

一宮市通いの場マップ 2020

あったかサロンせとき



にここサロン時の島



ウエルコートみづほ



向山ふれあいサロン



健やかクラブ



※このマップは、市役所本庁舎、尾西・木曾川事務所、各出張所、
いこいの広場・いきいきセンター等で配布しています。

一宮市

編集・発行

一宮市福祉部高年福祉課
TEL.0586-28-9151

令和2年2月発行



「通いの場」とは、住民が主体となってつくる地域の居場所です。

「一日中家にいる」「趣味がない」「話し相手がいない」など、閉じこもりがちになっていませんか？

人と会っておしゃべりをしたり、楽しく身体を動かしたり、自分が住んでいる地域で心地よく過ごせる居場所は身近にたくさんあります。趣味のサークルや行きつけの喫茶店、いつもの散歩道も大切な居場所です。

「一宮市通いの場マップ」では、高齢者をはじめ市民の方が気軽に立ち寄れる、地域の通いの場を紹介しています。ここに掲載したおでかけ広場やふれあい・いきいきサロン、ふれあいクラブ、貯筋教室では、体操や茶話会などさまざまな活動を通じて、人と人とのつながりをつくっています。



お近くの通いの場に出かけてみませんか？

おでかけ広場

一宮市が認定する地域のみなさんが気軽に立ち寄れる住民主体の交流の場です。サークルや団体、お店や介護事業所など、さまざまな担い手が、介護予防・閉じこもり予防の活動を行っています。

ふれあい・いきいきサロン

近隣に住む方が、歩いて行くことができる場所に集い、交流をする「地域の縁側」がふれあい・いきいきサロンです。外出することで介護予防にもつながり、顔が見える関係性ができることで地域とのつながりがうまれます。

貯筋教室(転倒予防体操)

60歳以上で身体機能が衰えており、運動する機会が少ない方を対象に、転倒・骨折を予防するための体づくりをします。転倒予防体操を中心に、力をつける歩き方、柔軟性や筋力、バランス感覚の強化に取り組みます。

一宮市ふれあいクラブ

ボランティア団体が運営している、高齢者が気軽に集まれる場所です。

② 北方町・奥町・木曾川町



おでかけ広場

特定非営利活動法人 うらら	グループホームうらら びより奥町 奥町字内込45-11	0586-63-3331
①奇数月第3水曜日 ②偶数月第3月曜日 午後1時30分～2時30分	不要	
①音楽療法(座位)、交流会 ②介護体操(座位)、交流会 専門職による介護相談	要 (毎月10日迄)	

八幡いきいき サロン	八幡公民館 木曾川町門間字南屋敷2	13
第1火曜日 午後1時30分～3時30分	100円	町内の方
福祉工房 出会いサロン	福祉工房グループホーム 木曾川町玉ノ井字新屋敷 七ノ切60	14
毎週火曜日 午前11時～午後2時	300円	高齢者

No	名称	開催場所	問合せ先
	開催日時	参加費	参加費
実施内容		予約	予約

ふれあいサロン さん・さんガーデン	北方町北方字内沼 257-1	0586-84-3307 (水野)
① 毎月第3金曜日 午前10時～11時30分 (体操11時まで、茶話会11時5分から)	450円 (ドリンク代・保険料込)	
健康体操教室・茶話会	要	

ふれあい・いきいきサロン

問い合わせ先 / 0586-85-7024
(社会福祉協議会)

