

通いの場

※掲載は、市に登録のある通いの場です。

精義地区宅老所 精和クラブ		東部
活動拠点	精和クラブ 寿町3-28	
活動内容	講話、音楽療法、いきいき体操、字手紙教室、 ゆっくり呼吸法、手芸教室、法話	
開催頻度	週1回 月曜日9時00分～16時00分	
備考		

サロン諸戸		東部
活動拠点	サロン諸戸 (旧諸戸アイサン住拓事務所) 大字桑名663-4	
活動内容	いきいき体操、お茶、おしゃべりなど	
開催頻度	週6回 月曜日から土曜日9時00分～18時00分	
備考		

東部太極拳		東部
活動拠点	桑名市総合福祉会館 常盤町51	
活動内容	太極拳・八段錦	
開催頻度	月1回 第3土曜日10時00分～11時30分	
備考		

朋		東部
活動拠点	福栄寺 大字福島342	
活動内容	体操、レクリエーション、介護予防健康増進講座、 笑いヨガ、脳トレゲーム、茶話会	
開催頻度	月1回 28日13時30分～15時00分 ※7月、8月、12月、1月、2月は休会	
備考		

夢かふえ		東部
活動拠点	Dream Station (ドリームステーション) 福島町75-1	
活動内容	茶話会、体操、工作など	
開催頻度	月1回 第3木曜日10時00分～12時00分	
備考		

サロン「このゆびと～まれ」		東部
活動拠点	グランドメゾン桑名 集会室 中央町5-38 グランドメゾン桑名荻番館2階	
活動内容	茶話会、手作り、いきいき体操、ぬり絵、ゲーム、 カラオケ、映画鑑賞等	
開催頻度	月3回 第1,3,4木曜日13時30分～16時00分	
備考		

東部健康吹き矢		東部
活動拠点	桑名市総合福祉会館 常盤町51	
活動内容	健康吹き矢	
開催頻度	週1回 木曜日9時00分～12時00分	
備考		

地蔵元気クラブ		東部
活動拠点	地蔵集会所 地蔵234-2	
活動内容	いきいき体操、茶話会	
開催頻度	月2回 第2,4土曜日13時30分～16時00分	
備考		

元ッター		東部
活動拠点	元ッター 開勢町79	
活動内容	体操、茶話会	
開催頻度	月1回 第4金曜日14時00分～15時30分 ※8月休み	
備考		

なでしこ		東部
活動拠点	天神ヶ丘健康公園 天神ヶ丘	
活動内容	体操、歌、レクリエーション	
開催頻度	月1回 第2金曜日曜日10時00分～11時30分	
備考		

さくら		西部
活動拠点	宅老所「さくら」 蓮花寺168-1	
活動内容	音楽療法、歌、体操、談笑ほか	
開催頻度	月4回 火曜日10時00分～15時00分	
備考		

額田いきいきサロン		西部
活動拠点	額田神社参集殿 (集会所) 大字額田字前川原 108-2	
活動内容	健康体操、茶話会	
開催頻度	月1回 第3木曜日9時30分～11時00分	
備考		

額田なかよしクラブ		西部
活動拠点	額田神社参集殿 (集会所) 大字額田字前川原 108-2	
活動内容	茶話会など	
開催頻度	月1回 第1木曜日9時30分～11時00分	
備考		

あかりの森		西部
活動拠点	森忠集会所 大字森忠791 (神明神社内)	
活動内容	茶話会、手芸、ボランティアによるマジック・落語等	
開催頻度	月1回 最終月曜日10時00分～12時00分	
備考		

茶の華会		西部
活動拠点	赤尾台連合自治会集会所 赤尾台一丁目23-1	
活動内容	茶話会、手話、体操、童謡、囲碁、将棋、 手芸(布や紙(和紙))での作品	
開催頻度	月2回 不定期 9時00分～13時00分 夏季と冬季で開催時間が異なる	
備考		

サロン蓮花寺		西部
活動拠点	在良まちづくり拠点施設 大字蓮花寺263-1	
活動内容	茶話会、軽い体操、脳トレ	
開催頻度	月1回 第3月曜日 10時00分～11時30分	
備考		

稗田シルバーいきいきサロン		西部
活動拠点	稗田薬師堂 大字稗田725	
活動内容	いきいき体操、茶話会、その他	
開催頻度	月1回 第3月曜日10時00分～11時30分	
備考		

七和のつどい		西部
活動拠点	七和まちづくり拠点施設 大字芳ヶ崎1365-1	
活動内容	桑名いきいき体操	
開催頻度	月2回 曜日の固定なし 9時30分～10時30分	
備考		

