

みんな集まれ！  
こまき「居場所」事典  
(ふれあい・いきいきサロン)



小牧市社会福祉協議会



ふれあい・いきいきサロンは、身近な地区の会館等で、住民が気軽に集い、仲間づくりをする活動です。地域で顔なじみの輪を広げ交流することで、閉じこもりを防ぎ、また、さまざまな活動を通して健康づくりや、生きがいづくりをすることを目的としています。

住民一人一人が主役となり、住民主体で運営に取り組んでいます。

高齢の方、障がいのある方、子育て中の方など、さまざまな方が集い「気軽に」「無理なく」「楽しく」過ごせるよう、創作活動、健康体操、レクリエーション、茶話会等を行っています。

みなさま、お近くのサロンへぜひお出かけください。

## 目次

(令和5年4月時点)

- 小牧南部地区.....p.1～
- 小牧中部地区.....p.3～
- 小牧西部地区.....p.7～
- 味岡地区.....p.10～
- 篠岡地区.....p.14～
- 北里地区.....p.21～

※ふれあい・いきいきサロン事業には、皆さまにご協力いただいた社会福祉協議会協力会費を使用しています。

## 【南部地区】

サロン名	桜井いきいきサロン	サロン名	竹林ふれあいいいきいきサロン
主な地域	桜井区	主な地域	竹林地区
会場	桜井会館	会場	哥津会館
開催日時	毎月 第4 金曜 11時30分～13時30分	開催日時	毎月 第1・第3月曜 10時～12時
主な内容	軽食の提供、クイズ、談話、体操等	主な内容	体操、食事会、認知症予防ゲーム、バスハイク、出前講座、寄せ植え、クリスマス会等
ボランティアからのメッセージ	皆様の元気な笑顔と明るい声 楽しい会話、お互い一緒に楽しみましょう！私達色々な思考をしながら、1人でも多くの方が参加してくださいるように、頑張ります。皆様をお待ちしております。	ボランティアからのメッセージ	地域の高齢者世帯やひとり暮らしの方々が孤立しないように外出の機会を多くし、賑やかに一緒に食事を摂り、楽しく笑っておしゃべりして、お友達づくりのお手伝いできればと願っております。
サロン名	二重掘ふれあいいいきいきサロン	サロン名	やすらぎカフェまごころ
主な地域	二重掘区	主な地域	北外山県住区
会場	二重掘会館	会場	北外山県住中央集会所
開催日時	毎月 第4 火曜 10時～11時30分	開催日時	毎月 第2 土曜 (1・3月除く) 10時～13時
主な内容	体操、お話し会、軽食会、作品作りゲーム大会、映画鑑賞、落語会	主な内容	茶話会、食事会、あみもの、健康に関する講座・レクリエーション
ボランティアからのメッセージ	参加者もボランティアも共に楽しい時間を過ごせる様にしています。人数も年々増加し、男性の参加を（ボランティアも含めて）希望しています。	ボランティアからのメッセージ	笑顔で楽しいひととき…こころ癒され、やすらぐひととき… スタッフやお友達と一緒にステキな時を過ごしましょう。お待ちしております。



サロン名	南外山さわやかサロン	サロン名	ふらみなサロン
主な地域	南外山区	主な地域	小牧南地区
会場	南外山会館	会場	ふらっとみなみ
開催日時	月1回（随時） 9時30分～11時30分	開催日時	毎月23日 10時～15時
主な内容	茶話会、健康体操、脳トレ、出前講座、市有バスでの外出	主な内容	健康体操、出前講座、手芸、ゲーム、脳トレ等
ボランティアからのメッセージ	DVDによる手足の運動・テレビ体操で体を動かす。仲間とお茶を飲みながら、お喋りやゲームをする楽しい時間を提供したいです。一部の方からカラオケの要望もあるので考えていきたいと考えています。	ボランティアからのメッセージ	午前中はひなたぼっこさんの協力により、ストレッチや脳トレをしています。皆さんの笑顔が見られます。午後はゆったりと好きなことを持ち寄り、おしゃべりしながらやっています。出入り自由ですので、いつでも好きな時間に遊びに来てください。お待ちしております。
サロン名	なでしこふれあいサロン	サロン名	こはるサロン春日寺
主な地域	北外山区	主な地域	春日寺区
会場	北外山会館	会場	春日寺会館
開催日時	毎月第3火曜（8月除く） 10時～12時	開催日時	毎月第3金曜 10時～11時
主な内容	健康体操、出前講座、手芸、脳トレ等	主な内容	体操、茶話会、健康講座
ボランティアからのメッセージ	まだまだ手探り状態です。皆さんから意見を聞いたりしながら、やはりお年を重ねている方はお茶してお話会でいいと言われます。	ボランティアからのメッセージ	令和元年6月にスタートしました。体操、ゲーム、健康講座、特殊詐欺講座などを予定しています。参加者の意見を聞きながら楽しいサロンにしていきたいと思っています。ぜひ遊びに来て下さい。

