令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
東灘区	塚町地域親交会	東明会館	東灘区御影塚町2-6-4	第2・3・4火曜日 13:30～15:00	200	回　ボッチャのみ 100円／回	○	○	○		歌は皆で楽しく歌う（第２火曜日）。体操は、はじめに歌をうたってから脳トレをして音楽に合わせて体操をする（第３火曜日）。ボッチャ（第４火曜日）。皆さん楽しんでいます。	難波	078-821-5230
東灘区	竹本町自治会 ふれあいカフェ	青木文化センター	東灘区青木5-1-16	第3金曜日　10:30～12:00	200	回				○	地域のみなさまに集まってもらい軽食を食べながら楽しい時間を過ごしてもらう。そういう場を提供する活動を目指しています。	吉田	078-451-4174
東灘区	フレイルフリーの やさしいヨガ	御影公会堂	東灘区御影中町4-4-1	毎週月曜日　9:00～10:30 ※祝日はお休み	500	回	○				日常眠りがちな細かい筋肉や、かたくなりがちな関節を無理なく動かすことで、忘れかけている体の機能を呼び起こし、転倒や骨折を予防します。 呼吸を深めて自律神経を整えることで、精神的な安定を図り、QOLの向上を目指します。ヨガの最後にはリラックスの時間があり、ヨガ後はリフレッシュできます。		
東灘区	六番街スマイルサロン	ウエストコート6番街　1階コミュニティルーム	東灘区向洋町中6-6	第2土曜日　13:30～15:00	100	回	○	○		○	月１回皆さまに楽しんでいただけるよう、脳活性体操、茶話会、皆さまからいただいたリクエスト曲を合唱する。１曲は手話歌で身体を動かします。	片山	078-857-2184
東灘区	紫陽花くらぶ	渦森会館	東灘区渦森台2-21	第2土曜日　10:00～11:30	200	回	○	○			音楽を使った身体機能を維持、改善するためのプログラムを実施。ひきこもりがちな高齢者が集い、歌い、体を動かし、笑う場にする。		
東灘区	みかきたカフェ	御影北地域交流センター	東灘区御影2-28-13	第1水曜日　13:30～15:00	300	回		○	○	○	皆で声を出して歌謡曲や童謡などを歌ったり、リハビリを兼ねた手作業でちぎり絵制作をしたり、フルートやトーンチャイムなどの音楽鑑賞。		
東灘区	囲碁コミュニティ・サポート清流	魚崎郷清流プラザ	東灘区魚崎南町5-14	毎週水曜日　13:00～17:00	500	月 単発参加 200円			○		高齢者を対象とした、囲碁将棋を通じての交流の場の提供およびサポート。お茶とお菓子を提供しています。	藤田	078-452-8684
東灘区	ふれあい喫茶 新本山第二住宅ふれあい会	新本山第二住宅集会所	東灘区本山南町8-1-1	第4日曜日　8:30～10:00 （12月のみ第3日曜日）	200	回				○	地域住民の交流を目的として、モーニングを提供しています。		
東灘区	RICメンズクラブ	第4木曜日：RICグランクオーレ 毎月月初1日、第3金曜日：コミュニティスペースRICのわ	東灘区向洋町中3-2-2	第4木曜日 毎月月初1日、第3金曜日 10:00～11:30	200	回	○	○			元気で長生きを目標にピアノ演奏での合唱、脳トレ体操、カルチャー等講演会、フリートーキングによるアウトプットを心がけている。	山上	090-3922-0533
東灘区	誰でもいつでも「健康気功教室」	東灘区文化センター	東灘区住吉東町5-1-16	毎月2回　主に日曜日　10:20～11:50	500	回	○				シニア向けの気功教室です。転倒予防、誤嚥予防のための筋トレや自律神経を整えるツボ等をわかりやすく指導しています。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
東灘区	わかば茶話会	特別養護老人ホーム　おおぎの郷	東灘区北青木1-1-3	毎月第4火曜日　13:30～15:00	150	回		♫		☕	茶話会だけでなく、歌を歌ったり、体についての勉強をしています。淹れたてのコーヒーとお菓子を提供します。		
東灘区	脳活いきいきサロン	コープ深江店集会室	東灘区深江北町3-9-15	第3金曜日　13:30～15:00	100	回	🤸	♫		☕	軽く体操でスタートして、脳トレゲーム、手あそび、脳ドリル等してワイワイと楽しくお茶タイムを過ごしていただきます。		
東灘区	深江南部地区　居場所SOLORI	深江南地域交流センター	東灘区深江南町3-4-24	第3月曜日　13:30～15:30	100	回			🖌	☕	DVDや配信で映画鑑賞を月1回開催します。淹れたてのコーヒー（紅茶）とお菓子を提供して、ひとときを共に過ごします。	大利	080-2468-6988
東灘区	そらまめCafé	甲南ビラ203号室	東灘区本山北町3-4-9	第3水曜日　13:00～16:00	400	回	🤸		🖌	☕	お茶を飲みながら地域の方と会話や相談ができる場です。	小塚	078-451-3818
東灘区	みんなの喫茶	本山南地域交流センター	東灘区本山南町7-1-20	第1水曜日　13:00～14:30	200	回				☕	季節の野菜や果物で手作りケーキを作って、コーヒーと一緒に楽しんでいただき、交流を深めていただく場所の提供。	川口	090-2351-3264
東灘区	健康ライフandワクワクウォーキング	第1火曜日：本山南地域交流センター 第2・3火曜日：コープ岡本店集会室 第4火曜日：本山第一住宅集会所	第1火曜日： 東灘区本山南町7-1-20 第2・3火曜日： 東灘区岡本1-14-2 第4火曜日： 東灘区本山南町2-12	毎週火曜日　14:00～15:30	200	回	🤸	♫	🖌	☕	座って音楽に合わせリズム体操や歌、朗読等で身体と脳をほぐして、お菓子片手に話の花が咲きます。 不定期のウォーキングイベントとして、花見やルミナリエ、工場見学等も行きます。	井上	078-441-0566
東灘区	そらまめ倶楽部	コープリビング甲南	東灘区甲南町2-1-20	毎週木曜日　10:30～12:00	500	回	🤸			☕	転倒予防体操、笑いヨガ、身体を使った脳トレで、こころとからだを元気に毎日過ごすことを目指しています。	小塚	078-451-3818
東灘区	いこいの家	いこいの家	東灘区深江本町1-1-13	第2木曜日　14:00～15:30 不定期イベント開催	200	回		♫		☕	高齢者が一同に集まってお茶を飲んだり、カラオケをしたり、おしゃべりする場として「いこいの家」を活用しています。	板井	090-3712-3655
東灘区	ふらっと住良本町	地域福祉会あぁす	東灘区住吉本町1-1-32	毎週金曜日　10:00～11:30	100	回	🤸	♫	🖌	☕	フレイル予防、多世代交流を目的にいつでも参加できるつどい場を開催します。主に体操や脳トレ等をおこなっています。	村上	090-8385-4517
東灘区	なかまっちカフェ	本山中町会館	東灘区本山中町2-13-5	毎月第2・4火曜日　13:00～15:00	200	回		♫	🖌	☕	地域の方々が、会話したり体験していただける楽しい場所として、お茶とケーキを提供しています。	長谷川	090-2064-9047

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
東灘区	おひさま喫茶とおひさまカラオケ	県営魚崎南高層住宅集会所	東灘区魚崎南町5-10-7	①喫茶　第1・3月曜日 9:00～11:00 ②カラオケ　第4日曜日 13:00～16:00	200	回 ②150円/回		♫		◒	茶話会では淹れたてのコーヒーとたまごサンド、果物を提供します。 カラオケでは、コーヒーを提供し、歌い放題にしています。	新井	078-777-5159
東灘区	みのり森のクラブ	本山東地域交流センター	東灘区森南町2-8-28	第1月曜日・第4木曜日　10:00～11:3	100	回	🏃		🖌	◒	専門職の指導による体操をメインにした運動部（第1月曜日）と、折り紙や絵手紙を季節に応じた題材で楽しむ文化部（第4木曜日）を月に1回ずつ開催しています。		
東灘区	シベール	青木南地域交流センター	東灘区北青木4-2-20	第3火曜日　13:00～16:00	200	回			🖌	◒	折り紙などを使っていろいろな小物づくりのあと、茶話会で参加された皆さんとのおしゃべりを楽しみます。みんなのいこいの場になって楽しくさせていただいています。		
東灘区	コスモス体操	本山第一住宅集会所	東灘区本山南町2-12	第2月曜日　13:30～15:00	100	回	🏃			◒	フレイル予防を目的に、7年前から開催している。身体にやさしいメニューが多く、脳トレや茶話会も取り入れている。	山本	070-5666-6749
東灘区	いきいきひろば	本山第一住宅集会所	東灘区本山南町2-12	毎週木曜日　13:30～15:00	325	回	🏃				寝たきりにならないように、音楽に合わせてタオルやボールを使って楽しく体操しています。		
東灘区	ボッチャを楽しむ	福池地域交流センター	東灘区本山南町5-4-11	第1・4・5水曜日　9:30～11:00	100	回	🏃				ボッチャを通じて体を動かすことはもちろん、参加者との会話の機会を持つことでフレイル予防にも役立てる。楽しい時間を共有する。		
東灘区	東灘同好会	東灘体育館	東灘区魚崎南町6-5-11	月６回（月曜および金曜日） 9:00～11:00	1000	月	🏃				バドミントンにより健康と体力維持ならびに親睦を兼ねたクラブ活動を目的としています。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
灘区	ふらっと高羽	高羽会館	灘区高羽町4-2-8	第2・4火曜日　9:00~11:30	50	回	○		○	○	・音楽ケア体操 ・輪投げや健康麻雀実施 ・茶話会での友達作り （時間内入退室自由です。）	前田	078-851-7601
灘区	①天使のうたごえ喫茶 ②天使のぶらりカフェ ③天使の健康太極拳	①水道筋会館 ②西灘文化会館 ③東部在宅障害者福祉センター	①灘区水道筋4-2-3 ②灘区倉石通2-2-29 ③灘区岩屋北町6-1-4	①第2木曜日　10:30～12:00 ②第3水曜日　13:30～15:00 ③第4水曜日　13:30～15:00	300	/回※①②、500円/回※③	○	○	○	○	高齢者が共に楽しめる憩いの場として音楽のうたごえ喫茶・健康がテーマでダーツを主とする会と太極拳の会の居場所2種運営		
灘区	篠原スマイルクラブ	篠原会館	灘区篠原中町2-4-9	第4木曜日　13:30～15:00	100	回	○	○	○		毎回15分座って体操、15分工作等で遊び月替わりで講師の方のお話、音楽演奏、落語、ダンスや伝統芸能鑑賞などを楽しむ		
灘区	りんりんカフェ	西灘文化会館	灘区倉石通2-2-29-1F	第2水曜日　13:30～15:00	200	回	○		○	○	茶話会だけでなく、体操や季節にあった工作・お菓子・アロマ作り等を行います。作ったお菓子やお茶を提供、持って帰ってもらう。	鈴田	078-801-7376
灘区	シニアの美術クラブ	ワコーレ神戸灘タワー　レンタルルーム	灘区灘北通10-2-3	第2・4木曜日　13:00～17:00	100	回			○		参加者各自の希望する画材とテーマによる創作活動。時事問題や日常の関心事などについてフリートーク。		
灘区	つどい健康マージャン教室	神戸市営弓木南住宅集会室	灘区弓木町3-3-21	水曜日　13:00～17:00	300	回			○		初級健康マージャン教室で講師が優しく教えます。認知症予防にマージャンを始めてみませんか。おしゃべりも楽しみましょう！	藤井	090-3543-3292
灘区	コミュニティカフェつなごう	摩耶シーサイドプレイスイースト 多目的ホール・パーティールーム	灘区摩耶海岸通1丁目1番地	①ピラティス 第2水曜日　13:30～15:00 ②カフェ 第2・4木曜日　14:00～16:00 ③モルック・スクエアステップ 年３回 ④うたごえ広場 年２回	200	回　モルック・スクエアステップは100円/回	○	○	○	○	フレイル予防・居場所作り目的の運動プログラムを月1～2回、カフェを月2回開催している。		