和みの会		西部
活動拠点	嘉例川集会所 大字嘉例川40-2	
活動内容	自彊術、いきいき体操	
開催頻度	月1回 第3火曜日 9時30分～11時30分	
備考		

サロン西別所		西部
活動拠点	八幡社参集殿 西別所1371	
活動内容	いきいき体操、体力測定、 健康・介護についてのお話し	
開催頻度	月1回 第4金曜日9時30分～11時00分	
備考		

サロン睦美		西部
活動拠点	サロン睦美 芳ヶ崎1110-2	
活動内容	手芸等（お手玉づくり、手芸品、絵手紙）、講演、 マジック、工作等	
開催頻度	月2回 第1,3水曜日10時00分～15時00分	
備考		

坂井 結の会		西部
活動拠点	坂井集会所 大字坂井636	
活動内容	いきいき体操	
開催頻度	週1回 月曜日9時00分～9時30分	
備考		

桑部健康クラブ		西部
活動拠点	桑部まちづくり拠点施設 桑部830-23	
活動内容	いきいき体操 いきいきクラブ体操	
開催頻度	週1回 木曜日9時00分～11時00分	
備考		

サロンなごみ		西部
活動拠点	フィールドストーン 蓮花寺1棟101	蓮花寺3-1
活動内容	高齢者つどい、体操	
開催頻度	週1回 第2木曜日10時00分～12時00分	
備考		

東正和台連合自治会 正和台集会所通いの場		西部
活動拠点	正和台集会所 東正和台一丁目11-1	
活動内容	地域住民の交流と健康増進	
開催頻度	月1回 第4月曜日10時00分～11時00分	
備考		

グリーンハウス友		西部
活動拠点	グリーンハウス友 友村510	
活動内容	食事会、茶話会、いきいき体操、カラオケ、 かんたんヨガ、手芸	
開催頻度	毎週 土曜日6時45分～8時10分 茶話会 毎月 第2木曜日10時～15時 サロンの友 第1、3水曜日13時～17時 パソコン教室 第2、4水曜日10時～15時 クラフト教室 第3木曜日10時～15時 手芸教室	
備考		

希望ヶ丘いきいきサロン		西部
活動拠点	希望ヶ丘センター 大字西別所1200-369	
活動内容	転倒防止体操、認知症音楽療法、健康づくり講話など	
開催頻度	月1回 第3木曜日14時00分～15時00分	
備考		

小貝須浜ふれあいサロン		南部
活動拠点	小貝須浜集会所 大字小貝須976-3	
活動内容	シニアヨガ、ボールを使った体操、茶話会	
開催頻度	月1回 木曜日13時30分～15時30分	
備考		

益々元気体操の会		南部
活動拠点	益世小学校敷地内さんさん 益生59	
活動内容	高齢者のためのイスラム体操（ペットボトル）、桑名いきいき体操、歌を歌って声を出す	
開催頻度	週1回 水曜日10時00分～11時30分	
備考		

太平町サロン		南部
活動拠点	太平町集会所 太平町52-3	
活動内容	会話とラジオ体操	
開催頻度	月1回 第2金曜日13時30分～15時00分	
備考		

リフレッシュ体操の会		南部
活動拠点	城南まちづくり拠点施設 和泉667	
活動内容	体操（主にペットボトル体操・桑名いきいき体操）	
開催頻度	週1回（月4回） 水曜日10時00分～11時00分	
備考		

小貝須柳原いきいきCafé		南部
活動拠点	小貝須柳原3丁目集会所 小貝須三丁目	
活動内容	いきいき体操、茶話会、レクリエーションなど	
開催頻度	週1回 木曜日10時00分～12時00分	
備考		

日進福寿会		南部
活動拠点	法盛寺 萱町93	
活動内容	いきいき体操	
開催頻度	毎週1回 日曜日 9時00分～9時30分	
備考		

安永ふれあいカフェ		南部
活動拠点	安永文化会館 大字安永806-1	
活動内容	茶話会	
開催頻度	月1回 第1木曜日 13時30分～15時00分	
備考		

霞公園ラジオ体操会		南部
活動拠点	霞公園 霞町二丁目4	
活動内容	ラジオ体操	
開催頻度	毎日 6時30分～6時40分	
備考		

立田町サロン		南部
活動拠点	立田町集会所 大字立田町地内	
活動内容	茶話会	
開催頻度	月1回 第1木曜日13時00分～15時00分	
備考		

きいろいおうちカフェ		南部
活動拠点	代表者宅	新地104
活動内容	講演会、音楽鑑賞、茶話会	
開催頻度	月1回 第2木曜日13時30分～15時30分	
備考		

