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		