## 【南部地区】

サロン名	おとなりさん会
主な地域	北外山（イトーピア）
会場	イトーピア集会所
開催日時	毎月 第4 火曜 9時30分～12時00分
主な内容	健康体操、脳トレ等
ボラン ティアか らのメッ セージ	おしゃべりや、体操をしながら和 気あいあいと楽しんでいます。 アットホームな雰囲気のリビングで す。



親子で体操（子育てサロン）



## 【中部地区】

サロン名	西町ふれあい・いきいきサロン	サロン名	小牧原南サロン いこいの家
主な地域	西町区内	主な地域	近隣地域の方
会場	西町会館	会場	小牧原南区会館
開催日時	毎月24日 9時30分～11時30分	開催日時	毎月 第2・4 火曜 10時～15時
主な内容	ラジオ体操、作品作り、出前講座	主な内容	買い物支援、茶話会、麻雀、トランプ、脳トレ
ボラン ティアか らのメッ セージ	皆さんが楽しみにして参加してく ださり、お喋り・情報交換等、互 いに親交を深め楽しんでいます。 個々に作成したぶどうのアートを 繋げ、区民展に出展した事は大き な喜びでした。	ボラン ティアか らのメッ セージ	近隣の方が、どなたでも気軽に立 ち寄れるサロンです。笑顔で語ら いながら自由に過ごし、昔の縁側 のようなのんびりとした雰囲気を 味わっています。

サロン名	中区いきいきサロン「ふれあいの郷」	サロン名	小牧原西区サロン いこいの家
主な地域	小牧原新田 中区	主な地域	小牧原西区
会場	小牧原会館	会場	小牧原西会館
開催日時	毎月 第2火曜・第4金曜 10時～15時頃	開催日時	毎月 第1月曜 10時～11時30分 毎月 第3月曜9時～12時
主な内容	茶話会、麻雀、体操、脳トレ等	主な内容	こまき山体操、お茶会、認知症予防ゲーム、手作り作品等
ボランティアからのメッセージ	区民対象で楽しくやっています。お昼は各自注文して、皆で一緒にいただきます。これからもっと楽しい計画を立てていきます。とにかく一度、見に来てください。きっと気に入ってもらえること受合いです。地域の皆さんでより強い「つながり」を持ちましょう。	ボランティアからのメッセージ	区民すべての方が参加できます。健康長寿をのばそうと、新たにこまき山体操をはじめました。お気軽に足をお運び下さい。
サロン名	堀の内サロン	サロン名	朝日くみん広場
主な地域	堀の内区	主な地域	朝日区
会場	堀の内会館	会場	朝日区民会館
開催日時	毎月15日 10時～12時 毎月5日・25日 14時～15時	開催日時	毎月 第3土曜 (7・8・12月を除く) 10時～13時
主な内容	こまき山体操、脳トレゲーム、お茶飲み、おしゃべり、合唱、工作、ビンゴゲーム	主な内容	茶話会、脳トレ等
ボランティアからのメッセージ	こまき山体操・脳トレゲームを実施。15日は体操等の他に、お誕生日会、お茶飲み、おしゃべり、歌、ビンゴゲームなども行い、和気あいあいと楽しく過ごしています。	ボランティアからのメッセージ	いろんな事に良いと言われている“笑い”。サロンでは、参加される方々に笑っていただけるようにボランティアの人達が努めています。

サロン名	上新町ハッピーサロン	サロン名	五共つむぎの会
主な地域	上新町区	主な地域	片町、向町、上之町、門前町、横町、及び周辺
会場	上新町会館	会場	浦田五共会館
開催日時	毎月 第4 土曜 13時30分～15時30分	開催日時	毎月 第2 火曜 10時～11時30分
主な内容	こまき山体操、認知症予防ゲーム、茶話会、会食等	主な内容	脳トレ、体操、映画、小物作り、出前講座
ボランティアからのメッセージ	赤ちゃんから高齢者までどなたでも参加OK！卓球、囲碁、将棋、マージャンもできます。 ハッピーな一時をご一緒しましょう。	ボランティアからのメッセージ	名称どおり五ヶ所の町内の集まりです。高齢化も進みご近所の方との挨拶や、お話する機会も少なくなり気楽に集える憩いの場所があるといいなと思い立ち上げました。来てよかったと感じられるサロンにしたいです。
サロン名	みんながげんき 寺浦サロン	サロン名	大輪ニコニコサロン
主な地域	寺浦区	主な地域	大輪区
会場	寺浦会館	会場	大輪井上会館
開催日時	毎月 第2 土曜 13時30分～15時30分 毎月 第4 日曜 13時30分～15時30分	開催日時	毎月 第1・3 火曜 10時～14時
主な内容	第2(土)：認知症予防ゲーム 第4(月)：こまき山体操	主な内容	体操、茶話会、誕生日会、クリスマス会等
ボランティアからのメッセージ	健康寿命をのばそうと楽しいゲームをします。いっぱい笑った後は、茶話会でおしゃべりをします。2～3ヵ月に1回程度、健康講座や出前講座を開きます。一人でも多くの方の参加をお待ちしています。	ボランティアからのメッセージ	毎月ニコニコサロン広報を発行し、世の中の動きや情報等と今月のサロンのお知らせをしているので見て下さい。例えば癌などの健康についての話は好評です。また、バスでの外出も行っています。