小野山防災茶話会		南部
活動拠点	益世まちづくり拠点施設 馬道一丁目33-3	
活動内容	講演会、防災知識の習得	
開催頻度	月1回 第1月曜日9時30分～11時30分	
備考		

いきいきラジオ体操会		南部
活動拠点	小貝須第一公園	小貝須柳原三丁目
活動内容	ラジオ体操	
開催頻度	毎日 6時30分～6時45分 ※寒冷時期を除く	
備考		

お稲荷さんラジオ体操の会		南部
活動拠点	玉三稲荷神社	大字上野80
活動内容	朝のラジオ体操	
開催頻度	毎日 6時30分～6時40分	
備考		

小柳いきいきサロン		南部
活動拠点	小貝須一丁目いきいき集会所	小貝須447-4
活動内容	茶話会	
開催頻度	月1回 第4日曜日11時00分～13時00分	
備考		

楽友いきいき会		南部
活動拠点	江場集会所	江場三丁目
活動内容	いきいき体操、茶話会	
開催頻度	毎週 木曜日9時00分～9時30分 毎月 24日 10時45分～11時15分	
備考		

サロン&はる		南部
活動拠点	代表者宅	相川町18
活動内容	茶話会、脳トレーニング用クイズ、手芸、音楽鑑賞	
開催頻度	週1回 木曜日10時00分～15時00分	
備考		

柚井ふれあいサロン		北部西
活動拠点	柚井集会所	多度町柚井1463
活動内容	健康吹矢、音楽療法、サロン演芸会、 桑名ふれあいトークなど	
開催頻度	月2回 第2,4火曜日9時00分～12時00分	
備考		

ふれあいサロンかとり		北部西
活動拠点	香取集会所	多度町香取
活動内容	高齢者向けレクダンス、懐メロを全員で歌う、 同年輩同志の雑談等	
開催頻度	月1回 第2木曜日 10時00分～14時30分	
備考		

肱江老人クラブ会		北部西
活動拠点	肱江集会所	多度町肱江332-1
活動内容	講師を招き話し合う、体操、脳トレ	
開催頻度	月1回 10時00分～13時30分	
備考		

小山ふれあいサロン		北部西
活動拠点	小山集会所 多度町小山地内1357-1	
活動内容	茶話会、各種講座、健康体操ほか	
開催頻度	月2回 火曜日9時30分～14時30分	
備考		

いいとも会		北部西
活動拠点	多度すこやかセンター 多度町多度1-1-1	
活動内容	茶話会、カラオケ、料理、体操、音楽療法、アレンジフラワーなど	
開催頻度	月1回 第1月曜日10時30分～16時00分	
備考		

戸津睦寿会		北部西
活動拠点	戸津自治会集会所 多度町戸津401-1	
活動内容	茶話会、レクリエーション、体操	
開催頻度	月1回 第3水曜日9時30分～15時00分	
備考		

多度ふれあいサロン		北部西
活動拠点	多度自治会集会所 多度町多度506	
活動内容	桑名いきいき体操、簡単なゲーム、合唱等および昼食会（食生活改善推進員による）	
開催頻度	月1回 月曜日 9時00分～14時00分	
備考		

宮川カラオケ会		北部西
活動拠点	宮川集会所 多度町柚井 宮川地藏堂敷地内	
活動内容	カラオケ、情報交換	
開催頻度	月2回 月曜日14時00分～16時00分	
備考		

平福美		北部西
活動拠点	願琳寺 多度町東平賀1885	
活動内容	茶話会	
開催頻度	月1～2回 不定期	
備考		

中須福寿会		北部西
活動拠点	円寿寺 多度町中須1258	
活動内容	頭・体の体操、歌、手芸、スポーツ、子どもとの交流など	
開催頻度	月1回 月曜日10時00分～16時00分	
備考		

ハッピーのじり		北部西
活動拠点	下野代集会所 多度町下野代880-3	
活動内容	茶話会、レクリエーション音楽等の鑑賞など	
開催頻度	月1回 第2土曜日9時00分～11時00分（第4週は不定期開催）	
備考		

多度町老人クラブ御衣野長寿会		北部西
活動拠点	御衣野集会所 多度町御衣野694	
活動内容	茶話会	
開催頻度	月2回 土曜、日曜日8時00分～10時00分	
備考		

美鹿ふれあいサロン		北部西
活動拠点	美鹿集会所 多度町美鹿地内	
活動内容	ヨガ体操、作品づくり、音楽療法、グランドゴルフなど	
開催頻度	月2回 第1,3土曜日9時00分～12時30分	
備考		

古野喜楽会		北部西
活動拠点	古野集会所 旧多度西小学校	多度町古野702 多度町古野110
活動内容	音楽療法、茶話会、大正琴、いきいき体操、カラオケ、 グランドゴルフ	
開催頻度	月2回 第2水曜日10時00分～13時00分 第4水曜日10時00分～12時00分	
備考		

