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。		