灘区	居空間RoCoCo	神戸学生青年センター　サロン室	灘区八幡町4丁目9-22	パステル:第4火曜日 ウェルネスダーツ:第3火曜日 健康マージャンサロン: 第2火曜日、第3・4水曜日 10:00～12:00	500	回 パステル・ダーツは800円/回	○		○	○	健康麻雀、ウェルネスダーツや趣味の活動を通してフレイル予防に努め、終了前30分前は茶話会を行い交流する。（健康麻雀は除く）	黒田	070-5346-6550
灘区	①やまとの森 ②ちくちくカフェ	①あすパーク ②灘区文化センター	①灘区中郷町5-1 ②灘区深田町4-1-39	①第1水曜日　10:00～11:30 ②第3水曜日　10:00～11:30	300	回	○		○	○	地域で活動する講師さんやスタッフが計画・準備し初心者でも気軽に楽しめるワークショップや手芸の講習会や学習会等を実施。	末岡	090-1717-2809

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
灘区	ピュア	水道筋会館2号室	灘区水道筋4丁目2-6	月曜日（２部制） ①11:30～13:30 ②15:30～17:30	400	回				○	お茶を飲んだりおやつを食べながらみなさんで楽しくおしゃべりしましょう。お困り事のご相談も遠慮なくお話下さいませ。		
灘区	たまりばふれあい会	市営2号棟集会所	灘区新在家南町1-1-4	食事会第3水曜日 11:30～13:30 喫茶ほおずき第2.4火曜日 11:30～13:30 マージャンクラブ第1.3木曜日 11:30～13:30	600	回(食事会) 100円/回(喫茶)、200円/回(マージャン)			○	○	近隣高齢者同士の連携強化を目的に、孤独死をなくそうを合言葉に。参加者も増えてきました。	山村	090-5047-9295
灘区	脳トレマージャン・つどい	コミュニティハウス花たば	灘区水道筋6丁目7-14	第2.3金曜日　13:30～16:30	300	回	○		○		高齢者の認知症予防を目的に健康的なマージャンを行なう。（賭けない・飲まない・吸わない）中間時にコーヒータイム。		
灘区	さわやか体操	神戸市営新在家南住宅2号棟集会所	灘区新在家南町1-1-4	第2.4木曜日　13:30～15:30	200	回	○			○	高齢者のためのいこいの場。体操・お茶会・その他。		
灘区	かりん	灘北第2住宅集会場	灘区灘北通8丁目2番	第4金曜日　13:30～15:30	200	回	○	○		○	福祉・医療他団体の協力の下、地域高齢者の社会参加を促し学びや茶話会を通じて住民同士の交流が図れる集いの場を開催している。		
灘区	ケアフレンドPark	地域共生拠点　あすパーク	灘区中郷町5丁目1 大和公園南側内	第3金曜日　13:30～15:30 ※8月・3月は会場都合で休み	500	回				○	あらゆるケアに携わる方が、地域で穏やかに繋がる集いの場です。ミニ講座と一人一人の思いを大切にする交流タイムに参加出来ます。	小林	078-842-1629
灘区	①ボッチャ競技 ②ダーツ競技	なぎさ地域交流センター	灘区摩耶海岸通2丁目3-4	①第1金曜日　10:00～12:00 ②第3月曜日　13:30～15:00	100	回	○		○		シニアの健康と楽しさを維持し、多数の参加者が集い地域の活性化を図るため。	乾	090-5494-8056
灘区	つるかめクラブ	第二橋本マンション	灘区烏帽子町3丁目1-12	最終土曜日　13:00～16:00	100	回	○	○	○	○	健康や介護に関するセミナー、脳トレ、クイズなど、健康体操	中澤	080-4386-5562
灘区	体操の集い	稗田地域交流センター	灘区倉石通4丁目1-10	習字　第3土曜日 体操　第1.3水曜日　9:30～11:00	100	回	○		○		ストレッチ、ヨガ、筋肉、柔軟体操等を組み入れて体を動きやすくして、生活の充実と認知症予防のための手、見る、書くの習字教室実行。		
灘区	こたこたカフェ	こたこたカフェ　灘店	灘区灘北通8丁目1-1	第4木曜日　13:00～16:00	400	回				○	地域の居場所としてカフェをおこなっています。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
灘区	サロン・ド・六甲（Salon de Rokko）	アミティエ六甲教室	神戸市灘区一王山町	第1、2、3月曜日　14:30～16:00	500	回			✓		月に3回、講師の先生を招いて、初心者入門英会話を開催します。会が終わったら、お茶と手作りのお菓子を囲んでおしゃべりします。	中村	090-9981-4610
灘区	健康広場	レッツ・スポーツ健康塾	灘区森後町3-3-14	月曜日　10:00～12:30	500	回	✓		✓		麻雀やトランプを楽しみながら脳や指先の運動、会話を通じて交流や促進、認知機能の維持と心身の健康づくりを目指します。	徳居	090-3269-8977

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
中央区	お茶を楽しむ会	中央区橘通3丁目	中央区橘通3丁目	毎月第1水曜　13:30～15:30 他２回（毎月）の開催日は変動	500	回			✓	☕	茶道の基本を見て頂き、作法も楽しいと知り、おしゃべり（作法等々の）お抹茶の頂き方等を学びます。		
中央区	太極拳グループ	下山手地域交流センター	中央区北長狭通7-3-13	毎月第2、第4火曜 10:00～11:30	300	回	🚶				呼吸をととのえ、身体を動かして心もおだやかに！！太極拳の型を皆様で教わる		
中央区	リズムダンス・フラダンスグループ	下山手地域交流センター	中央区北長狭通7-3-13	毎月第2、第4月曜 13:30～15:00	100	回	🚶				リズムに乗って全身を動かし、皆様で楽しく、おしゃべりをして少しでも若返る様に健康になりましょう		
中央区	健康ヨガ“ハーブ”	ポートピアプラザ	中央区港島中町6-14 C棟3F	毎週月曜日　10:15～11:45	380	回	🚶				参加者相互の交流を深めつつ、フレイル予防の為運動をし、心身共に健やかに過ごせる様、楽しく活動しています。		
中央区	陽だまり教室	神戸市教育会館	中央区中山手通4-10-5	毎月第2、第4火曜日 10:00～12:00	700	回	🚶			☕	老化や健康についての学習や脳トレプリントの後、フレイル予防体操を行います。終了後、参加者と会食をしながら交流を深めます。	幸神	090-1485-7336
中央区	カフェふらっと	カフェふらっと	中央区元町通6丁目7-1	毎週日曜、火曜日　12:00～17:00	200	回	🚶		✓	☕	地域の高齢者住民を対象に居場所・休憩所として水分補給飲料を提供し地域のツナガル場所として情報提供・ストレッチ・閉じこもり予防等	大西	078-341-0612
中央区	うたごえサロン　あじさい	こうべまちづくり会館	中央区元町通4-2-14	毎月第1木曜日　10:00～11:30	500	回	🚶	♪			ご近所の皆様と一緒に昔歌った懐かしい曲・思い出のメロディを合唱方式で大声で歌い、脳の活性化ストレス発散に役立てる取組	大西	078-341-0612
中央区	笑顔茶屋	笑顔茶屋	中央区元町通6丁目7-1	脳トレ麻雀教室 第1、3、5金曜日　10:00～12:00 太極拳教室 第1、3月曜日　10:00～11:30	500	回	🚶		✓	☕	脳トレ健康麻雀教室開催、講師を招き第1、3、5金曜日、こうべまちづくり会館にて月2回太極拳教室を楊名時八段錦太極拳講師範で開催	大西	078-341-0612
中央区	花隈ダイヤハイツあじさいの会	花隈ダイヤハイツ	中央区花隈町5-21	毎月第1水曜日　10:00～12:00	200	回		♪		☕	各種ボランティア団体の方達を招いて、演芸を観たり演奏を聞いたり、時には一緒に歌ったり、月に一度皆で楽しい時間を過ごしています。		
中央区	北野体操教室スマイル	北野地域交流センター	中央区中山手通2-17-18	毎月第2水曜日　12:30～14:00	500	回	🚶				皆で笑って楽しく健康づくりをしましょう	河野	090-3946-8507
中央区	中央やわらか体操クラブ	神戸市立婦人会館	中央区橘通3-4-1	第2～4火曜日　15:25～16:55 ※3・6・9・12月は第1～3火曜日	500	回	🚶				簡単で安全な動きから始めますので、どなたでも安心して参加頂けます。医療リハビリの視野から正しい動きで心身のバランスを整える	大和	080-3863-8672

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
中央区	ポートアイランド住宅バドミントンクラブ	こうべ市民福祉交流センター スポーツセンター	中央区磯上通3-1-32	毎週火曜日　9:00～12:00	300	回			✓		高齢者の方々が人生をより楽しくより健康に過ごす為、バドミントンを通じて心身共に健康に過ごす為にコミュニケーションを計ります	石原	078-302-6833
中央区	港島ふれあい喫茶	港島ふれあいセンター	中央区港島中町2-3-3	毎月第3土曜日　10:00～12:00	200	回	✓	✓		✓	高齢者や島内に住んでいる方たちとの交流の場作りや居場所の提供をしていきたい	横山	090-4303-6808
中央区	KITANOコンパス	北野地域交流センター	中央区中山手通2-17-18	毎週月曜　13:00~15:00	500	回	✓		✓	✓	自分の時間が増えたシニア世代が老後という、ある種予測不可能な生活の中で、専門家からの学びや趣味を通して、仲間と楽しむ時間を提供する。	清酒	090-5016-1028

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
兵庫区	にこにこサークル	ひよどり地域交流センター	兵庫区鵯越町12-1	木曜日　13:00～15:00	200	回	○	○	○	○	介護予防の体操、脳トレ、写経などを楽しんでいます。参加者同士が自主的に取り組んでいます。		
兵庫区	ふらふらダンス	吉田町自治会館	兵庫区吉田町2-2-18	第４木曜日　14:00～15:30	50	回	○	○	○		フラダンスを通して、体を動かし心も体も元気になって頂く。また、広く呼びかける事で閉じこもり防止にも努めていく。介護予防が目的。		
兵庫区	筋トレ1・3月	県営神戸大倉山住宅集会所	兵庫区馬場町12-1	第1・3月曜日　13:00～14:30	500	回	○				年齢と共に低下する筋力を維持し、向上させるための体操です。毎回講師をお願いしています。		
兵庫区	元気にこにこ茶話会	平野会館	兵庫区神田町11-10	第2金曜日　13:30～15:00	200	回	○	○		○	ラジオ体操に始まり、合唱、ハンドベル演奏をします。茶話会や外部の団体との交流もあります。		
兵庫区	ふれあい手作りサークル	フレール新開地6丁目4階集会場	兵庫区新開地6丁目1-5	第４木曜日　13:00～15:00	200	回			○		パッチワーク、フェルト等で季節の飾り物、ぬいぐるみ、小物などを作っています。	柴垣	078-575-1777
兵庫区	楠谷健康体操	楠谷会館	兵庫区楠谷町24-16	第2木曜日　13:30～15:00	400	回	○	○			ハーモニカ伴奏の合唱と、元体操教師の指導のもと転ばないために日常生活の中で取り入れられる運動の取得の２本活動です。	門脇	078-371-1841
兵庫区	楠谷日曜会	楠谷会館	兵庫区楠谷町24-16	第2日曜日　10:00～12:00	200	回	○	○	○	○	月毎にテーマを決め、ギター演奏、歳時記に合わせ手作り、関心時の高い健康、暮らしの話も交えお茶を飲みながら楽しむ場です。	門脇	078-371-1841
兵庫区	キャナルCafe	キャナルタウン中央集会室	兵庫区駅南通5丁目1-2	第２・第４火曜日　10:00～12:00	100	回		○		○	月２回、各人は開催時間内に自由に参集して、お茶を飲みながら会話を楽しんで知り合いになる会。 参加者はマンションの居住者が中心だが、外部からの参加も歓迎している。季節ごとに、簡単なイベント（演奏会、合唱会等）を開催している。		
