

通いの場

※掲載は、市に登録のある通いの場です。

北別所健康公園		東部
活動拠点	天神ヶ丘広場	北別所
活動内容	ラジオ体操、あんきでござる体操、太極拳、花壇	
開催頻度	毎日 7時00分～7時15分（ラジオ体操） 毎週火曜日 10時00分～11時00分（太極拳）	
備考	特記事項なし	

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所	中央町5-38 グランドメゾン桑名番館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、映画鑑賞など	
開催頻度	月3回 第1・3・4木曜日13時30分～16時00分	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

高塚いきいき体操		東部
活動拠点	高塚第二公園	高塚町四丁目
活動内容	いきいき体操	
開催頻度	毎週 月曜日9時00分～9時40分	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

東部健康吹き矢		東部
活動拠点	桑名市総合福祉会館	常磐町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	特記事項なし	

東部太極拳		東部
活動拠点	桑名市総合福祉会館	常磐町51
活動内容	八極拳、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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

なかよし体操の会		東部
活動拠点	メープルガーデンカフェ 2階	東方3123
活動内容	いきいき体操	
開催頻度	週1回 火曜日10時00分～10時30分 (第5、祝祭日、雪の日は休み)	
備考	特記事項なし	

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10時00分～15時00分	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

夢かふえ		東部
活動拠点	Dream Station (ドリームステーション)	福島75-1
活動内容	茶話会、対応、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	特記事項なし	

ラジオ体操の会		東部
活動拠点	貝塚公園	内堀
活動内容	ラジオ体操	
開催頻度	毎週 水曜日13時30分～13時45分	
備考	特記事項なし	

あかりの森		西部
活動拠点	森忠集会所	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、落語など	
開催頻度	月1回 最終月曜日10時00分～12時00分	
備考	特記事項なし	

希望		西部
活動拠点	きぼうが丘ストアー	西別所1200-200
活動内容	茶話会、レコード(音楽)鑑賞、体操	
開催頻度	月1回 第3土曜日14時00分～16時00分	
備考	特記事項なし	

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	西別所1200-369
活動内容	転倒防止体操、認知症音楽療法、健康づくり講和など	
開催頻度	月1回 第3木曜日14時00分～15時00分	
備考	特記事項なし	

きらきら☆ほーぷ		西部
活動拠点	三重ホープチャペル	星川740-1
活動内容	茶話会、歌、体操、手芸など	
開催頻度	月2回 第1木曜日10時30分～12時00分 第3木曜日10時30分～12時00分	
備考	特記事項なし	

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	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

コミュニティハウス縁		西部
活動拠点	コミュニティハウス縁 上野二丁目300	
活動内容	交流の場の提供、健康相談、健康体操など	
開催頻度	月1回 第1 金曜日10時00分～11時30分 その他火・木曜日9時30分～14時00分	
備考	特記事項なし	

坂井 結の会		西部
活動拠点	坂井集会所	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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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	月1回 第2 木曜日10時00分～12時00分	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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・水曜日10時00分～15時00分	
備考	特記事項なし	

サロン蓮花寺		西部
活動拠点	在良まちづくり拠点施設 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	特記事項なし	

島田会		西部
活動拠点	島田公園	島田922-33
活動内容	体操（運動）、趣味活動	
開催頻度	毎週 月曜日8時30分～9時00分 水曜日8時30分～9時00分	
備考	特記事項なし	

宅老所げんき		西部
活動拠点	宅老所げんき	島田572
活動内容	体操（運動）、茶話会、認知症予防・趣味活動	
開催頻度	毎週 月曜日9時00分～12時00分	
備考	特記事項なし	

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	
備考	特記事項なし	

集いの場「西正和会」		西部
活動拠点	西正和台公園	西正和台二丁目
活動内容	体操（運動）、グランドゴルフの練習	
開催頻度	週2回 火曜日（グランドゴルフの練習）9時00分～10時30分 金曜日（体操、グランドゴルフの練習）9時00分～10時30分	
備考	特記事項なし	