カ尾サロン		北部西
活動拠点	多度南部 コミュニティプラザ	多度町カ尾2681-1
活動内容	健康体操、みんなで歌おう、研修会、茶話会など	
開催頻度	月1回 火曜日13時00分～15時00分	
備考		

ここにこ健康太極拳		北部西
活動拠点	桑名市陽だまりの丘 複合施設「ぼかぼか」	陽だまりの丘四丁目 2201番地2
活動内容	太極拳教室の開講、及び講習会の開催等	
開催頻度	週1回 水曜日13時30分～15時30分	
備考		

ふじの会		北部西
活動拠点	藤が丘デザイン公園 管理棟	藤が丘四丁目105番地
活動内容	茶話会、介護予防教室等	
開催頻度	月1回（施設の予約が取れる日） 火曜日又は木曜日	
備考		

わくわくフレンズ		北部西
活動拠点	わくわくフレンズ 憩いのひろば	大山田二丁目7番地14
活動内容	茶話会、健康・食・介護等の学習	
開催頻度	月4回、第3水曜日13時30分～15時30分 第2,4木曜日13時30分～14時00分 不定期月1回13時30分～14時00分	
備考		

筒尾地区健康体操会		北部西
活動拠点	大山田第4公園	筒尾9丁目5
活動内容	桑名いきいき体操	
開催頻度	週1回 火曜日9時00分～9時30分	
備考		

上之郷サクラ会		北部西
活動拠点	上之郷多目的集会所	多度町上之郷2053-1
活動内容	茶話会、カラオケ、健康の為の料理教室等	
開催頻度	月1回 第3月曜日 10時00分～12時00分	
備考		

元気の宿		北部西
活動拠点	大山田北小学校	大山田六丁目8
活動内容	健康体操、音楽療法、本の読み聞かせ、誕生会	
開催頻度	週1回 水曜日10時00分～16時00分	
備考		

藤が丘いきいき体操の会		北部西
活動拠点	焼尾公園	藤が丘二丁目
活動内容	桑名いきいき体操、健康や生活情報の交換や住民交流	
開催頻度	月1回 第1水曜日 10時00分～10時30分	
備考		

松ノ木ふれあいサロン		北部西
活動拠点	大山田南学童保育所 クレヨン（旧幼稚園舎）	松ノ木6丁目11-1
活動内容	おしゃべりサロン中心、参加者の自立性を重んじ、クイズなどの脳トレなど	
開催頻度	月1回（第3週が多い） 水曜日（又は金曜日）10時00分～11時30分	
備考		

いきいき体操会		北部西
活動拠点	大山田第三広場 大山田一丁目3-6	
活動内容	いきいき体操	
開催頻度	月5回 金曜日13時30分～14時00分	
備考		

野田 笑和の会		北部西
活動拠点	野田二丁目7番集会所 野田二丁目7番93号	
活動内容	いきいき体操、筋トレ、合唱、介護予防講座	
開催頻度	月1回 第3木曜日 13時30分～15時00分	
備考		

ふれ愛ふかや		北部東
活動拠点	深江会館 大字下深谷部3358	
活動内容	桑名いきいき体操、茶話会、パタカラ体操他	
開催頻度	月2回 第1日曜日 9時30分～10時00分 第3日曜日 9時30分～11時30分	
備考		

東汰上元気会		北部東
活動拠点	東汰上神明社 大字東汰上364	
活動内容	体操	
開催頻度	月1回 第3日曜日10時00分～10時30分	
備考		

かおるヶ丘清和会		北部東
活動拠点	かおるヶ丘公民館 長島町押付538-55	
活動内容	茶話会、桑名いきいき体操、認知症予防体操、健康・教養講話、音楽療法、カラオケなど	
開催頻度	第1日曜日 10:00～12:00 13:30～16:00 月5回 第2日曜日 10:00～11:30 第3日曜日 10:00～12:00 第4日曜日 10:00～12:00	
備考		

フェニックスげんきクラブ		北部東
活動拠点	フェニックス自治会 長島町福吉 集会所	
活動内容	いきいき体操、茶話会、おしゃべりなど	
開催頻度	週2回 火曜日 9時00分～10時00分 金曜日 9時00分～10時00分	
備考		

水・木のカフェ		北部東
活動拠点	長島町姫御前団地集会所 長島町松ヶ島769	
活動内容	茶話会、カラオケ、囲碁、将棋、いきいき体操	
開催頻度	月2回 第1水曜日 13時00分～16時00分 第3木曜日13時00分～16時00分	
備考		