兵庫区	ぼちぼちヨガ平野	県営神戸大倉山住宅集会所	兵庫区馬場町12-1	第１・第３木曜日　10:00～11:30	500	回	○				硬くなった体と心を無理のないように、ぼちぼちほぐしていき、明るい先生とお話をしながら、楽しくホッとしたひと時を過ごします。	仲澤	078-351-6909
兵庫区	本御崎住宅いきいき百歳体操	本御崎住宅集会所	兵庫区御崎本町3-3-29	毎週水曜日　10:30～12:00	50	回	○				画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、更にはお互いの見守りの場ともなっている。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
兵庫区	浜中住宅いきいき百歳体操	浜中住宅集会所	兵庫区浜中町1-17-11	木曜日　10:30～12:00	50	回	●				画像に合わせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、更には、お互いの見守りの場ともなっている。		
兵庫区	ひまわり会いきいき百歳体操	ひまわり自治会館	兵庫区浜中町2-16-12	金曜日　10:30～12:00	50	回	●				画像に合わせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、更には、お互いの見守りの場ともなっている。		
兵庫区	和田崎町いきいき百歳体操	和田崎町自治会館	兵庫区和田崎町3-1-22	火曜日　10:30～12:00	50	回	●				画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、更には、お互いの見守りの場ともなっている。		
兵庫区	月曜いきいき百歳体操	浜山地区まちづくり相談所	兵庫区御崎町1丁目1-24	月曜日　10:30～12:00	50	回	●				画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、さらには、お互いの見守りの場ともなっている。		
兵庫区	火曜いきいき百歳体操	浜山地区まちづくり相談所	兵庫区御崎町1丁目1-24	火曜日　10:30～12:00	50	回	●				画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、更には、お互いの見守りの場ともなっている。		
兵庫区	木曜いきいき百歳体操	浜山地区まちづくり相談所	兵庫区御崎町1丁目1-24	木曜日　10:30～12:00	50	回	●				画像にあわせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動。筋トレと談笑の場、更には、お互いの見守りの場ともなっている。		
兵庫区	ボランティアグループ絆みずき	市営住宅水木集会所	兵庫区水木通7丁目1	月曜日　10:00～15:30	300	回	●	♪			10時から百歳いきいき体操をビデオを見ながら行います。12時半からカラオケを楽しみます。	武内	078-681-0255
兵庫区	松原ふれあいサロン	松原市営住宅	兵庫区松原通4丁目	第2水曜日　13:00～14:30	100	回	●	♪	／	☕	茶話会だけでなく、座ってできる体操や歌を楽しく、また手作り工作などを行います。コーヒーとお菓子をていきょうします。		
兵庫区	川柳の会（ちとせの会）	霊山寺	兵庫区石井町	第1月曜日　10:30～12:00	300	回			／		講師指導のもと川柳を通して、住み慣れた地域で仲間と共に、潤いのある生活を送る事を目的とする。		
兵庫区	唄処　カナリア	熊野地域交流センター	兵庫区鵯越町1-20	第２・４火曜日　10:30～12:00	300	回		♪			講師の指導のもと、童謡や昭和の歌謡曲を歌う。年に一度クリスマス会を開催している。		
兵庫区	大人のそろばん教室	浜山地区まちづくり相談所	兵庫区御崎町1丁目1-24	第２金曜日、第３火曜日 13:30～15:00	100	回			／		そろばん、暗算の練習と試験の実施。全国大会やオンラインで全国の人とも交流します。初心者にも道具を貸し、親切に教えています。	名村	090-9618-2306

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
兵庫区	そうだ！今日は暮らしの保健室に行こう！	暮らしの保健室	兵庫区東山町2丁目7-4	不定期　13:00～16:00	100	回	○	○	○		リハビリ専門の講師を招いての体操教室や、参加者がリクエストした曲を全員で歌う会、書道や絵手紙などを趣味活動などを行います。	井上	078-579-7160
兵庫区	吉田町いきいき百歳体操	吉田町自治会館	兵庫区吉田町2丁目2-18	毎週月曜日　14:00～15:30	50	回	○				動画に合わせて、ゆっくりと身体を動かしていく運動を行い、筋トレと談笑の場、お互いの見守りの場となっている。		
兵庫区	ひらのスマホパソコン相談	ひらのサロン	神戸市兵庫区下三条町3-20	毎週水曜日　11時～12時30分	500	回				○	スマホやパソコン操作の疑問について誰に聞いていいのか分からずに困っている悩みの相談を受け、一緒に解決をして皆で楽しく操作を学ぶ会。	我妻	080-1691-0209

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
北区（本区）	鈴蘭ファイターズ	鈴蘭台小学校	北区鈴蘭台南町2-14-24	毎週日曜日　9:00～12:00	400	回	●				ソフトボールチームです。毎週の練習に加え、年4・5回程度、試合にも参加しています。年齢関係なく楽しめるチームです。		
北区（本区）	北五葉転ばぬ体操	北五葉自治会館	北区北五葉4-6　夏堀公園敷地内	第4火曜日　9:30～11:00	100	回	●				北区高齢者対象に、転倒介護予防を参加者とのふれあいを大事にし、リハビリデイサービスすまあとの宇高先生による指導を受けている。		
北区（本区）	スプリングココ	しあわせの村体育館	北区しあわせの村1丁目1-1	月3～4回 （会場の状況により変更あり） 午前の場合　9:00～11:30 午後の場合　13:00～15:30	500	回	●				参加者同士で楽しく卓球を行います。一人でも参加者大歓迎。女性限定なので初心者でも体力に自信のない方でも気軽に参加できます。		
北区（本区）	スマイルデバド奥六甲	しあわせの村体育館 （会場都合により区民センターの場合あり）	北区しあわせの村1-1	毎週木曜日　9:00～12:00	400	回	●				まず、ストレッチ体操等の準備運動を行い、基礎打ちを1時間実施。その後、バドミントンゲームを行う。楽しい雰囲気で、スキルアップも図る。		
北区（本区）	マスターズテニスクラブ	大原山公園テニスコート	北区大原2-31	毎週火曜日および第1金曜日 月5回　9:00～11:00 （冬季11:00～13:00）	200	回	●				準備体操、基礎練習の後、ゲーム形式でダブルスの試合に力を入れ、体力増強、健康増進に努め、ソフトテニスを楽しんでいます。		
北区（本区）	すずかけの会	鈴蘭台自治会館	北区鈴蘭台東町1-10-19	第1・第3月曜日　15:00～17:00	750	回	●	♪			講師からの課題曲にカラオケを使って、全員又は一人ずつで歌い楽しんでいます。合間に体操等も取り入れ健康維持に努めています。		
北区（本区）	ヴォーカル北五葉	北五葉地域交流センター	北区北五葉3-7-1	第2・第4金曜日　14:00～15:30	500	回		♪			地域の方々とコーラスを楽しんでいます。講師の指導の下、童謡、唱歌、昭和歌謡など色々なジャンルに挑戦しています。		
北区（本区）	サンクラブ	しあわせの村体育館	北区しあわせの村1-1	毎週水曜日　9:00～12:00 あわせて日曜日がとれた時	300	回	●		🖌		ストレッチ体操とバドミントンのゲームをして合間に会話を楽しんでいます。		
北区（本区）	こんぺいとう喫茶	北五葉ショッピングセンター	北区北五葉3丁目8-41-2	喫茶: 第1・3木曜日 11:00～13:30 カラオケ: 第2水曜日 13:00～16:00 うたごえ広場: 第4火曜日　12:30～14:00	450	回(喫茶) ※うたごえ広場・カラオケ： ￥400		♪		☕	地域の皆様との茶話会や音楽活動により、地域の情報交換やホッとできる居場所作りをして行きたい。西鈴蘭台駅の飾り棚の作品制作も取り入れていきたい。		
北区（本区）	ふれあい喫茶「夢」	集会所	北区ひよどり台5丁目	第2水曜日　10:00～11:30	100	回		♪		☕	高齢者の交流と見守りを目的とした月1回の喫茶を開催。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
北区（本区）	カルガモテニスクラブ	しあわせの村テニスコート	北区山田町下谷上字中一里山14-1	毎週火曜日　13:00～15:00	300	回	○		○		年間40回程度の開催を計画。テニスを通じて体力の維持、脳の活性化、親睦を図り高齢者の健全で豊かな生活に資する事を目標。		
北区（本区）	なぎさ会	神戸市北区文化センター	北区鈴蘭台西町1丁目22-1	毎月第2日曜日　13:00～15:00	330	回			○		北区近隣の仲間で集うマジック同好会。楽しくをモットーに脳の活性化と交流をはかる。地域の要請でマジックを披露する事もあります。	富岡	078-594-2870 090-9044-4986
北区（本区）	喫茶こころ	神戸親和大学	北区鈴蘭台北町7-13-1	毎月第1水曜日　10:00-11:30 （会場都合により年2回休み）	100	回	○	○	○	○	親和大学内で近所の高齢者を対象に、音楽を聞いたり、お茶お菓子を食べたり、おしゃべりをしています。手芸をする時もあります。		
北区（本区）	ふれあいCAFE	KOBE suzuran Lab	北区鈴蘭台北町1丁目4-20	毎週月・水・金曜日　12:00～16:00 ※祭日と第3水曜日お休み。都合により休む場合あり	200	回	○	○	○	○	茶話会で、座って軽く体を動かしたり、歌って声を出したりしています。		
北区（本区）	灯りカフェ	レ・アールビル3階	北区北五葉1-13-1 レ・アールビル3階	月曜～金曜日　9:00～17:00 （月により土日祝日でイベント開催）	100	回	○	○	○	○	地域の方が集えるコミュニティスペース。高齢者の方々の心の拠り所となるようなアットホームな雰囲気で支え合える関係作り。	河原	078-596-1398
北区（本区）	糸ともり倶楽部	レ・アールビル　３階	北区北五葉1-13-1	土曜日または日曜日　14:00～16:00 （会場都合による）	500	回（別途材料費2000円）			○		糸かけを通して、地域の方が世代間交流できる場を提供します。木に触れ様々な色に癒されながら達成感や生きがいを感じられます。		
北区（本区）	泉台健康麻雀クラブ	泉台地域交流センター	北区泉台3丁目13-1	毎週月曜日　13:00～16:00	100	回			○		麻雀を通じて地域住民の交流、親睦を図る事を目的とし、「ボケ防止、リハビリに最適な遊戯として熟年を豊かに」をテーマに掲げる。		
北区（本区）	ほぐしの会	君影町四・五丁目コミュニティプラザ	北区君影町5丁目15-9	毎週水曜日　10:00～11:30	200	月	○				先生の声をビデオテープで聞きながら心と身体をほぐし、いつまでも自分の足で歩き食事が出来るようにヨーガ体操をしています。		
北区（本区）	リトルミィ	神戸市立北区文化センター	北区鈴蘭台西町1-22-1	毎週土曜日　9:00～12:00 ※会場都合（抽選）により月・木・日あり	400	回	○				主に土・日曜日の9時～12時まで活動しています。経験者・未経験者を問わず体験会に参加希望の方は連絡ください。	山田	090-7765-4840