なかよし会		西部
活動拠点	芳ヶ崎コミュニティセン ター	芳ヶ崎
活動内容	茶話会、趣味活動	
開催頻度	月1回 第3月曜日10時00分～11時00分	
備考	特記事項なし	

和みの会		西部
活動拠点	嘉例川集会所	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	特記事項なし	

ななわの丘		西部
活動拠点	七和まちづくり拠点施設 芳ヶ崎1365-1	
活動内容	体操（運動）、会食、認知症予防、趣味活動	
開催頻度	月1回 第2月曜日10時00分～12時00分	
備考	特記事項なし	

七和のつどい		西部
活動拠点	七和まちづくり拠点施設 芳ヶ崎1365-1	
活動内容	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	特記事項なし	

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)	額田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	特記事項なし	

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)	額田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	特記事項なし	

稗田シルバーいきいきサロン		西部
活動拠点	稗田薬師堂	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	特記事項なし	

東正和台連合自治会 正和台集		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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

いきいきレク		南部
活動拠点	小貝須三丁目集会所 小貝須	
活動内容	体操と脳トレなど	
開催頻度	毎週 木曜日9時30分～11時30分	
備考	特記事項なし	

いっぽいっぽの会		南部
活動拠点	走井山会館 矢田267	
活動内容	茶話会、体操、健康講話	
開催頻度	月2回 第2木曜日13時30分～15時00分 第4木曜日13時30分～15時00分	
備考	特記事項なし	

お稲荷さんラジオ体操の会		南部
活動拠点	玉三稲荷神社 上野80	
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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

霞公園ラジオ体操会		南部
活動拠点	霞公園 霞二丁目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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

サロン&はる		南部
活動拠点	代表者宅 相川町	
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	特記事項なし	

小貝須浜ふれあいサロン		南部
活動拠点	小貝須浜集会所 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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

立田町サロン		南部
活動拠点	立田町集会所	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	特記事項なし	

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	週1回 日曜日9時00分～9時30分	
備考	特記事項なし	

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）、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	特記事項なし	

安永ふれあいカフェ		南部
活動拠点	安永文化会館	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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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、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	特記事項なし	

若宮町二丁目支え愛クラブ		南部
活動拠点	若宮クラブ	若宮町二丁目
活動内容	趣味の活動、音楽、手芸、茶話会	
開催頻度	月1回 土曜日14時00分～16時00分又は 日曜日14時00分～16時00分	
備考	特記事項なし	

あしたば会		北部東
活動拠点	ユニータウン集会所	長島町葎ヶ須
活動内容	専門職指導によりコグニサイズの体操や筋力トレーニ ング	
開催頻度	月1回 第3月曜日10時00分～11時30分	
備考	特記事項なし	

大島ふれあいサロン		北部東
活動拠点	大島ふれあいサロン （大島集会所）	長島町大島150
活動内容	茶話会、手芸、折り紙、音楽鑑賞	
開催頻度	月4～5回 月曜日10時00分～11時30分	
備考	特記事項なし	

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、いきいき体操、認知症予防体操、健康・教養講和、音楽療法、カラオケなど	
開催頻度	月5回 第1日曜日10時00分～12時00分 13時30分～16時00分 第2日曜日10時00分～11時30分 第3日曜日10時00分～12時00分 第4日曜日10時00分～11時30分	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

十日外面サロン運営委員会		北部東
活動拠点	長島町十日外面集会所	長島町十日外面74
活動内容	ラジオ体操、健康測定、脳トレ、外出、子どもたちと連携できるゲーム、その他アレンジフラワー、手芸、クリスマス会など交流事業	
開催頻度	月1回 第2日曜日8時30分～10時30分	
備考	特記事項なし	

東汰上元気会		北部東
活動拠点	東汰上神明社	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	特記事項なし	