サロン名	懐「サロンの会」ぬくもりの家
主な地域	懐区
会場	懐会館
開催日時	毎月 第2水曜 10時～12時
主な内容	身体によい健康体操、折り紙、ぬり絵、手芸等
ボランティアのメッセージ	お帰りなさい。と笑顔で迎え、いつ来ても暖かな日差しに包まれるようなアットホームな居場所を作ります。さみしい人も、悲しい人も、なやんでいる人も、みんな、いらっしゃい。



こまき山体操



誕生日会



健康麻雀



リハビリ専門職派遣



## 【西部地区】

サロン名	西部(安田)ふれあい・いきいきサロン	サロン名	三ツ瀨原団地いきいきサロン絆の会
主な地域	西部（主に安田・山北・間々原）	主な地域	三ツ瀨原団地区
会場	安田会館	会場	三ツ瀨原団地会館
開催日時	毎月 第3木曜 10時～11時30分	開催日時	毎月 第4金曜 10時～11時30分 毎週 水・木曜 13時30分～15時
主な内容	茶話会、小物作り、ゲーム・体操、持ち帰り弁当	主な内容	第4金曜：茶話会 毎週水・木曜：体操 バス旅行（年3～4回）
ボラン ティアか らのメッ セージ	西部婦人奉仕団が始めたサロンです。皆さん和気あいあい、いろいろな内容で楽しんでいます。お昼は弁当を食べながら話に花が咲きます。年2回は手作りですのでとても喜ばれています。（内容は変更あり）	ボラン ティアか らのメッ セージ	コーヒーを飲みながら、楽しく雑談をして同じ団地に住む者で交流を深め、笑顔で少しでも有意義なひと時を過ごして頂きたです。出前講座とバス旅行などで見聞を広め勉強もし、生き生きと脳を活性化し、元気に体を鍛え、前向きに生活できる一助になればと考えています。
サロン名	元町ふれあいサロン	サロン名	間々区子育てサロン
主な地域	元町区	主な地域	間々区
会場	元町会館	会場	間々会館
開催日時	毎月 第3土曜(年10回) 10時～11時30分	開催日時	年2回（6・12月開催） 第3火曜10時～11時30分
主な内容	主に茶話会、ゲーム、体操、物作り	主な内容	動物体操、親子遊び、絵本読み聞かせ、保健師による発達相談等
ボラン ティアか らのメッ セージ	主な対象者としては高齢者です。皆であつまりワイワイと楽しいお話し会です。今後は外にも出て活動ができたかと考えています。	ボラン ティアか らのメッ セージ	未就園児とその保護者に、お友達づくりのお手伝いをしたいという目的で立ち上がりました。育児を頑張っている皆さん、気軽に立ち寄ってください。友達の輪を広げるきっかけになると嬉しいです。

サロン名	間々区楽創会（タノシメソウカイ）	サロン名	村中いきいきサロン菜の花会
主な地域	間々区	主な地域	村中地区
会場	間々会館	会場	村中会館
開催日時	毎月 第1月曜・第3土曜/毎週水曜 10時～12時	開催日時	毎月 第2木曜（8月除く） 13時30分～15時
主な内容	第1月曜：ラジオ体操、こまき山体操、ポッチャゲームと茶話会 第3月曜：ラジオ体操、こまき山体操、脳トレゲーム 第1・3土曜：カラオケ、麻雀、将棋、オセロ、トランプ等集いの日 毎週水曜はゲーム用具作り。	主な内容	茶話会、体操、ゲーム等
ボランティアからのメッセージ	参加者相互の気心も解り、リラックスして過ごせるようになってきています。参加者は20人前後ですが、もっともっと皆が楽しめる場となるよう、参加者の意見を聞き、全員で楽しいサロンを創ってゆこうとしています。	ボランティアからのメッセージ	皆でわきあいあいと楽しむことをモットーに集っています。
サロン名	いるかサロン	サロン名	みつぶちふれあいサロン
主な地域	入鹿地区	主な地域	三ツ瀨区内
会場	入鹿会館	会場	三ツ瀨会館
開催日時	年10回、第3水曜 9時30分～12時	開催日時	毎月 第3木曜 9時～10時30分
主な内容	健康体操、茶話会等	主な内容	茶話会が主 健康体操などの勉強会、または演芸、アトラクションなどの鑑賞
ボランティアからのメッセージ	いるかサロンは地域の高齢者が気楽に集える憩いの場所で、参加者・ボランティア共に楽しい一時を過ごせるように、お茶を飲みおしゃべりをしていきたいと思っています。	ボランティアからのメッセージ	三ツ瀨区民ならどなたでも大歓迎です。月1回のサロンで、シニアクラブの、南公園のボランティア清掃日に併せて開催しています。

