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