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