サロン名	西之島ふれあいサロン	サロン名	おひまちサロン舟津
主な地域	西之島区（西之島・西島町）	主な地域	舟津
会場	西之島会館	会場	舟津会館
開催日時	毎月 第2水曜 10時～12時	開催日時	毎月 第3火曜 9時30分～11時30分
主な内容	健康体操、演舞演芸、出前講座、 ゲーム、茶話会	主な内容	健康体操、脳トレ、体操、娯楽、 茶話会、歴史講座等
ボランティアからのメッセージ	月平均40人以上の参加で盛り上がっています。参加者からは「待ち遠しい」と声をかけられます。住民同士の茶話会で、語らいと笑いの有るサロンにしたいとボランティア一同工夫を重ねてまいります。年齢は問いません。区民皆様のご参加をお待ちしております。	ボランティアからのメッセージ	地域の人々の温かい協力のもと毎回大勢の方に参加いただいています。楽しい催しを工夫して交流する中で、人々の連携を深めていけたらと願います。



健康講話



介護予防 こまき山体操

## 【味岡地区】

サロン名	田県久保山ふれあいいきいきサロン	サロン名	岩崎団地ふれあいいきいきサロン
主な地域	田県東・西・久保山団地 久保一色の一部	主な地域	岩崎団地
会場	田県久保山会館	会場	岩崎団地ふれあい会館
開催日時	毎月 第3火曜（二部制） 1部 10時～11時30分 2部 13時30分～15時	開催日時	毎月 第4水曜 10時～12時
主な内容	軽体操、折り紙、小物作り	主な内容	体操、ゲーム、折り紙、小物作り
ボランティアからのメッセージ	毎回元気に参加してくださり、嬉しい限りです。口コミで新しい人も増え、ますます賑やかになりましたが、会場が手狭になり、申し訳なく感じます。ボランティアの人も年を重ね、対象者の方と変わらなくなりましたが皆で楽しく過ごしたいです。	ボランティアからのメッセージ	皆さん楽しんでくださっています。ボランティアの方々も一緒に楽しんでいます。一人でも多くの参加をお待ちしております。
サロン名	本庄ふれあいいきいきサロン	サロン名	小松寺ふれあいいきいきサロン
主な地域	本庄	主な地域	小松寺地区
会場	本庄会館	会場	小松寺会館
開催日時	毎月 第4金曜 13時30分～15時30分	開催日時	第2月曜 9時30分～11時30分 第3月曜 13時30分～15時30分
主な内容	リズム体操、折り紙等	主な内容	折り紙、手芸、こまき山体操、認知症予防ゲーム、出前講座
ボランティアからのメッセージ	月1回のサロン、お喋りしながら折り紙・小物づくりをして楽しんでいます。まだ参加されていない方、一度遊びに来てください。	ボランティアからのメッセージ	参加者から「毎月楽しみ、待ち遠しくて仕方ない」と、とっても嬉しい言葉を頂いています。どうしたら皆さんに楽しんで頂けるか、ボランティア全員で知恵を出し合っています。

サロン名	小松寺団地ふれあいいいきいきサロン	サロン名	岩崎東区・中区ふれあいいいきいきサロン
主な地域	小松寺団地	主な地域	岩崎東区・中区
会場	小松寺団地会館	会場	岩崎東区会館
開催日時	毎月 第4金曜 9時～12時	開催日時	毎月 第1月曜 9時30分～12時
主な内容	折り紙、茶話会、体操	主な内容	体操、料理教室、講座、バスハイク等
ボランティアからのメッセージ	<p>月1回の折り紙作りを楽しみに皆さん集ってくれます。なかなか思うように動かない指先で、お互い助け合いながら、約2時間夢中に過ごします。</p> <p>皆さん、できあがった作品を、とても嬉しそうに家へ持ち帰ります。そんな姿をいつまでも見られるようにと、楽しいサロンを心がけていきます。</p>	ボランティアからのメッセージ	<p>最近ボランティアさんの年齢も高くなり、参加者の皆さんと一緒に今日の日を楽しく大切に。大きな声で笑い、手先を使い、たくさんのサロン友達という財産を皆でつくっています。</p>
サロン名	久保ふれあいいいきいきサロン 「おきがらくらぶ」	サロン名	久保一色中南ふれあいいいきいきサロン
主な地域	久保区	主な地域	久保一色中南
会場	久保会館	会場	久保一色老人憩いの家
開催日時	毎週 月曜(5週除く) 毎月 第1金曜・第2水曜 10時～12時	開催日時	毎月 第2金曜 9時30分～12時
主な内容	<p>月曜：こまき山体操、タオル体操、ラジオ体操、認知症予防ゲーム</p> <p>第1金曜・第2水曜：折り紙、小物作り、指体操ゲーム</p>	主な内容	体操、折り紙、小物作り、講話、茶話会、食事会
ボランティアからのメッセージ	<p>朝の家事が終わったら会館に来て下さい。仲間が待っています。みなさん元気です。本当にパワフルです。体操、折り紙、外食、そしてバスハイク、沢山のメニューがあります。一度会館を覗いてみて下さい。にぎやかです。</p>	ボランティアからのメッセージ	<p>皆で和気あいあいと折り紙をしたり、笑ったり、歌を歌ったりと楽しくやっています。皆さんの元気な笑顔で明日の活力をいただいております。</p>