北区（本区）	北区趣味の会	しあわせの村保養センターひよどり等（研修館、たんぽぽ）	北区しあわせの村1-1	書道の会 毎月第3月曜日、絵手紙ハガキ絵の会 第2木曜日、 折り紙の会 第4水曜日 9:00～12:00または13:00～16:00 （会場予約状況により変更の場合あり）	500	回			○		毎月一回の指導を頂き長年継続者、新会員、楽しく活動。 成長成果、有。自宅で作品復習、反省、有。 年一回会員の作品展示会開催、成長の糧となる。	蘆田	090-1969-6692

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
北区（本区）	シニアバドミントンクラブ	しあわせの村体育館	北区しあわせの村1-1	会場予約の状況により 月3回～4回実施　9:00～12:00	200	回	○				最初に全員で準備運動の後、バドミントンの基礎練習を行う。その後、試合形式で途中に休息を取りながら活動を行っている。		
北区（本区）	コミュニティめめ	メゾンドMAEDA2F	北区北五葉6丁目14-32 メゾンドMAEDA2F	毎週月曜・金曜日 13:30～15:30	500	回			○	○	介護予防カフェとして脳トレ麻雀で楽しんだり、食事を持ち寄り共に食べたりお茶を飲んで仲良く過ごしています。	桝見	090-7878-0880
北区（本区）	ほがらかトーククラブ	①泉台集会所、 ②桜の宮地域交流センター	①北区泉台3-39-1、 ②北区甲栄台2-2-20	①泉台-奇数月の第1月曜日 ②桜の宮-偶数月の第2金曜日 ①②共に　13:30～15:30	200	回	○		○	○	フレイル予防のため、月1回、講師をお呼びして、簡単な体操と健康講話、茶話会等をしている。		
北区（本区）	バドミントンクラブ　すばる	しあわせの村体育館	北区しあわせの村1番1号	毎週月曜日　9:00～12:00 （予約状況により水曜日または別会場になる可能性あり）	250	回	○				準備体操の後ラケットを振り15分ほど基礎打ち、その後6～7人の4グループに分かれダブルスのゲームを前半後半2回しています。		
北区（本区）	インクルひろば	鈴蘭台第4団地１号棟　113号、109号	北区南五葉1丁目1番 鈴蘭台第4団地1号棟 113号、109号	①インクルスペース 体操:第2金曜日　13:20～14:50 編物:第3月曜日　12:30～14:00 手芸:第3火曜日　10:30～12:00 歌:第4金曜日　10:30～12:00 ②絵本のたねまき 第3月曜日　14:00～15:30、 ③野の花とお茶席の会 第3土曜日　14:00～15:30	300	回（③）、 ①200円、 ②100円	○	○	○	○	①地域の人の居場所となるよう、歌や体操、手芸、情報などを提供する。 ②絵本の読み聞かせ。 ③野の花を活けお抹茶をたて茶話会を楽しむ。	今倉	078-958-5990
北区（本区）	すずらんクラブ	大原山公園テニスコート	北区大原2丁目31-31	火曜と木曜　11:00～14:00 ※祝日年末年始、お盆は休み、大会・雨天日はなし	300	回			○		65才～82才のシニア層の仲間で「ソフトテニス」を楽しんでいます。 大会にも参加し、元気いっぱいコート内を走っています。		
北区（本区）	カフェ泉台	泉台3丁目集会所	北区泉台3丁目39-3	毎週火曜日　11:30-13:30	500	回				○	季節ごとの手作り料理を楽しみながら、地域の高齢者が交流し、楽しく会話を楽しむ。		
北区（本区）	すずらん・ほっとてぃー	灯りカフェ	北区北五葉1丁目13-1 レアールビル	第1、3月曜日　10:00～14:00	100	回（別途材料費500円/回）			○	○	羊毛フェルトやワイヤークラフト等の製作活動（製作時間120分）。趣味の意見交換。	小池	090-7492-5505
北区（本区）	ふれあいサロン	鈴蘭台自治会館	北区鈴蘭台東町1丁目12の2	第1火曜日　10:30-12:00	300	回	○	○			皆さんとジャンルに問わず歌詞カードを見て歌う。手話も取り入れて指遊びと20分間体操をして健康のお話を楽しく活動。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
北区（本区）	レガートクラブ	金子ビル1F	北区鈴蘭台東町5-7-11 金子ビル1F	第2水曜日　10:00-11:30	200	回	○	○	○	○	参加者一人一人が心から楽しめるよう意欲を持ち、となりの参加者と絆が深まるように心掛けています。特に体を動かし歌いよく笑う。		
北区（本区）	健康教室	自治会館	北区青葉台42-1	第3土曜日　10:30-12:00	100	回	○			○	フレイル予防のため、月1回講師を呼び楽しく体操と健康講話を開催している。	久保	090-6371-6083
北区（本区）	一期一会カラオケ倶楽部	広陵地域交流センター	北区広陵町2-15-3	第1木曜日、第3土曜日 13:00～16:00	500	月		○		○	歌う楽しさを通じて地域のつながりを育み、新たな出会いと交流を促進するとともに、心身の健康とフレイル予防につなげる。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
北区（北神区）	手芸同好会	長尾地域交流センター	北区長尾町上津字大江ノ前194-1	4・6・9・10月は毎週水曜日 5・7・8・11・12・1・2・3月は月３回水曜日　10:00～15:00（変更の可能性あり）	200	回			✓		趣味を生かし手編みを主にスタイルブックを参照しながら作品作りに頑張っている。手先を使う為、脳の活性化、認知症の予防にもなる。	山谷	078-986-5366
北区（北神区）	童謡をうたう会	鹿の子台南町南住宅集会所	北区鹿の子台南町南住宅	第２、第４火曜　10:00～11:30	200	月		♪		☕	童謡唱歌、懐メロのCDを聴いたり、CDに合わせて歌ったり、お茶を飲み、雑談し、情報を交換し、助け合う仲間作りをする。	本島	078-951-6875
北区（北神区）	いきいき百歳体操クラブ	鹿の子台地域交流センター	北区鹿の子台北町6丁目34-3	水曜日　9:30～11:30	50	回	🤸				いきいき百歳体操、認知症予防体操等、ビデオを見ながら行なっています。途中水分補給や会話をし20分程度、休憩します。		
北区（北神区）	書道同好会	長尾地域交流センター	北区長尾町上津字大江ノ前194-1	水曜日　9:00～11:30	500	回			✓		先生が描いて下さるお手本に習い稽古する。その後に指導・添削を受ける。その成果として長尾町趣味と芸術祭で作品を展示している。		
北区（北神区）	いきいき体操	唐櫃台地域交流センター	北区唐櫃台3丁目27-1	第1・3火曜日　第2月曜日の2日 第4木曜日　10:00～11:30 （チラシにてお知らせ）	100	回	🤸				フレイル予防体操による体力維持。		
北区（北神区）	ドエルカフェ	ドエルアルス藤原台集会所	北区藤原台北町2丁目1番	第1日曜日、第4土曜日 14:00～17:00 （変更あり。チラシで掲示）	100	回				☕	地域の方々が、気軽に集え、ゆっくりとくつろげる落ち着いた空間です。お茶を楽しみながら、ほっと一息しませんか。		
北区（北神区）	ふれあい喫茶ハイネ	ハイネ	北区唐櫃台2-3-15	火曜日　10:00～12:00	100	回				☕	淹れたてのドリップコーヒー、紅茶、ココアとお菓子を提供し、高齢者や地域の人の交流の場を提供している。		
北区（北神区）	有野団地書道サークル	UR有野団地B集会所	北区有野台5丁目1-B26	第1･第3火曜日　13:30～15:30 （講師の都合により変更あり。チラシで掲示）	750	回	🤸		✓	☕	講師の指導の下、書道の練習を行います。練習の後には、体操や茶話会をして、交流を深めています。		
北区（北神区）	健康サロン上上津	上上津集会所	北区長尾町上津2450-5	第2土曜日　14:00～16:00	100	回	🤸			☕	茶話会及び講師指導により体操及び脳トレ等を行う。終了後、コーヒーと茶菓子を提供。		
北区（北神区）	楽々健康クラブありの	有野地域交流センター	北区有野中町2-20-19	金曜日　13:00～15:00	700	回	🤸			☕	毎週、金曜日に講師の指導による体操を行っています。体操の前後には、健康に関する話しをしたり、追加の運動をしています。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
北区（北神区）	健康体操	からと中央住宅集会所	北区唐櫃台3丁目15-3	第1･第2月曜日、第3･第4火曜日 10:00～11:30	200	回	○				年齢層の高い住民が多く、外出の機会を作ると共に、フレイル予防、柔軟体操の指導を受けています。		
北区（北神区）	こもれびの会	有馬あんしんすこやかセンター内	北区唐櫃台2丁目23-2	第1月曜日、第2･3金曜日、第4水曜日 10:00～11:30	150	月	○		○		きたきた元気体操、ストレッチ体操、色々な材料を使っての小物作り、頭を悩ます脳トレ、折紙等を休憩を入れながら楽しくやってます。		
北区（北神区）	上淡河健康教室	上淡河地域交流センター	北区淡河町野瀬字新田459の2	第2･第4火曜日　13:30～15:30 （但し8月は第4火曜日のみ）	400	回	○	○		○	歌を唄いながら体操や脳トレ、輪投げ等のゲームをしている。月1回程度専門講師の指導を受け、介護予防に取り組んでいる。		
北区（北神区）	ふれあいピンポンオレンジの会	からと中央住宅集会所	北区唐櫃台3丁目15-3	第1･第3月曜日　13:00～15:00	100	回	○		○		フレイル予防体操、卓球で体を動かしたり、季節にあった小物作りをして指先を動かして作成します。	植田	080-5711-9195
北区（北神区）	ふれあいヨガ＆健康体操	セレノホール	北区藤原台北町5-3-6	①神戸いきいき元気体操 偶数月第2火曜日　13:30～15:00 ②健康体操 奇数月第2火曜　14:45～16:15 ③ヨガ 第4土曜日　14:45～15:15	300	回 ※①50円/回 ②200円/回 ③300円/回	○				ヨガ講師は現役の看護師でもあり、高齢者向けのヨガを実施し、筋力の衰えを予防する効果を狙う。（ヨガ中はお香を焚き、終了後は特殊なお茶と健康相談）講師の都合により中止となった椅子ヨガの代替えとして「神戸いきいき元気体操」をDVD（プロジェクター）をみながら行う。		
北区（北神区）	喫茶ひまわり	鹿の子台南鉄筋住宅集会所	北区鹿の子台南町6-18	第1･3月曜日　9:30～11:30	100	回				○	コーヒーとアレンジトースト（アーモンド・ピザ等）を頂きながら楽しくおしゃべりをして過ごせる時間と場所を提供します。	松田	090-9712-1023
北区（北神区）	どれみサークル	鹿の子台県営住宅集会所	北区鹿の子台南町6-18	第1・2・3水曜日　10:00～11:30	100	回	○	○			音楽療法士指導のもと、季節の歌、懐かしい歌を皆で歌っています。 また、簡単な楽器演奏をしたり、歌を歌いながら体を動かしています。	松田	090-9712-1023
北区（北神区）	健康づくりひろば南町	①市営住宅集会所 ②南町自治会館	①北区鹿の子台南町1-1 ②北区鹿の子台南町4-17-16	月曜日　13:30～15:00	100	回	○				高齢者や歩行困難な方でも参加できるよう椅子に座ってストレッチ、その後、健康の話や認知症予防に脳トレをしています。	松田 智佐子	090-9712-1023
北区（北神区）	健康づくりひろば北町	鹿の子台地域交流センター	北区鹿の子台北町６丁目34-3	第2・第4火曜日　10:00～11:30	100	回	○				高齢者や歩行困難な方でも参加できるよう椅子に座ってストレッチ。その後、健康の話や認知症予防に脳トレをしています。	松田	090-9712-1023
北区（北神区）	ふれあい喫茶みなみまち	鹿の子台南町自治会館	北区鹿の子台南町4丁目17-16	第1木曜日　10:00～12:00	100	回				○	地域集会所に高齢者が集い、互いに交流が図られること、ボランティアや参加者が季節の花を持ち寄り、話題づくりを楽しんでいます。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
