラウンド	C2 D2	天野 直明 ☎481-9289	学区老人 クラブ 会員限定
諏訪	🍷ふれあい健康サロン (テレビ体操・交流会)	日土曜 午前9:30 ¥無料	諏訪コミセン	C2	小出 康夫 ☎481-0813	学区限定
	🍷諏訪健康教室 (ストレッチ体操・交流会)	日第1・第3水曜 午後1:30 ¥300円/月			開催時に 直接現地へどうぞ	学区限定
豊臣	🍷高齢者いきいきサロンすずらん (ポッチャ・体操)	日第2水曜 午後1:30 ¥50円/回	豊臣コミセン	C3	富田 友子 ☎461-5883	
	🍷よろずCaféぎやらりーえじ (交流会)	日月～金曜・第3日曜 午前10:00～午後3:00 ¥200円/回	小規模多機能ホーム よろず家本陣 (鳥居通3-43)	C3	よろず家本陣 ☎471-9133	
	🍷おしゃべりサロン (手芸等)	日不定期月1回 ¥材料費	宅老所はじめのいっば (藤江町3-41-1)	C3	宅老所はじめのいっば ☎461-1271	
	🍷豊寿会グラウンド・ゴルフの会 (グラウンド・ゴルフ)	日土・日曜 午前中 ¥2,000円/年	豊臣小学校グラウンド	C3	近藤 一道 ☎481-2607	学区老人 クラブ 会員限定
	🍷豊寿会ベタンの会 (ベタンク)	日水曜 午前中 ¥2,000円/年	中村公園(西園)	B3	日比野 延子 ☎471-6049	

※ベタンク…フランスで考案されたゲームで、目標の小さい球に金属球を投げて、目標の小さい球に近い方を勝ちとする競技です。

笈瀬中学校区

本陣 則武 亀島

学区	名称・内容	開始日時・利用料等	場所	地図	連絡先	備考
本陣	🍷さわやか体操サロン (体操・交流会)	日第2・第4水曜 午前10:00 ¥100円/回	本陣コミセン	D3	安達 佐知子 ☎481-7006	
	🍷カフェ・デ・フルール (交流会)	日第3日曜 午後1:00～午後5:00 ¥200円/回	東洋ケアプランニング (大秋町2-35)	D3	山本 秀雄 ☎461-4555	
	🍷Yukai Cafe ザン (交流会)	日土曜 午前9:30～11:30 ¥100円/回	通所リハウカイ1階 (寿町6-1)	D4	通所リハウカイ ☎461-9195	
	🍷本陣グラウンド・ゴルフ愛好会 (グラウンド・ゴルフ)	日水・金曜 午前9:00 ¥1,200円/年	中村公園(西園)	B3	開催時に 直接現地へどうぞ	学区限定
	🍷ゴールドサロン (工作・体操)	日第3金曜 午前9:30 ¥100円/月	則武コミセン	E4	安井 文子 ☎452-2311	学区限定
則武	🍷則武老連 グラウンドゴルフクラブ (グラウンド・ゴルフ)	日火・木曜 午前8:30 ¥1,000円/年	亀島ふれあい公園	E3	則武学区老人クラブ 横山 ☎451-0160	学区老人 クラブ 会員限定
	🍷則武老連クロリティクラブ (クロリティ・輪投げ)	日第2・第4金曜 午前9:30 ¥無料	則武コミセン	E4	安井 文子 ☎452-2311	学区限定
	🍷真和ピンコロ体操喫茶 (体操・交流会)	日第2木曜 午後1:30 ¥300円/回	S-SPACE (松原町4-28-3)	D3	真和リハビリ デイサービス ☎485-4651	
亀島	🍷サロン・ド・かめ (クラフト・体操・交流会)	日最終土曜 午後1:30 ¥200円/回	亀島コミセン	E3	亀島コミセン ☎870-7209	
	🍷亀島II火曜体操クラブ (体操)	日火曜 午後1:30(第5日は休) ¥1,500円/3か月				
	🍷喫茶やととかめ (交流)	日水曜 午前9:30 ¥100円/回			大野 勝正 ☎090-9890-2446	
	🍷みなと医療生協ほのか ちゅーぷ体操サロン (体操・交流会)	日第2金曜 午前10:00 ¥200円/回	まちのリビング なないろ (亀島コミセン西側)	E3	余語 汎子 ☎471-4820	
	🍷亀島クラブ (グラウンド・ゴルフ)	日月・水・金曜 午前8:30 ¥無料	亀島ふれあい公園	E3	長谷川 明 ☎080-1603-5895	学区老人 クラブ 会員限定

●編集・発行

発行者 中村区地域包括ケア推進会議 生活支援・介護予防部会
中村区役所 中村保健センター 中村区社会福祉協議会 中村区北部・南部いきいき支援センター

発行 令和3年4月

※掲載されている情報は、令和3年4月の情報をもとにまとめています。その後内容が変わることがありますのでご了承ください。
また、新型コロナウイルス感染症の影響により、休止・変更の場合がありますので、連絡先へお問い合わせください。