サロン名	久保一色新田ふれあいいきいきサロン	サロン名	いきいきサロン ガーデン岩崎
主な地域	久保一色新田寺前	主な地域	ガーデン岩崎区
会場	久保一色会館	会場	ガーデン岩崎会館
開催日時	毎月第4金曜 9時30分～12時	開催日時	毎月第2・4木曜 10時～12時
主な内容	折り紙、小物作り、お茶会	主な内容	情報交換、誕生会、健康体操、演芸 教室、料理教室、社会見学、卓球、 ゲーム大会
ボラン ティアか らのメッ セージ	皆で和気あいあいと折り紙をしたり、笑ったり、歌を歌ったりと楽しくやっています。皆さんの元気な笑顔で明日の活力をいただいております。	ボラン ティアか らのメッ セージ	毎月2回、上記内容にて活動しています。楽しくおもしろく活動することをモットーとしておりますが、なかなかメンバーが増えません。もっと多くの皆様にも参加していただきたく思います。どうぞお気軽にお越しください。
サロン名	ふれあいサロン華陽会	サロン名	たがた苑暇ある会
主な地域	南岩崎台	主な地域	たがた苑区
会場	南岩崎台公民館	会場	たがた苑区集会所
開催日時	毎週火曜 9時30分～12時 (祭日・第5週を除く)	開催日時	毎週木曜 10時～12時
主な内容	茶話会、健康体操、麻雀、手芸、 脳トレ	主な内容	グランドゴルフ、室内ゲーム(クイズ、Eye活、指運動、ビンゴゲーム、じゃんけんゲーム)
ボラン ティアか らのメッ セージ	楽しくおしゃべりをして、健康で明るく心豊かになれるようなサロンに。 笑顔あふれるサロンにしたいです。	ボラン ティアか らのメッ セージ	サロン活動が老人会のイメージが強いため、60才代の加入者が少なく参加者は限定され、会員数は年々減少しています。今後は会員の獲得より充実した活動を目指し頑張ります。

サロン名	いきいきサロン 三ツ山	サロン名	タウン本庄「悠友サロン」
主な地域	東田中区	主な地域	タウン本庄
会場	三ツ山会館（老人憩いの家）	会場	タウン本庄会館
開催日時	毎月 第3水曜 9時30分～11時30分	開催日時	毎月 第4水曜 13時30分～15時30分
主な内容	茶話会、ゲーム、イベント等 年間計画を立て幅広い分野での活動を行っています。	主な内容	出前講座、脳トレ、クイズ、体操、日帰り旅行、茶話会等
ボランティアからのメッセージ	平成29年4月の立ち上げ時から、活動報告と予告を、毎月サロン便りを発行して区内回覧・掲示板等にて広報し、沢山の参加を呼び掛けています。又、小牧市市民活動センターに登録して活動しています。尚、社協にてBlog登録し、随時発信してま～す！いきいきサロン三ツ山で検索して見て下さい！	ボランティアからのメッセージ	誰でも気軽に行ける、ホッとする居場所、サロンを中心に、地域の見守りとささえ合いを通じて交流と親睦を図り、安心・安全な地域の推進をしていきたいと思っています。
サロン名	サロンふみつ	サロン名	オアシス岩崎
主な地域	文津地区	主な地域	岩崎中区及び周辺地域
会場	文津会館	会場	岩崎中会館
開催日時	毎月 第3木曜 10時～15時	開催日時	毎月 第1水曜・第3火曜 10時～12時
主な内容	こまき山体操、ウォーキング、介護保険についての勉強等	主な内容	体操、誕生会、クリスマス会、じゃんけんゲーム等
ボランティアからのメッセージ	区内の皆さんと親睦を図り、いざという時助け合うことが出来る様、横のつながりを大切に歩いていきましょう。皆さんの参加をお待ちしています。	ボランティアからのメッセージ	一人じゃないんだと思える場所、「岩崎中会館」に100円と室内用靴を持って気楽にきてちょ！！みんなでワッハッハと笑いあって楽しい時間を過ごしましょう。スタッフも近所のおばちゃんたちだよ。

## 【篠岡地区】

サロン名	篠岡ふれあい・いきいきサロン	サロン名	たまり場 じいばあ
主な地域	篠岡地区・桃花台地区 全般	主な地域	池之内・古雅
会場	東部市民センター	会場	池之内川南集会所 小ホール
開催日時	毎月 第2土曜 10時～12時	開催日時	毎週 木曜・金曜 木曜：10時～16時 金曜：9時～16時
主な内容	お花見、フレイル健康体操、創作、講話、クリスマス会、ウォーキング	主な内容	木曜：手芸、伊勢型紙、健康体操 金曜：麻雀
ボランティアからのメッセージ	毎月参加して下さる方、高齢者の方々に力を頂いています。明るい元気なお姿を励みに頑張れます。信頼関係が出来ていますし、お互いの健康管理をしながら活動したいです。	ボランティアからのメッセージ	気軽におしゃべりをしながら、地域の皆さんとの仲間づくりの場として「たまり場じいばあ」に是非お出かけください。
サロン名	たまり場 城山	サロン名	縁側サロン スマイル
主な地域	城山を中心に近隣地域	主な地域	古雅地区及び周辺地域
会場	城山会館	会場	桃花台古雅3丁目エコガーデン集会所
開催日時	毎月 第1・3月曜 9時30分～15時	開催日時	毎月 第1・第3火曜 10時～15時 毎月 第2金曜・第3水曜 13時30分～15時30分
主な内容	伊勢型紙、手芸、健康麻雀、健康体操、ウォーキング等	主な内容	こまき山体操、脳トレ、歌、茶話会、パステル画等
ボランティアからのメッセージ	ドリップ方式の香りのよいコーヒーを飲み、お菓子をつまみながら、ワイワイと和やかに1日を過ごしています。特に何をしなければいけないということはありません。すべてにフリーです。	ボランティアからのメッセージ	桃花台古雅3丁目エコガーデン内集会所にて、毎月第1・第3（火）にお茶会、第2（金）・第3（水）にはパステル画を皆で楽しく描いています。ご参加ください。