No	名称	開催場所
	開催日時	参加費 対象者

18サロン	中島公民館 北方町中島字宮浦1787	1
第4木曜日 午前10時～正午	不要	地域の方

きつねぶかふれあい・ いきいきサロン	狐塚公民館 北方町北方狐塚郷301	2
第4金曜日 午前10時～正午	100円	町内の方

木曾川シルバー 健康体操サロン	高齢者生きがいセンター2階 木曾川町黒田字西沼51	3
第2・3金曜日 午後2時～4時	100円	高齢者

里小牧サロン 里の駅	神明公民館 木曾川町里小牧字神明 東137	4
第1火曜日 午後1時～3時	200円	高齢者

黒田小サロン	黒田小学校 木曾川町黒田字古城26-2	5
第3火曜日 午前9時30分～11時30分	200円	高齢者

東割田生き生き サロン	東割田公民館 木曾川町外割田字東郷中34	6
第4日曜日 午前9時～11時	200円	高齢者

福祉工房 虹の会サロン	カラオケ喫茶茶海黒田店 木曾川町黒田三ノ通り81	7
毎週木曜日 午前11時～午後2時	不要 (飲食代は各自)	高齢者

健康カフェー	西割田公民館 木曾川町外割田西郷東154	8
第2・4水曜日 午前9時30分～11時30分	200円	高齢者

西割田ひまわり サロン	西割田公民館 木曾川町外割田西郷東154	9
第1・3水曜日 午前9時30分～11時30分	200円	高齢者

西割田パソコン カフェ	西割田公民館 木曾川町外割田西郷東154	10
第2・4金曜日 午前9時30分～11時30分	200円	高齢者

小物サロン	西割田公民館 木曾川町外割田西郷東154	11
第1木曜日 午前9時30分～11時30分	100円	高齢者

障害児者の余暇活動を 考える会のはな	木曾川庁舎2階 木曾川町内割田一の通り27	12
第4土曜日 午前10時～11時30分	イベントごと に異なる	障害児者及び 障害者

昭和くらぶ	木曾川いこいの広場 木曾川町黒田字北野 黒165	0586-58-7332
毎週水曜日 午前10時30分～11時30分	不要	
昔の話を話題に茶話会、回想法の実施	不要	

一宮市立 木曾川市民病院	木曾川町黒田字北 野黒165	0586-86-2173
毎週火曜日または木曜日 午前8時40分～9時 ※毎月予定表を発行	不要	
木曾川ハツラツ体操、脳トレ	不要	

コムネックス みづほ	木曾川町黒田字西 沼52	0586-86-7000
①毎月第3木曜日:午後2時～3時 ②毎月第2・4木曜日:午後2時～3時 ③毎月第1木曜日:午後2時～3時	不要	
①わくわくメロディーきいて歌って ②わくわく体操 ③わくわく脳健体操 (コグニサイズで認知症予防)	不要	

一宮市 木曾川資料館	木曾川町黒田字宝 光寺東18-1	0586-87-5197
随時(祝休日を除く月曜日、祝休日の翌日、12/28～1/4を除く) ※事前予約制 午前9時30分～午後5時 蓄音機でSレコードを聴く	不要	要

藤クリニック	木曾川町黒田 一ノ通り25-1	0586-64-7556
月曜日(月2回)午後3時～4時 ※詳細はお尋ねください。	500円	
口コモ体操 ※定員20名	不要	

五平餅 はっちゃん	奥町字三出 102-11	0586-62-4656
第1、第3、第5月曜日を除く毎日 午前8時～午後5時30分 ※詳細はお尋ねください。	不要	
交流スペースの提供 五平餅・採れたて野菜の販売	不要	

リハビリド・ 一宮奥町	奥町字神田35-1	0586-63-2033
奇数月最終土曜日 午前10時～正午	不要	
健康体操、マシン体験、太極拳 ※飲み物をご持参ください。	要	

ニチケアセンター奥町 やわらぎ	奥町字七丁16-3	0586-63-1801
毎月第4金曜日 午前10時～正午	不要	
認知症カフェ(認知症の介護相談) アロマハンドマッサージ	不要	

おくちょう・ いきいきサロン	瀬古会館 奥町向神田56-1 前二公民館 奥町川崎21 内込公民館 奥町下川田8 奥公民館 奥町字下口西83	15
第3木曜日 午前9時30分～11時30分	100円	連区内の方

貯筋教室(転倒予防体操)

貯筋教室 一覧の見方	名 称	
	開催日	1部 2部 時間

1 北方いこいの広場	金・午前	1部 午前 9時30分～10時15分 2部 午前 10時45分～11時30分
------------	------	---

2 木曾川いこいの広場	火・午後	1部 午後 1時30分～2時15分 2部 午後 2時45分～3時30分
-------------	------	--

3 木曾川西部いこいの広場	木・午前	1部 午前 9時30分～10時15分 2部 午前 10時45分～11時30分
---------------	------	---

4 木曾川いきいきセンター	水・午前	1部 午前 9時30分～10時15分 2部 午前 10時45分～11時30分
---------------	------	---

5 奥いきいきセンター	木・午前	1部 午前 9時30分～10時15分 2部 午前 10時45分～11時30分
-------------	------	---

歩く距離

伸ばして延びる
我が寿命

第11回介護予防川柳最優秀賞作品