北区（北神区）	①らくらく健康教室 ②らくらく自由教室	八多町中公民館	北区八多町中1177	①毎週金曜日　13:30～15:00 ②第1、第4金曜日　10:00～11:30 （別途100円）	100	回	○		○	○	ビデオを見ながら「いきいき元気体操」「百歳体操」を行う他、月２回外部講師による体操を実施する。他、年数回食事会、茶話会実施。 毎週１回は健康教室として体操を実施し、第1と第4金曜日は自由教室として編み物や習字、折紙、塗り絵等の趣味活動を行います。		
北区（北神区）	あゆみ・有馬口	デイサービスセンター「まほしの里」	北区有野町唐櫃字東垣291-1	第2土曜日　10:00～11:30 （8月1月は休み）	100	回	○	○		○	月に１回のみの活動です。運動・音楽・文化活動を組み入れ変化を持たせて皆様に楽しみに集まって頂けるように工夫して活動しています。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
長田区	いきがい教室	房王寺８号棟集会所または事務所	長田区房王寺町５丁目1-8-812	第２木曜、第３木曜、第４水曜、第４木曜、第５木曜 13:00～15:00	50	回(体操しよう会) 100円／回(将棋趣味の	○		○	○	体操教室　将棋趣味の会　体操しよう会　パソコン趣味の会　映写会　茶菓子等で談話会		
長田区	カラダラボ	いたやどばあちゃん	長田区庄山町４－１－１４	第１月・第４月　体操 第３月　調髪　10:30～12:00	500	回	○			○	運動療法を取り入れた健康体操で定期的な身体のケアと調髪や茶話会での地域の人たちとの交流で心身両面でのフレイル予防を行う。		
長田区	健康体操教室	グリーンヒルズ鷹取集会所	長田区長尾町１－８	第３火曜日　14:00～15:30	100	回	○				講師の宮下先生のご指導のもと、椅子に座ってリズム体操・筋トレストレッチ運動をします。家庭的な雰囲気の中で汗を流しています。		
長田区	おてだま	神戸いたやどばあちゃん	長田区庄山町４－１－１４ 神戸いたやどばあちゃん内	①川柳の会 第１金曜日 ②源氏物語を語り合う会 第２土曜日 ③フレイル予防のためのボイストレーニング 第２・４水曜日 ①②③　10:00～12:00	500	回	○		○	○	参加者の関心事にみんなで取り組むことでフレイル予防と孤独・孤立の防止に取り組む	黒田	06-6339-0358
長田区	みんなでかんたんヨガ体操	高麗台自治会館	長田区長尾町２丁目１０－３	毎週木曜日　9:45～11:15	600	回	○		○	○	みんなで楽しく元気に　いつまでも健康でいよう！　体づくり・おしゃべり・お茶会しましょう♪	マキ	090-6237-4557
長田区	ゆいカフェ	たかとりコミュニティセンター	長田区海運町３－３－８	毎週木曜日　9:30～11:30	100	回	○	♪	○	○	コーヒー・お菓子付き100円です。和やかな雰囲気の中、軽い体操や脳トレプリントを行い、気軽なおしゃべりを楽しんでいます。 音楽鑑賞やマジック鑑賞、講師のお話、折り紙など、時折イベントも開催しています。	江城	078-731-8577
長田区	コミュニティサロンふたば	ふたば学舎	長田区二葉町7-1-18	第３日曜日　10:00～11:30	100	回　モノづくり開催時:別途100円(材料費)	○			○	日曜日の朝のひととき（月1回）を一緒に過ごせる場所、椅子に座ってできる軽い運動やおしゃべりを楽しめる居場所を提供します。		
長田区	ルーテルカフェ	日本福音ルーテル神戸教会	長田区寺池町2丁目４－７	第３月曜日　10:00～11:30	100	回				○	地域住民に気軽に集って頂き、家庭的な雰囲気の中、お茶やおしゃべりを楽しみながら、参加者同士交流が持てる場を提供する。		
長田区	どこでも保健室	カラオケ歌居屋	長田区大橋町５－３－１ アスタイーストＢ１	毎週土曜日　10:00～11:30	300	回	○		○	○	健康で豊かな生活をめざし、転倒予防ステップ・ボッチャ・脳トレとして健康麻雀など、楽しくやっています。	北山	090-4767-4584

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
長田区	みんなで元気カフェ	アスタピア新長田ウィズコート	長田区大橋町7丁目２－１	第２・４月曜日　13:30～15:30	100	回	○			○	色々なDVDを用意して、椅子に座って体操をします。講師と一緒に普段と違う運動や楽器演奏の方を招き歌ったりもします。		
長田区	Sugar　house@ながた	神戸市市営住宅長尾集会所1階	長田区長尾町1丁目1-1	朝カフェ・第1月曜日　9:00～10:30 健康体操・第2月曜日　10:00～11:30	300	回　朝カフェ　100円/回	○	○		○	毎月第１月曜日「朝カフェ」第２月曜日「健康体操」を行います。また年３回（６月１２月３月）イベントを開催いたします！	岡田	090-2062-2023
長田区	からだ動かそう会	明泉寺シティコート	長田区明泉寺町１丁目５－５	第２日曜日　10:30～12:00	50	回	○		○		地域住民に気軽に集って頂き、家庭的な雰囲気の中、一緒に体操や各種趣味活動等を通して、参加者同士が交流できる場を提供する。		
長田区	喫茶 「ハピネス」	はっぴーの家ろっけん	長田区二葉町1-1-8	第３水曜日　13:30～15:00	100	回	○	○		○	茶話会の前に歌や体操等でリフレッシュした後は、集まった皆さんでの交流を楽しんでいただきます。	村松	090-4645-4795
長田区	ブラボー会	長田天神県住集会所	長田区長田天神町６丁目５	第４木曜日　13:30～15:00	50	回	○				フレイル予防　DVDで体操　講師の話　用具を使った運動		
長田区	長田駅東住宅ふれあい喫茶	長田駅東住宅211号	長田区四番町５－１	第３木曜日　9:30～11:30	200	回				○	ふれあい喫茶。パンやコーヒー、ゆで卵を提供しています。 カラオケやエレクトーン演奏もしています。		
長田区	こうべオレンジカフェかんで	高取台サンハイツ	長田区上池田3丁目17-8	第２土曜日、第４日曜日 13:30～15:00	150	回　第２土曜日・200円/回　第４日曜日	○	○	○	○	いきいき体操　認知症予防　脳トレ　絵本の読み聞かせ 茶話会　カルタ/文字遊び　間違い探し　近隣ウォーク等	日置	090-5129-4170
長田区	わくわくえいご	高取山地域交流センター	長田区高取山町１丁目２－３	第２土曜日　10:00～11:30	100	回	○		○	○	こどもから高齢者まで英語のカルタによって楽しく学びながら地域の活性化をはかる事を目的としている。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
須磨区	とんがり活き活き倶楽部	とんがりハウス	須磨区東白川台2丁目10-1	第1・3木曜日　13:00～14:30（8月休み、5・1月1回休み）	100	回	●				協力福祉事業所による体操指導。DVDによる様々な体操、トレーニング。		
須磨区	いろは	自治会集会所	須磨区東落合1丁目5	第2水曜日　13:30～15:00	200	回				●	地域の皆様の交流の場です。珈琲の香りに誘われ、お喋りに時の経過も忘れます。手作りのお菓子と共に楽しい時間を過ごします。		
須磨区	カフェ・OCHI・愛	UR落合団地集会所	須磨区北落合1丁目1-319	第4水曜日　10:00～12:00	150	回	●	♪		●	喫茶だけでは無く脳トレゲームや体操、折り紙製作、音楽鑑賞（CD使用）歌唱等を行なっており、本格的なコーヒー（メーカー使用）菓子付。		
須磨区	はつらつクラブ	あいハート須磨	須磨区松風町4-2-26	第1月曜日　10:00～11:30	200	回	●				DVDを見たり講師を招いたりして体操と脳トレをしています。		
須磨区	健康寿命をのばそう会	口妙法寺コミュニティプラザ	須磨区妙法寺宮ノ下50-1	第2・4金曜日　10:00～12:00	100	回	●				KOBE元気体操のDVDを見ながら運動をしている。奇数月に愛の園、松の郷のPTの方が勉強を教えに来てくれる。		
須磨区	Let's go!「生き生き会」	北落合第2住宅集会所	須磨区北落合2丁目12番地	第4木曜日　9:50～11:50	200	回	●	♪		●	認知課題と運動課題に同時に取り組むデュアルタスクに挑戦しています。童謡の曲によるパタカラ口腔体操や茶話会で交流を深めます。		
須磨区	大人のぬり絵サークル	落合団地第一集会所	須磨区北落合1-1-319	第1・3月曜日　13:30～15:30	300	回			✎		サークルを立ち上げて4年目に入りました。先生にも来て頂いて指導のもと、楽しく学んでいます。		
須磨区	はつらつ健康体操	上須磨自治会館	須磨区緑が丘1丁目1-11	第3火曜日　10:00～11:30	300	回	●		✎		高齢者にとって大切なフレイル予防として、健康運動指導士のもと、一緒に楽しく運動をし、良い繋がりを持てる場を提供する。		
須磨区	東落合シルバークラブ カラオケ部	東落合地域交流センター	須磨区東落合3丁目33-12	毎週水曜日と第2・4木曜日 13:00～17:00	200	回		♪			カラオケを楽しみながらお茶を飲んだり部員同士が情報交換したりしています。		
須磨区	外浜コスモス	外浜集会所	須磨区外浜町3丁目1	第2土曜日　13:30～15:00	200	回	●		✎	●	茶話会だけでなく、軽い体操や折り紙等、又、高齢者向け情報の勉強会等を行います。コーヒー、紅茶を飲みながら、みんなで歓談します。		
須磨区	オセロの憩いの場	個人宅	須磨区東町3丁目	毎週土・日曜日　9:00～14:00	500	回				●	色々と不安などあると思います。私達と楽しくお話ししましょう。コーヒー1杯500円。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
須磨区	南落合シルバーの会	南落合地域交流センター	須磨区南落合3-11-2	第4水曜日　14:00～16:00	100	回	○			○	月1回太極拳を基にした健康体操をしています。肩こりや腰痛予防になりますので、是非若い方にも参加して頂きたいと思います。		
須磨区	さわやか喫茶７７	県営白川台住宅集会所	須磨区白川台2丁目37-3	第2火曜（喫茶）、第1・3水曜（体操） 13:30～15:00	200	回	○			○	喫茶では、ボランティアの方をお招きし楽しんで頂き、淹れたてのコーヒー・お菓子を提供し、体操では、月1回講師の指導あります。		
須磨区	オ・ジ・バくらぶ	須磨一の谷グリーンハイツ集会所	須磨区一の谷町1-2-6	第4金曜日　10:00～11:30	150	回	○			○	フレイル予防を目的に、お茶会や講師を招いて体操や脳トレなどを行い、地域住民のコミュニティの場を作る。		
須磨区	みんなの居場所「須磨いるサロン」	ハッピー須磨ハイツ1階	須磨区須磨浦通3-3-16	第2・4月曜日、第2・4水曜日、第2木曜日　13:30～15:30	500	円			○		毎日型の居場所事業の中で、月に5回、健康麻雀教室と介護予防教室を実施し、介護予防と仲間づくりに励んでいます。	福富	078-732-0456
須磨区	カラダ探求ラボ	コープ須磨集会室	須磨区月見山本町1丁目9-28	毎週火曜日　10:00～12:00	500	回	○				ストレッチと体幹トレーニングでフレイル予防。漢方の座学も取り入れ、楽しく学びながら身体を動かし健康づくりをしています。		
須磨区	神戸アスリートタウンクラブ	神戸総合運動公園　園地ほか	須磨区緑台	第1土曜日（ウォーキング）、 第3土曜日（ヨガ）、第4日曜日（ノルディックウォーキング）　10:00～12:00	500	回　（ヨガのみ1,000円/回）	○				総合運動公園を拠点に活動します！月2回ウォーキング、月1回野外ヨガを開催！ イベントは遠出ウォーキングなどを実施！雨天中止。	高山 岡田	078-796-1126