サロン名	二丁目サロン	サロン名	たまり場光ヶ丘
主な地域	篠岡二丁目	主な地域	光ヶ丘及びその周辺地域
会場	篠岡会館	会場	光ヶ丘会館
開催日時	毎月 第2月曜 (祝日木曜) 13時30分～16時	開催日時	毎月 第1・3水曜 10時～15時
主な内容	茶話会、小物作り等	主な内容	伊勢型紙、手芸、囲碁、書道、談話、唱歌、イベント、日帰り旅行、クリスマス会等
ボランティアからのメッセージ	月一回、色々な行事を織り込みつつ、お喋りを楽しんでいます。新しい知識・情報などを得たり、お困りごとの相談をしたり、町内の輪が広がることを願っています。	ボランティアからのメッセージ	地域の皆さんが気軽に集い、交流を楽しむ仲間作りの場。ふれあいや交流から誰もが生きがいを持っていきいきと暮らせる地域社会を作ることが目的とする居場所です。是非お立ち寄り下さい。
サロン名	陽だまりサロン大草	サロン名	たまり場アニマード篠岡
主な地域	大草地区	主な地域	県営篠岡住宅および周辺
会場	大草会館	会場	篠岡住宅集会所
開催日時	毎月 第3日曜 10時～11時30分	開催日時	毎月 第2月曜 10時～12時
主な内容	健康体操、リズム体操、ゲーム、脳トレ等	主な内容	おしゃべり、手芸、伊勢型紙、篠岡地域包括支援センターによる相談、体操
ボランティアからのメッセージ	陽だまりサロン大草は文化教室ではありません。誰がいつ参加しても、一緒に楽しめるようなサロンにしたいです。前向きに、皆で楽しいことを見つけ、笑顔いっぱいの“たまり場”でありたいと考えています。	ボランティアからのメッセージ	名前の“アニマード”はポルトガル語で楽しいの意味です。お茶を飲みながらお喋りし、皆で一緒に手芸を楽しんでいます。初めての方が参加しやすい雰囲気づくりを心がけています。

サロン名	上末サロン「木漏れ日」	サロン名	たまり場参集殿
主な地域	陶小学校区（上末・下末・高根）	主な地域	下末
会場	上末会館	会場	参集殿
開催日時	毎月 第2木曜 13時30分～16時30分	開催日時	毎月 第2土曜 10時～12時
主な内容	おしゃべり、歌、囲碁、健康体操、将棋、茶話会等	主な内容	おしゃべり、卓球、お茶（コーヒー含む）、囲碁、輪投げ、講話等
ボランティアからのメッセージ	陶小学校区にお住いの方は、どなたでもご自由に参加いただけます。気軽に楽しめる場所として、参加者自身が主体のサロンです。	ボランティアからのメッセージ	たまり場「参集殿」に足を運んでみてください。参加してみえる方と楽しい会話が弾んだり、何かにチャレンジしてみえる姿がみられ、明日からの活力につながりますよ。
サロン名	篠岡集いの場	サロン名	たまり場「桃ヶ丘」
主な地域	篠岡小学校区	主な地域	桃ヶ丘小学校区
会場	篠岡会館	会場	桃ヶ丘会館 大ホール
開催日時	毎月 第3土曜 10時～16時	開催日時	毎月 第2・4火曜 10時～15時
主な内容	座談会、よろず相談会、ゲーム、カラオケ、手芸、麻雀、将棋、碁、福祉の出前講座、篠岡地域包括支援センターの出前講座等	主な内容	健康麻雀、健康体操、手芸、編み物、お花等
ボランティアからのメッセージ	地域の皆様が ☆気軽に☆ 集まる居場所とする ☆楽しく☆ 活動を続けるやりがいの場とする ☆無理なく☆ 近隣住民とのつながりをつくる たくさんの方の来訪をお待ちしております。	ボランティアからのメッセージ	コーヒーを飲みながら… おしゃべりをしながら… 麻雀・健康体操・合唱を通じて みんなで楽しく過ごしましょう！