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集会所	長島町福吉
活動内容	いきいき体操、茶話会、おしゃべりなど	
開催頻度	月2回 火・金曜日9時00分～10時00分	
備考	特記事項なし	

ふれ愛ふかや		北部東
活動拠点	深江会館	下深谷部3358
活動内容	いきいき体操、茶話会、パタカラ体操など	
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	特記事項なし	

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日曜日10時30分～16時00分	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

いきいき体操須賀の馬場		北部西
活動拠点	須賀の馬場	多度町小山
活動内容	体操（運動）	
開催頻度	毎週 月曜日9時00分～9時30分	
備考	特記事項なし	

いきいき体操の会バン美		北部西
活動拠点	美鹿地区多目的集会所	多度町美鹿1288
活動内容	体操（運動）	
開催頻度	毎週 日曜日9時00分～9時30分	
備考	特記事項なし	

うたごえコンサート		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	演奏及びうたをうたう	
開催頻度	月1回 第2金曜日10時00分～11時30分	
備考	特記事項なし	

うたの会		北部西
活動拠点	花遊舎（喫茶店）	多度町多度
活動内容	歌をうたう	
開催頻度	月1回 第3金曜日13時30分～15時00分	
備考	特記事項なし	

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、健康のための料理教室など	
開催頻度	月1回 第3月曜日10時00分～12時00分	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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、日曜日8時00分～10時00分	
備考	特記事項なし	

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	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	特記事項なし	

地域交流の広場ネットワーク		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	大正琴などの音楽鑑賞、フラワーアレンジメントや、桑名ふれあいトークを利用した講座	
開催頻度	月1回 第3水曜日10時00分～11時30分	
備考	特記事項なし	

力尾サロン		北部西
活動拠点	多度南部コミュニティプラザ	多度町力尾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	特記事項なし	

筒尾地区健康体操会		北部西
活動拠点	大山田第4公園	筒尾九丁目5
活動内容	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	特記事項なし	

デザイン公園いきいき体操の会		北部西
活動拠点	藤ヶ丘デザイン公園	藤ヶ丘四丁目
活動内容	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	毎週 水曜日13時30分～15時00分	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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220-2
活動内容	太極拳教室の開講及び講習会の開催など	
開催頻度	週1回 水曜日13時30分～15時30分	
備考	特記事項なし	

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7-93
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	特記事項なし	

野田いきいきの会		北部西
活動拠点	大山田第二公園（砂場）	野田三丁目5
活動内容	体操（運動）、いきいき体操と健康太極拳	
開催頻度	毎週 月曜日10時00分～11時00分	
備考	特記事項なし	

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、リクレ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	特記事項なし	

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、グラウンドゴルフなど	
開催頻度	月2回 第1・3土曜日9時00分～12時30分	
備考	特記事項なし	

ふじの会		北部西
活動拠点	藤ヶ丘デザイン公園管理棟	藤ヶ丘四丁目105
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） 火曜日または木曜日	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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など	
開催頻度	月1回 第2木曜日10時00分～14時30分	
備考	特記事項なし	

松ノ木スマイル体操会		北部西
活動拠点	松ノ木公園	松ノ木二丁目
活動内容	体操（運動）	
開催頻度	毎週 火曜日10時00分～10時30分	
備考	特記事項なし	

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)	松ノ木六丁目8
活動内容	おしゃべりサロン中心、参加者の自主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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

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	特記事項なし	

ワクワクデザイン練功		北部西
活動拠点	デザイン公園	藤が丘四丁目
活動内容	体操（運動）	
開催頻度	毎週 水曜日10時00分～10時30分	
備考	特記事項なし	

わくわくフレンズ「陽だまりの丘」		北部西
活動拠点	代表者宅	陽だまりの丘3-718-1
活動内容	茶話会他	
開催頻度	月2回 第2水曜日10時30分～14時30分 第4月曜日10時30分～14時30分	
備考	特記事項なし	

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	特記事項なし	