須磨区	こたこたカフェ　名谷店	神戸市営住宅名谷東集会所	須磨区中落合1丁目2	毎週土曜日　12:00～16:00	200	回	○			○	地域の居場所としてカフェと体操を開催しています。		
須磨区	つどいの場　東落合第三集会所	東落合第三集会所	須磨区東落合1丁目3	第2・4水曜日（小物づくり） 13:00～15:00 第4火曜日（体操） 10:00～11:30	100	回	○		○		第2・4水曜は手芸、第4火曜は体操を行っています。		
須磨区	うたごえ喫茶“トンガリカフェ”	とんがりハウス	須磨区東白川台2丁目10-1	第2日曜日　14:00～15:30	200	回		♪		○	地域住民（特に高齢者）を対象に“みんなでうたいましょう”“おしゃべりタイム”を設け、各自が憩う時を過ごせるように活動する。		
須磨区	カラオケ	松尾地域交流センター	神戸市須磨区北落合3-2-1	毎週月・火曜日　13:00～16:00	200	回		♪			通信カラオケを利用し、地域の高齢者の交流を図ります。 付属アイテムも利用し、健康増進と認知症予防を図ります。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
垂水区	塩屋さくらカフェ	塩屋さくら苑	垂水区塩屋町4-25-11	毎月第3日曜日 14:00～16:00（カフェ） 5/28午前　塩屋のまち歩き	300	回、塩屋のまち歩き1回（5/28）は100円	○	○		○	高齢者が孤立せず、元気に、健康に暮らせるコミュニティづくりを目的とし「塩屋さくらカフェ」を開催。 淹れ立てコーヒーとお菓子（デザート）でもてなし、様々な催しを行うことで、楽しい時間を過ごしていただいています。 楽器演奏で合唱（民謡・歌謡曲・唱歌）、講習会、リハビリ指導・体験等々。		
垂水区	さくらシニア歌の会	塩屋さくら苑 または塩屋地域交流センター	垂水区塩屋町4丁目25-11 または垂水区塩屋町4丁目3-9	第2日曜日　10:00～12:00 年8回金曜日　10:00～12:00	300	回	○	○			歌はご指導の先生のキーボードに合わせ童謡歌謡曲メドレーの歌を1時間、そのあと体操を時々理学療法士の先生が来られて指導を受けています。	井手	078-751-0327
垂水区	イキイキ体操	塩屋地域交流センター	垂水区塩屋町4丁目3-9	毎月第1を基本とした金曜日 10:00～12:00	300	回	○	○			三味線で民謡を5曲くらい指導を受けたあと、体操を20分ほど。休憩で2回水分補給あり。時々理学療法士の指導を受けフレイル予防をしている。	井手	078-751-0327
垂水区	福寿卓球クラブ	福田地域交流センター	垂水区乙木3丁目３の２	第1・第3土曜及び第2・第4木曜 13:00~17:00	500	月	○			○	後期高齢者を主体とした卓球活動で、健康維持と親睦を目的としている。午後3時にはティータイムを実施し情報交換を楽しんでいる。		
垂水区	ハッピークラブ	神戸市立東垂水公民館	垂水区東垂水1丁目１－１	毎週火曜日　14:00~16:00	50	回	○				参加者の健康維持と交流を深めることを目指し、楽しい時間の共有と怪我が無いように気を付け、明るく・仲良く卓球を楽しみます。		
垂水区	みんなの居場所　七丁目クラブ	民家	垂水区高丸7丁目	毎週水曜日・木曜日、月2回土曜日 13:00～16:00	300	回			○		集って、麻雀をしています。男性、女性、それぞれがこれまでの経験をなつかしみ勝敗や人との出会いを楽しまれています。		
垂水区	上高丸すこやか健康クラブ　ダーツ会	上高丸地域交流センター	垂水区千鳥が丘3-20-15	月3回土曜日　13:00～16:00	250	回			○		ダーツの特徴は、投げた矢の数字の合計をすばやくカウントし、次の人に渡すことが条件で、これをスムースに行うことが楽しいゲームです。	徳田	090-3945-7549
垂水区	上高丸すこやか健康クラブ　健康麻雀会	上高丸地域交流センター	垂水区千鳥が丘3丁目20-15	毎週日曜日　13:00～16:30	250	回			○		麻雀を通じて親睦をはかり、認知症予防を計り、明るい人生を歩むことを目指し、参加者は日本の平均健康年齢を越えることを目標にガンバッています。		
垂水区	歌鶯会	上高丸地域交流センター	垂水区千鳥が丘3丁目20-15	（原則）第3をのぞく金曜日 12:30～16:30	1000	月		○	○		声を張り上げて皆の前に出て1人で歌う緊張感が認知症予防になり、そして声を出すことで嚥下障害予防とフレイル予防に貢献しています。		
垂水区	神和台卓球クラブ	神和台自治会集会所	西区学園東町7丁目128	毎週月曜日・第２を除く木曜日 13:00~17:00	100	回	○			○	健康親睦を兼ねて卓球練習及び、茶話会でフレイル予防しています		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
垂水区	OSK会卓球クラブ	神和台自治会集会所	西区学園東町7丁目128	第1・第3水曜日、第3・第4土曜日 13:00～17:00	100	回	●		●	●	途中でティータイムを取り、卓球以外の話題などで皆さんとのコミュニケーションを心がけています。		
垂水区	FTT会卓球クラブ	神和台自治会集会所	西区学園東町7丁目128	第1・第3・第4金曜日、第2木曜日 13:00～17:00	100	回	●		●	●	ラジオ体操をしてから卓球を始めます。コーチに指導してもらいながらシングル、ダブルスをします。30分くらいお茶タイムを取ります。		
垂水区	神和台エコー	神和台自治会集会所	西区学園東町7丁目128	第2・第4日曜日　14:00～16:00	300	回	●	●			参加者のリクエスト曲をスクリーンに映し伴奏に合わせて歌うことで、親睦を深めストレス解消や心身の健康増進し楽しい時間を過ごす。皆で体操の時間もあり。	安田	090-5137-5221
垂水区	神和台体操クラブ	神和台自治会集会所	西区学園東町7丁目128	毎週土曜日　10:00～11:30	100	回	●			●	手術後、体の不調、ひとり暮らしなど問題を抱えながらも集まって楽しく運動したり、話をしたりしてフレイル予防に頑張っている。		
垂水区	悠悠会	レバンテ垂水3番館集会室	垂水区日向1-6-1	第1木曜日　10:00～11:30	100	回	●	●			大正琴の伴奏で童謡や歌謡曲をみんなで歌う。お菓子を食べながら隣の人とお話しする。二重課題運動、筋肉トレーニング他を行う。		
垂水区	古民家でつどい場「ともの心こきゅう」	みんなの家 セラビィ	垂水区平磯3丁目3-4	第1・第3火曜日　13:30～16:00	300	回	●		●	●	古民家が持つ「場の雰囲気」を味わいつつ大きな声を出す平家物語・体操・シニアの問題を学ぶ時を持ったり茶話会等で交流を楽しむ。		
垂水区	ニュー垂水卓球クラブ	垂水体育館	垂水区平磯1丁目1-56	毎週金曜日　11:00～13:00	100	回	●				ラジオ体操＆卓球シングルス、ダブルス練習兼ねてフレイル予防		
垂水区	たるみ生涯卓球クラブ（垂水卓球クラブ・舞子卓球クラブ・東垂水卓球クラブ）	神戸市立垂水体育館	垂水区平磯1丁目1番56号	水・木・土曜のうち月4回程度 15:00～16:50 （事前会場申込抽選結果による）	200	回	●				垂水体育館第1体育室で、毎週水・木＆土で練習を実施。60才位から90才位迄の明るい雰囲気の高齢者集団です。初心者大歓迎❤□		
垂水区	ハリマ	神戸市立垂水体育館	垂水区平磯1丁目1番56号	月３回　木曜日　9:00～11:00	200	回	●				卓球を通じて参加者相互の体力の維持と親睦を目的として、活動していきます。		
垂水区	めっきらーず・シニア	ほほえみ星陵台	垂水区星陵台3丁目1-1	第1火曜日・第3水曜日 10:30～12:30	200	回	●	●	●		第1火曜日は体操を中心に、第3水曜日は趣味活動を中心に実施。 ラジオ体操、神戸いきいき体操、手芸、ゲーム、脳トレ、歌唱等を組み合わせてプログラムを用意している。	松谷	090-9613-1245
垂水区	ほほえみの集い	小規模多機能型居宅介護ほほえみ星陵台	垂水区星陵台3丁目1-1	第1木曜日　14:00～15:30	300	回	●	●	●	●	体操・ゲーム大会・笑いヨガ・発声練習から始まるたのしい合唱・作品づくり等を行っています。お茶とお菓子を提供しています。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
垂水区	西脇カラオケクラブ	西脇地域交流センター	垂水区本多聞1丁目5-4	第2・第4土曜日　13:00～16:00	300	回		♪	✎		趣味のカラオケでたくさんの友人と楽しみを共有し、時を過ごすことを目的とします。		
垂水区	きら星手芸サークル	北舞子第４住宅第3集会所	垂水区北舞子2丁目3	第2金曜日　10:00～12:00	200	回			✎		参加者全員で作りたい物を相談して決めています。有る材料を生かしながら皆で楽しく作っています。講師はいません。		
垂水区	ゆるカフェ	神陵台3丁目集会所	垂水区神陵台3-2	第2・第4水曜日　14:00～16:00	100	回	🚶	♪		☕	地域住民交流を目的に、カフェを開いています。体操や映画鑑賞、ゲームなど毎回違うイベントを企画して、楽しんでいます。		
垂水区	舞楽クラブ	舞多聞地域交流センター	垂水区舞多聞西5-11-5	書道教室: 第4木曜日　10:00～12:00 体操教室: 第1・第3木曜日　10:00～12:00	100	回	🚶		✎		体操・書道教室に参加していただき、健康を保つと共に、地域の方々の交流の場を提供致します。また地域の活性化を図ります。		
垂水区	舞多聞コムカフェ	COMU館	垂水区舞多聞東3丁目4番1-3	第1・第3 木曜日　10:00～12:00	50	回	🚶		✎	☕	季節に合わせたイベントを開催し、運動やおしゃべりも楽しめる場を作ります。あわせて喫茶や軽食の提供をします。		
垂水区	明舞カラオケクラブ	県営明舞高層住宅14階集会所	垂水区南多聞台1-9	毎週土曜日　13:00～16:00	200	回		♪			南多聞台・神陵台地区の高齢者を中心としたカラオケ（月4回）を開催し、参加者はカラオケを通して、交流を深めています。	前角	090-1139-2976
垂水区	ふれあい喫茶　カムカム	民家	垂水区南多聞台1丁目	第2・第4水曜日　10:00～12:00	200	回	🚶		✎	☕	毎回体操を30分弱行う。歌うことで参加するイベントを楽しんだり、脳トレ、ゲーム等を楽しむ。それ以外はお茶を飲みながら歓談。		
垂水区	農村歌舞伎同好会	神陵台6丁目コミュニティプラザ	垂水区神陵台6丁目２	月4回 土曜日か日曜日 9:00～12:00か13:00~16:00	500	回（特別講師指導時は1000円）			✎		平均年齢80才、元気な高齢者が集まり、神戸に残る農村歌舞伎を演じながら、脳活、体力維持等を目標に、楽しく活動しています。	松	078-781-8932
垂水区	ゆうあいサロン	ゆうあいサロン	垂水区東舞子町14-8	第1・第3・第4水曜日 10:00～13:00	500	回	🚶	♪	✎	☕	看護師による介護予防体操・音楽療法士のミュージックセラピー・認定指導員による認知症予防音楽ケア体操 ・趣味活動として知香流生け花、季節の手芸作品作り・写経・脳トレなど週替わりで行っています。希望者には手作りの昼食・デザートを召し上がってもらってます。(別途料金要)	北原	078-783-1186 【つどいの場開催日のみ】
垂水区	かけはし	コープミニ東舞子集会所	垂水区舞子台4-9-8	毎週金曜日　10:15～12:15	100	回	🚶		✎		軽い体操と卓球で、健康保持・反射神経向上・ストレス解消など。 認知症予防にもなる為に参加をお待ちしています。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
垂水区	東舞子青松会	コープミニ東舞子集会所	垂水区舞子台4-9-8	毎週日曜日　10:00～12:00	100	回	✓				卓球・軽い体操、高齢化社会にいつまでも元気に、認知症予防とフレイル予防に地域の親睦の為に活動しているクラブです。		