サロン名	高根「憩いの場」	サロン名	たまり場 ふるさと村
主な地域	陶小学校区（上末区・下末区・高根区）	主な地域	桃花台古雅地区および周辺地域
会場	高根会館	会場	古雅集会場
開催日時	毎月 第3木曜 13時30分～16時	開催日時	毎月 第2・4月曜 17時～19時
主な内容	おしゃべり、手芸、健康体操、麻雀等	主な内容	とりわけ男性高齢者の集い語らいの場を設けて、明るくつながりのある地域社会づくりをしています。参加者は飲食物を持参し、知りえた情報を語り合い、ほのぼのとした雰囲気を楽しんでいます。将来は地域の高齢者に貢献できるような目標も考えています。
ボランティアからのメッセージ	気軽に楽しく参加して頂き、住民同士の深いつながりができる事を望みます。	ボランティアからのメッセージ	桃花台に住んで40年、初めて知りえた仲間が30人ほどできました。ただ集まって仲間づくりをするところです。その日その場から友達です。ぜひお出かけください。女性の方も大歓迎です。
サロン名	いきいきサロン野口	サロン名	桃ヶ丘ワイガヤサロン
主な地域	野口区	主な地域	桃ヶ丘・古雅及び周辺地区
会場	野口会館	会場	桃ヶ丘会館
開催日時	毎月 第1金曜 13時30分～15時30分	開催日時	毎月 第2・4水曜 17時30分～20時
主な内容	ラジオ体操、こまき山体操、タオル体操、車による送迎、茶話会、講師による講演、麻雀、折り紙、ビンゴゲーム、グランドゴルフ、吹き矢、ハイキング等	主な内容	飲料、菓子等を参加者持ち込みによる交流の場作り。仲間作り、地域貢献、啓発の場作りとして運営
ボランティアからのメッセージ	気軽におしゃべりをしながら、地域の人々の深いつながりができるようにしたいです。	ボランティアからのメッセージ	お好きな飲物を頂きながらお喋りをすれば、口も開くし心も開き、お互いが知り合い、親しい仲間になれる場所です。

サロン名	サロンおおやま	サロン名	城山1区ふれあいの会
主な地域	野口大山地区	主な地域	城山区
会場	大山会館	会場	サンハイツ中央台集会所
開催日時	毎月 第3水曜 10時～12時	開催日時	毎月 第3木曜 10時～11時30分
主な内容	困りごと相談、健康体操、ボランティアによる演奏、寸劇等	主な内容	高齢者を中心に地域住民のコミュニケーション、健康体操や講座等
ボランティアからのメッセージ	交通の便が悪く外へ出るのが難しい地区の為、参加された地区の方々には喜んでもらっています。元気で楽しく過ごせ、来てみてよかったと言ってもらえるサロンを目指します。	ボランティアからのメッセージ	緑道沿いにあるので歩いて来てもらいやすい場所です。参加者が固定していないので、新しい方もなじみ易いと思います。是非ご参加下さいね。
サロン名	はやしのお茶会	サロン名	ひかりのお茶会
主な地域	林地区	主な地域	光ヶ丘第2 県住とその周辺
会場	林会館	会場	光ヶ丘第2 県住集会所
開催日時	毎月 第4 火曜 10時～11時30分	開催日時	毎月 第2 木曜 10時～11時30分
主な内容	美味しいコーヒーを飲みながら、気軽に和やかに楽しいひとときを過ごします。	主な内容	お喋り、軽い体操等
ボランティアからのメッセージ	平成30年にスタートしたサロンです。楽しくおしゃべりをしながら、和と輪を広げていきたいと思っています。	ボランティアからのメッセージ	回を重ねる毎に会話が弾み笑顔が広がり、お互いに絆が深まり、和気あいあいと参加されています。これからは皆が思いやりでつながれる居場所にと願っております。

サロン名	百笑会	サロン名	サロン・悠々・小牧ヶ丘
主な地域	池之内地区	主な地域	小牧ヶ丘区内
会場	池之内会館	会場	小牧ヶ丘老人憩の家
開催日時	毎月 第3月曜 9時30分～11時30分	開催日時	毎月 第3火曜 10時～15時
主な内容	茶話会、体操、脳トレ手遊び、 出前講座、ウォーキング等	主な内容	トランプ、麻雀、将棋、おしゃべり 等
ボラン ティアか らのメッ セージ	笑顔で元気に100歳！！をめ ざし、様々な内容で開催してい ます。男女共に気軽に集える場 所として、会を重ねる毎に輪が広 がっています。観たり、聞いた り、話したり、体験したり、笑 顔が一杯の場です。参加下さ い！！	ボラン ティアか らのメッ セージ	高齢者の憩いの場所として集会所に 集まった人達で、将棋、麻雀、トラ ンプ等でくつろぎと親睦を図ってい きたいと思います。
サロン名	ワン・ツーいきいきオールドサークル	サロン名	ハロハロこどもサークル
主な地域	古雅・池之内周辺	主な地域	城山地区および周辺
会場	池之内川南集会所	会場	城山会館
開催日時	毎月 第1・3水曜 13時30分～15時30分	開催日時	毎月 1回土曜または日曜 13時30分～16時
主な内容	こまき山体操、フレイル予防筋 トレ、脳トレゲーム、ストレッチ 等	主な内容	工作、クイズ、歌、お楽しみ会等
ボラン ティアか らのメッ セージ	筋トレはいつから始めても遅く ありません。元気に楽しく、ム リをせず自分のペースで体力作 りをしていきましょう。「いつ までも自分の足で歩けますよう に」が目標です。	ボラン ティアか らのメッ セージ	こども達が元気にのびのびと活動で きる場所を提供していきます。ま た、その保護者や子育てを卒業され た親御さんでも気楽に楽しく参加で きますので、ぜひ一度見に来てくだ さい。