垂水区	青松会リズム体操クラブ	苔谷公園コミュニティセンター	垂水区舞子台4丁目1-1	第1・第3月曜日　10:00～11:30	200	回	✓				地域高齢者のつどいの場として、講師のもと音楽に合わせてリズミカルに身体を動かし楽しくトレーニングとフレイル予防をしています。		
垂水区	舞子シニアカラオケマージャンクラブ	苔谷公園コミュニティセンター	垂水区舞子台4丁目1-1	毎週火曜日　13:00～16:00	100	回		✓	✓	✓	カラオケでのどを鍛え、マージャンで脳と指で活性化し、茶話会で情報交換することで、フレイル予防に必要なつどいの場を行っているクラブです。		
垂水区	ノルディックウォーキングクラブ	垂水区内 (垂水健康公園・あじさい公園等。回によって異なる)	垂水区内(垂水健康公園・あじさい公園等。回によって異なる)	第4月曜日　10:00~11:30	300	回	✓				垂水を歩きます！お気軽にご参加ください！ ノルディックウォーキングとは専用のポールを使用して歩きます。無料貸し出しあり。	岡田	090-2062-2023
垂水区	蓮華会	神戸市営北舞子第4住宅第3集会所	垂水区北舞子2-3	毎週水曜 14:00~17:00	500	回		✓		✓	カラオケで歌うだけではなく、誕生月には毎週のお菓子以外にお菓子のセットのプレゼント等で皆さんでお祝いをしています。		
垂水区	ベルデ名谷 リズム体操と姿勢のサロン	ベルデ名谷集会所	神戸市垂水区名谷町2292-10	毎週日曜9:00～10:30	100	回	✓	✓	✓	✓	リズム体操や棒体操で正しい姿勢と筋力を維持します。 リハビリ専門職であるスタッフの知見を活かし、共に健康な毎日を作ります。		
垂水区	ドレミ会	神戸市立舞多聞地域交流センター	神戸市垂水区舞多聞西5-11-5	毎月第3金曜日　10:00～12:00	500	回		✓			音楽を通して、シニア層をはじめ地域の方を対象に、オーラルフレイル対策として、交流と居場所づくりを行い元気づくりの場とする		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
西区	春日台第一カラオケ同好会	神戸市立春日台地域交流センター	西区春日台4-5	第1・2木曜日　13:00～16:00	300	回		♫			皆で大きな声で歌っています		
西区	いきいき体操春日	西神(13)(14)(17)団地自治会集会所	西区春日台2丁目13-１	毎月曜日　10:00～11:30	50	回	🤸				月４回程集まり、フレイル予防の為に、いきいき百歳体操やストレッチ体操など、様々な体操を行っています。		
西区	頭脳活性ゲームサークル	神戸市立春日台地域交流センター	春日台4丁目7-5	第1、第5日曜日と第2、第4、第5木曜日 13:00～16:00	50	回	🤸		🖌		月に4回、頭脳活性ゲーム(麻雀)を行い、老化防止と会員の親睦を図っています。	奥野	090-1964-6482
西区	さえずりサークル	神戸市立春日台地域交流センター	西区春日台4丁目5	第1、第3土曜日　13:00～17:00	300	回		♫		☕	介護予防のため春日台にお住いの高齢者が集い軽い体操、民謡、カラオケ並びにお話の集い等の活動を行う。		
西区	歌声サークル「翼」	神戸市立春日台地域交流センター	西区春日台4-5	第２、第４水曜日　10:00～12:00	250	回	🤸	♫			歌声サークルは青春時代の歌声喫茶を懐しみ、地域住民との健康と親睦の為、和気あいあいとフレイル予防にも兼ねて楽しく歌っています。		
西区	輪投げサークル	神戸市立春日台地域交流センター	西区春日台4-5	第２、第４土曜日　13:00～16:00	50	回	🤸				輪投げの練習をとおして、得点の集計など暗算もよくなり認知の予防になると楽しくやっています。		
西区	初めての囲碁入門クラブ	神戸市立西体育館	西区春日台5丁目436	第１・第３木曜日、毎週土曜日 月6回開催　13:00～16:00	300	月			🖌		「囲碁をやってみたいけど初心者だけに地域にある囲碁クラブに入会するには敷居が高い」 そんな思いの人たちがＨ２８年２月に西体育館開催の「初心者向け無料体験教室」に参加、その後立ち上げました。新しい仲間を募っています。		
西区	ダーツクラブ(絆)樫野台	マイコートⅡ、Ⅲ集会所	西区樫野台3丁目1-89	第１、３土曜日　9:00～11:30	200	回	🤸		🖌		準備体操の後、ダーツを一回３ゲームおこなっています。年１回大会と親睦会をしています。	日野	090-3272-4810
西区	いぶき西ふれあいグラウンドゴルフ	谷口公園	西区井吹台西町	毎週月・水・金曜日　8:15～10:15	50	回	🤸				参加者相互の親睦を図り、健康維持・増進を図るとともに地域住民との融和を図る。		
西区	ザ・そらまめ	神戸市立西体育館	西区春日台5丁目436	毎週金曜日　11:00～13:00	100	回	🤸			☕	毎週金曜日に卓球をおこないフレイル予防につとめ、休憩で話をしてボケ防止につとめています。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
西区	歌声さくら貝	神戸市立玉津南公民館	西区玉津町上池318-13	第２、第４火曜日　14:00～16:00	500	回	○	○		○	月２回集まり、体操や発声のドリル、歌い方、リズム法を先生の指導の下に行っています。		
西区	ゆったり朝活ストレッチ	朝日が丘自治会館	西区北山台2丁目23-19	第４月曜日　9:00～10:45	300	回	○				ヨガマットの上でゆったりしたストレッチを講師に教わりながら楽しんでいます。近隣の方どなたでも参加を待っています。	堂本	078-994-2585
西区	喫茶と体操	朝日が丘自治会館	西区北山台2丁目23-19	第４水曜日　13:30～15:00	200	回	○			○	月1回の開催です。講師に教わりながら椅子体操とボール体操です。高齢の方の参加の機会を増やしたいと願っています。茶話会もあり	堂本	078-994-2585
西区	わくわくリズム体操の会	朝日が丘自治会館	西区北山台2丁目23-19	第２、４金曜日　14:00～15:30	500	回	○				講師に教わりながら、シニア向けのリズム体操をします。音楽に合わせて体を動かし、おしゃべりも楽しんでいます。	堂本	078-994-2585
西区	和らぎ手作りサークル	神戸市立井吹西地域交流センター	西区井吹台西町4丁目4番	第2月曜日、第4木曜日 9:30～15:30	500	回			○		月2回、地域交流センターで楽しく交流しながら、作品作りをおこなっています。		
西区	球悠会	西神ニュータウンテニスガーデン	西区高塚台4丁目12	水曜日　13:00～15:00	400	回	○		○	○	いつまでも元気で健康に暮らせるよう、テニスを通じて、体力維持・向上・親睦等につとめています。		
西区	マーガレット	神戸市立有瀬地域交流センター	西区伊川谷町有瀬1137-30	毎週火曜日　18:30～20:00	250	回	○		○	○	いつまでも元気で過ごすために、健康体操、太極気功をおこなっています。体操は講師に指導してもらい皆で交流し楽しんでいます。	大本	090-7966-2611
西区	宮下コスモスサークル	宮下自治会館	西区宮下2丁目9-1	第2、第4水曜日　9:30～12:00	300	回	○				外部講師を招き、地域の自治会館を利用してヨガなどの体操を行います。		
西区	高津橋いきいきひろば	高津橋公会堂	西区玉津町高津橋557-3	①カラオケ第2,4月曜　13:00～16:00 ②グランドゴルフクラブ毎月,水,金曜日　8:00～11:00	1000	月	○				フレイル予防の為成績よりも親睦重視でグラウンドゴルフ、カラオケをおこない、わきあいあいと楽しくやっております。		
西区	健康体操	神戸市立玉津南公民館	西区玉津町上池314	毎週水曜日　14:00～15:30	300	回	○				冷暖房完備の体育室で、ヨガを取り入れたシニアに無理のない動きを主とした全身運動を行っています。		
西区	100さいまで生きようかい	神戸ローズタウン自治会館	西区玉津町高津橋993	毎週木曜日　10:00～11:30	100	回	○				後期高齢者が多くなり身体の不自由な方や独居者が増えている。フレイル予防、認知予防の為身体を動かし語り合う場が必要である。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
西区	るみ子の家	１１団地集会所	西区狩場台5丁目3	第1金曜日　13:00～16:00	500	回			✓		着物や古くなった服などを先生の指導のもと、リメイクしています。		
西区	西神春日クラブ第3カラオケ同好会	神戸市市立春日台地域交流センター	西区春日台4-5	第2,4日曜日　13:00～16:00	200	月		♪	✓		カラオケ月２回の開催で、大きな声を出し合い健康維持増進へサポートする体操や茶話会の時間を設けてコミュニケーションをはかります。		
西区	ネオカフェ	ネオコーポ明舞壱番館集会室	西区伊川谷町有瀬141-5	第3土曜日　10:00～11:30	200	回	✓	♪	✓	✓	ほっとひととき… お茶とおしゃべりとふれあいの場(ネオカフェ)で友達をつくろう		
西区	春日台ボッチャサークル	神戸市立春日台地域交流センター	西区春日台4丁目5	第3,4日曜日　13:00～16:00	100	回			✓		誰もが参加できるボッチャ競技で参加者同士の交流を深めフレイル予防、健康維持をすすめます。		
西区	西神詩吟教室	たけのプラザ集会所	西区竹の台2-20-4	第1,3,4火曜日　13:30～16:30	500	回	✓		✓		日本の伝統文化の詩吟の会得と声出しで健康維持。会員間の親睦をはかる。		
西区	以心伝心	神戸市立西体育館	西区春日台5丁目436	毎週水曜日　14:00～16:00	500	回	✓				練功(日本のラジオ体操みたい)から始まって、太極拳で転倒防止のためのバランス力・調整力を学んでいます。		
西区	ゆかり・縁カフェ	コープ神戸桜が丘組合員集会所	西区桜が丘中町3丁目2-3	第2火曜日　13:30～15:30 他不定期で年2回開催	200	回	✓	♪	✓	✓	認知症の本人や家族、高齢者など地域の誰もが気軽につどえる居場所として、楽しくコミュニケーションできる場所にしています。		
西区	竜が岡「カラオケ楽しむ会」	神戸市立岩岡第2地域交流センター	西区竜が岡2丁目15-12	毎週木曜　13:00～16:00	200	回	✓	♪	✓		毎週の木曜日、第2センターに集い、歌を思い出して脳を甦らせ、大きな声で肺を鍛え。フレイル予防に努めています。		
西区	介護予防カフェ楽器演奏を楽しむ会	西神中央ホールアートスペース	西区美賀多台1丁目1-1	第3水曜日　13:45～15:45	300	回	✓	♪	✓	✓	五感を使って楽しみましょう♪　音楽の力で心身の健康づくりを♪ いろんな楽器演奏を聴き、昔懐かしい曲等でほっとするひとときを♪		
西区	井吹西百歳体操	神戸市立井吹西地域交流センター	西区井吹台西町4丁目4	第２～４水曜日　14:00～15:30	50	回	✓				体力維持をして百歳体操を行い　その後外部講師による高齢者向け講義や音楽、ゲーム等により参加者間の親睦をはかります。	亀井	090-7486-9206
西区	春日台いきいき百歳体操	アーサヒルズパレットホール	西区春日台3丁目2番アーサヒルズP棟	毎週火曜　10:00～11:30	50	回	✓			✓	からだとお口の元気アップ体操といきいき百歳体操を基本にフレイル予防活動をしています。 情報提供にも取り組んでいます。		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
西区	王塚クラブ	県住1-集会所	西区王塚台4-2	毎週日曜　13:00～15:00	100	回	○	○		○	生き生き体操の後、全員カラオケを歌いながらお茶とお菓子を楽しみに、明るく元気に活動しています。		