作品展

## 【北里地区】

サロン名	藤島ふれあいいきいきサロン	サロン名	藤島団地ふれあいカフェ
主な地域	藤島区	主な地域	藤島団地区民
会場	藤島会館	会場	藤島団地会館
開催日時	毎月第3木曜 9時30分～14時	開催日時	毎月第2月曜 10時～12時
主な内容	体操、ゲーム、音楽、折り紙、ぬり絵等	主な内容	茶話会等
ボランティアからのメッセージ	社協や区の方々のご協力のもと、無事故で活動でき、感謝でいっぱいです。笑いっぱい元気いっぱいのサロンです。参加者の方々の和もでき、ボランティア共々楽しんでいます。	ボランティアからのメッセージ	団地内の方々が、男女問わずどなたでも気軽に立ち寄り、顔を合わせたおしゃべりができる憩いの場所です。
サロン名	小針区ふれあいサロンわくわく笑みの会	サロン名	下小針ふれあいいきいきサロン
主な地域	小針区	主な地域	下小針
会場	小針会館・小針の郷	会場	下小針会館
開催日時	月1回（不定）年間予定表を作成 小針の郷 10時～12時 小針会館 9時30分～13時	開催日時	毎月第3木曜（8・1・3月除く） 10時～11時
主な内容	茶話会、体操、脳トレ	主な内容	軽体操、健康講座、脳トレ等
ボランティアからのメッセージ	教育（今日行く所）、教養（今日用事をつくる）、この言葉が年々とても大切であることを実感します。気軽に参加しこれからも楽しく笑いのある会にしていきたいと思っております。お待ちしております。	ボランティアからのメッセージ	毎回元気に参加して下さるのが私達ボランティアの望みでもあります。楽しんでもらえるよう季節感ある内容を計画し、サロンを続けていきたいらと考えております。

サロン名	いきいきサロン モクレン会	サロン名	御屋敷ふれあいサロン
主な地域	市之久田区	主な地域	御屋敷区
会場	市之久田会館	会場	御屋敷会館
開催日時	毎月第2木曜 9時30分～11時30分	開催日時	毎月第3水曜 10時～11時30分
主な内容	茶話会、EM活性化液作成、防犯、健康講座、手芸、折り紙、食事会等	主な内容	茶話会、ビンゴゲーム、出前講座、物作り（リース、折り紙）、健康体操等
ボラン ティアか らのメッ セージ	住民が顔を合わせ、会話が弾み、笑顔が広がり地域の絆が深まる大切な場になっていって欲しいと願っています。	ボラン ティアか らのメッ セージ	認知症予防・見守り。ひとり暮らしの孤独防止・地域の輪を高める。夏休みには地域の子どもとの交流もして団結力を高めたいです。
サロン名	とみづか茶話会	サロン名	いきいきサロン笑和
主な地域	とみづか区	主な地域	外堀二丁目（池新田）
会場	とみづか会館	会場	池新田会館
開催日時	毎月第2日曜 10時～11時30分	開催日時	毎月第3月曜 9時30分～12時
主な内容	茶話会、こまき山体操、誕生月会、散歩、ビンゴゲーム、じゃんけんゲーム、輪投げ、脳トレゲーム等	主な内容	健康体力維持のためこまき山体操、タオル体操、脳活体操、絵画製作、茶話会、出前講座等
ボラン ティアか らのメッ セージ	区民が気軽に参加できる会を開催します。お茶を飲み、おしゃべりをし、手を動かし、少しは頭も使いたいと活動してまいります。ぜひお越しくください。	ボラン ティアか らのメッ セージ	もともと卓球を楽しんでいた仲間 で、こまき山体操を行うサロンに移 行し活動しています。新メンバーも 加入され、笑顔が絶えない和やかな 一時を過ごしています。

ここに掲載されている「ふれあい・いきいきサロン」は、小牧市社会福祉協議会が活動助成金を交付している団体で、現在78団体あります。（令和5年4月現在）。

各サロンでは、沢山の方々が地域の人との交流を深めており、笑顔と笑い声が絶えない地域のつながりづくりの場となっています。そこで生まれた地域のつながりは、ちょっとした助け合いや見守りの関係にも発展していきます。また、サロンに通う楽しみは、その人にとっての生きがいにもなります。

サロンには、どなたでも自由に参加できます。

ご興味がある方は、小牧市社会福祉協議会の「地域支え合い推進員」までお気軽にご連絡ください。

発行：社会福祉法人 小牧市社会福祉協議会 地域福祉課

〒485-0041 小牧市小牧5丁目407番地

Tel 0568-65-7051 Fax 0568-75-2666

発行日：令和5年4月