西区	ふれあいの場きずな	市営王塚住宅11号棟集会所	西区王塚台２丁目76-11	月6回第1,2,3,月曜･水曜 12:30～16:00	100	回	○		○	○	喫茶の他にも、カラオケや体操、ボッチャ、輪投げなどいろいろなことをして楽しんでいます。		
西区	喫茶よりそい	市営王塚住宅11号棟集会所	西区王塚台2丁目76-11	第3日曜　10:00～12:00	100	回			○		軽食を食べた後は、手芸や囲碁など好きなことをして楽しみます。		
西区	イキイキ天が岡	天が岡自治会館	西区天が岡19-1	第1,3木曜　10:00～12:00	100	回	○	○	○	○	みんなで楽しくすごしています。（いきいき百歳体操や健康体操・囲碁将棋・カラオケ・手芸など）		
西区	出合えがおの会	神戸市立玉津地域交流センター	西区玉津小山180-3	毎週金曜日　13:00～16:00	200	回	○		○	○	全員で踊れる曲を先生に指導していただき楽しく踊っています。 休憩時間にお茶を飲みながら会話も楽しんでいます。		
西区	つどいの場みゅーずアグリ	みゅーずアグリ圃場	西区伊川谷町小寺字末松125-3	毎週金曜日　9:00～12:00 （必要に応じ火曜日も）	500	月			○		有機農法で野菜を作り、土に馴染み、有機野菜のおいしさ、安全性を学び、関係者の健康・フレイル予防や地域の活性化に資する。	西宗	090-5963-6694
西区	チューリップ	神戸市立西体育館	西区春日台5丁目436	月曜日又は金曜日　9:00～11:00	200	回	○				毎週1回、卓球を行いフレイル予防に努めています。		
西区	伊川谷音頭保存会	伊川谷出張所	西区伊川谷町池上4丁目15-2	第2木曜日　13:30～15:00	300	回	○	○	○	○	先生に指導していただき、みんなで、ラジオ体操、踊り、合唱もとりいれ最後にお茶をのみコミュニケーションをはかる。		
西区	年輪クラブ	高津橋公会堂	西区玉津町高津橋557-3	月8回　毎週火･木曜日 13:00～16:00	500	月	○		○	○	お茶や輪投げ、ボッチャをたのしく、頑張っています。これからも皆と一緒に、楽しく、頑張ります。		
西区	つながろう会	押部谷集会所	西区美穂が丘1丁目5-1	第1・3金曜日　10:00～11:30	200	回			○	○	モーニングやお茶会を通じて楽しく交流できる居場所づくりをしています。季節にあったイベントを開催しています。		
西区	第２カラオケ同好会	神戸市立春日台地域交流センター	西区春日台4-5	第2,4水曜日　13:00～16:00	150	回		○	○	○	フレイル予防のために、ティータイムや情報交換等をおこない、カラオケを楽しんでいます。	越	078-961-1598

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
西区	神明ハイツいきいき体操	神明ハイツ集会所	西区玉津町新方69-15	毎週水曜日　10:00～11:30	250	回	●			●	健康維持のためDVDを見ながら、いきいき体操をおこなっています。体操の後、交流会もしています。		
西区	なかよしサロン	月が丘集会所	西区月が丘5丁目1-2	毎週水曜日　9:30～14:30	100	回				●	淹れたてのコーヒーと手作りケーキを提出します。健康に関するセミナーを開催します。		
西区	チェリーズ	神戸市立西体育館	西区春日台5-436	毎週月曜か金曜日　15:00～17:00	200	回	●				フレイル予防のためけがに気をつけてバドミントンを行っています。		
西区	城北カラオケサークル	城北安心コミュニティプラザ	西区潤和1628-4	第2,4水,土曜　13:00～16:30	125	回		♪			各自楽譜で指導者の支持をうけて習う。音楽を通して認知や介護予防にとりくみ人との交流を深めて残りの人生を楽しく過ごしていく。	宮本	090-7874-7827
西区	ちぐさ会	神戸市春日台地域交流センター	西区春日台4丁目5	第1,2,3木曜　10:00～12:00	800	月			✎		「踊り」音楽に合わせて膝や腰のご機嫌をとりながら、手足を動かして、練習中は雑談も飛び、笑い声が絶えません。踊りを通して地域の輪を広げています。		
西区	西神南カラオケ同好会	市営西神南住宅集会所	西区井吹台西町1丁目2	毎週火,土曜　13:00～17:00	300	回	●		✎		いつまでも健康に暮らせるよう、カラオケ・ラジオ体操等をおこなっています。		
西区	西神南いきいき百歳体操	市営西神南住宅集会所	西区井吹台西町1丁目2	第2,4木曜　13:00～14:30	100	回	●				いつまでも健康で暮らせるよう、いきいき百歳体操をおこなっています。		
西区	樫野台詩吟クラブ	神戸市立樫野台地域交流センター	西区樫野台5丁目2-4	第1,3土曜　13:30～15:30	100	回			✎		初心者から熟練者まで、普段声を出さない声を出し、日々生きがいがある生活を送っています。どんな方でも来てください。		
西区	みんなのたまり場	①神戸市営井吹台住宅集会所 ②神戸市営西神南住宅集会所	①西区井吹台1丁目7 ②西区井吹台1丁目2	①月1回第3土曜　13:00～15:00 ②偶数月第4水曜　11:30～16:30	100	回			✎	●	お茶を飲んだり、ゲームをしたり、みんなで楽しく交流できるたまり場です。		
西区	日輪寺あすなろ会	①神戸市立玉津地域交流センター ②小山グラウンド	①西区玉津町小山180-3 ②玉津町小山1-5	①第1,2,3木曜　13:00～16:00 ②毎週土曜　9:00～11:00	50	回	●		✎	●	介護予防の為にさまざまな活動を通して、皆で交流し楽しんでいます。		
西区	健康太極拳	かりばプラザ広場	西区狩場台3丁目9-15	火曜日　8:30～10:00	50	回	●				太極拳師範の指導のもと、準備運動・部分けいこ・本番の太極拳・整理運動の流れで、人と競わない健康太極拳を行い交流を図る。	安藤	090-1919-2250

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
西区	樫野台囲碁サークル	神戸市立樫野台地域交流センター	西区樫野台5丁目4-2	第1・2・3・4日曜日　9:00～12:00	100	回			✓		囲碁をする事で頭脳の衰えを防ぐ 対局を通じて仲良く交流を深める 技量向上の為大会を開催して楽しみフレイルを防ぐ		
西区	赤坂グラウンドゴルフ	岩岡町公園	西区岩岡町岩岡	第３月曜日　9:00～11:00	200	回	✓				フレイル予防の為、月に一回グラウンドゴルフをおこなっています。 グラウンドゴルフの後、茶話会もおこなっています。	松本	080-1490-7160
西区	枝ーボランティアグループ	枝吉1丁目自治会集会所	西区枝吉1丁目246-2	①カラオケとお茶会 (第2～5日曜日)　12:30～16:00 ②手芸(第3火曜日)　12:30～16:00	200	回		✓	✓	✓	地域高齢者の居場所作りとして、3行事を行い、フレイル予防し、健康寿命の促進に努めています。		
西区	いこい	赤羽鉄筋2・3・4棟自治会集会所	西区伊川谷町有瀬1637-5,3-104	第1水曜日、第3土曜日 10:00～15:00	100	回			✓	✓	手芸や折紙造りで楽しく集っています。健康や地域のイベントや買物情報を得ます。コーヒーとケーキを提供して交流していきます。	山根	090-2198-2224
西区	ミュージックサロンSugar house	神和台集会所	西区学園東町7-128	①楽器演奏 第2または第3日曜日9:30～11:30 ②体操 第２・４火曜日9:30～11:00	300	回/①　②500円/回	✓				自分の楽器を持参し、当日集まったメンバー演奏を楽しむ。楽器をお貸しすることも可。楽譜はこちらで用意します。		
西区	歌声カフェ“こだま”	朝日が丘自治会館	西区北山台2丁目23-19	第2・4木曜日　13:30～15:00	100	回	✓	✓		✓	童謡、唱歌、懐メロを合唱したり、ティータイムや体操で交流をおこなっています。		
西区	樫野台カラオケサークル	神戸市立樫野台地域交流センター	西区樫野台5丁目4-2	第2・４火　13:00～16:00	100	回		✓		✓	歌を歌うことを通じて健康を増進し、参加者相互の親睦を深めることを目的とする。		
西区	コーラス　ラーラーラ	岩岡出張所2階	西区岩岡町岩岡字西場922- 1	毎週木曜　10:30～12:00	50	回		✓		✓	毎週木曜日の午前中に参加できる方々とピアノ伴奏して頂きながら、練習。敬老会・ふれあいサービスの場で合唱を披露しています。		
西区	れんがの家	れんがの家	西区富士見が丘1-7-2	①健康麻雀＆喫茶 毎週月・水曜日　10:00～16:00 ②ランチ＆カラオケ 毎週火・木曜日　11:00～13:00 ③カラオケ＆体操＆喫茶 毎週金曜日　13:00～16:00	600	回/①③ ②800円/回		✓	✓	✓	健康麻雀は昼食持参でお茶やコーヒーは自分たちでしている。カラオケは元気に歌っている。（点数出る）	高橋	078-995-2933
西区	健康体操とボッチャ	神戸市立美賀多台地域交流センター	西区美賀多台3丁目13-4	第２・第４金曜日　10:00～11:30 ※11・3月は第2金曜日のみ開催	50	回	✓		✓	✓	・健康体操（フレイル予防体操、いきいきクラブ体操） ・ボッチャ競技		

令和８年度　つどいの場支援事業　実施団体一覧

区	つどいの場名称	つどいの場開催場所名称	つどいの場開催場所住所	開催日時	参加費	/回・月	体操	音楽	趣味活動	茶話会	活動内容	連絡先	電話番号
西区	ホワイトホースサロン	集会所（クラブハウス）	西区竹の台	第１・３・５月曜日　13:00～17:00	300	回			✓	✓	ルールが複雑で記憶力等が養われる麻雀を行い、認知症の予防に努める。ゲーム中や茶話会での会話や交流により精神的健康を図る。		
西区	健康マージャンサロン	たけのプラザ集会所	西区竹の台２丁目20-4	毎週土曜日　13:00～17:00	100	回			✓	✓	賭けない　飲まない　吸わない 会話を楽しみ、手先の体操と脳を活性化させ、認知症予防を期待する、　健康マージャンサロンです		
西区	健康麻雀ゆうゆう会	井吹西地域交流センター	西区井吹台西町４丁目４番	毎週木曜日　13:00～16:00	100	回			✓		健康麻雀は単なるゲームだけでなく、認知症予防と社会参画を促進するツールとして健康管理と生きがいを得ることを目的とします。		
西区	健康マージャン(入門)クラブ	クラブハウス	西区竹の台	毎月第２・４火曜日　13:30～15:30	100	回			✓		マージャンに興味はあるけれど、アガリ役などがよく分からない人が、マージャンを楽しむことを目指します。		
西区	樫野台倶楽部カラオケサークル	樫野台地域交流センター	西区樫野台5丁目4-2	原則第1・3金曜日　13:30～15:30	50	回		♫	✓	✓	みんなで楽しむカラオケは舌圧が向上し、オーラルフレイルの予防になり、楽しい社会参加の機会を提供します		
西区	サンサンクラブ	北山台東公園	西区北山台2丁目	毎週木曜日　9:00～10:30	50	回	✓				当番を決め8時30分までに準備9時よりグランドゴルフスタート。 2回戦をし成績発表。次いで輪投げ2回戦をして終了する。		
西区	陽だまりUK	美賀多台地域交流センター	神戸市西区美賀多台3-13-4	概ね第1・3土曜日　13:00～16:00	250	回		♫			ウクレレ演奏を通じて親睦を深めると共に介護予防に貢献する。	山岡	078-992-9612
西区	金魚さん	きんぎょさん	神戸市西区竜が岡3丁目15ー2	概ね第1・3水曜日　9:00～10:30	200	回	✓		✓	✓	ラジオ体操で体を動かし、コーヒーとお菓子を囲んで楽しく交流。心身の健康維持と地域住民の憩いの場となるよう活動します。		
西区	神戸西ダーツクラブ	神戸市立西区文化センター	神戸市西区糀台5-6-1	概ね第1・3・4土曜日 9:00～12:00	300	回			✓		ダーツ競技を通じて高齢者同志の親睦をはかり、いつまでも元気で暮らすことを目ざして活動しています。	松島	090-3286-2339