

# 健康づくり！ 仲間づくり！

# たけとよ 通いの場ガイド



おとなりカフェ



健康麻雀



憩いのサロン



ラジオ体操

武豊町地域包括ケアシステム推進協議会  
武豊町生活支援体制整備事業  
令和7年6月発行

## ～はじめに～

この冊子は高齢者をはじめ、町民が気軽に立ち寄れる通いの場を紹介するものです。人と交流したり、楽しく体を動かしたりする場所は身近にたくさんあります。この冊子を活用し、住み慣れた地域でいつまでも生活できるよう健康づくりや、仲間づくりに努めましょう。

## ～通いの場とは～

地域住民が他者とのつながりの中で、どなたでも気軽に立ち寄り、介護予防やフレイル予防などのための多様な活動の場です。

## ～利用の注意点～

通いの場の活動者の皆様からいただいた情報を掲載しておりますが、変更や中止の場合があります。必ず詳細をご確認の上、ご利用ください。参加費は1回あたりの金額を掲載しています。

## ～新たな情報をお寄せください～

今後も住民の皆さんなどから情報をいただき、より良いものに更新したいと考えております。皆様からの情報提供をお待ちしております。

## 〈通いの場一覧〉

### 憩いのサロン

高齢者の地域交流と健康づくりの場  
季節に合わせたイベントも行われ、交流できる場



### おとなりカフェ

子どもから高齢者までどなたでも参加できる交流や体操の場



### 相談できる通いの場

悩み事を持った人が安心して集い、情報を交換を行ったり  
リフレッシュできる場



### 体操サロン

健康リーダーの指導の下に行う、介護予防のための簡単な体操の場



### ラジオ体操

どなたでも気軽に参加できる健康づくりの場



### その他の通いの場

健康麻雀、太極拳などの健康づくりの場やその他交流の場など



## 憩いのサロン

概ね65歳以上が対象です。ボランティアであればどなたでも参加できます



詳細はこちら

名 称		開催日・時間	参加費	内 容
場 所				
1	大足サロン	第3火曜日 13:30~15:00	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	大足老人憩の家 (川脇10-1)			
2	玉貫サロン	第2木曜日 13:30~15:00	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	玉貫老人憩の家 (楠4-24-1)			
3	上ヶいきいきサロン	第4水曜日 10:00~11:30	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	上ヶ公民館 (上ヶ63)			
4	馬場サロン	第1・3木曜日 13:30~15:00	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	砂川会館 (砂川3-16)			
5	富貴サロン	第1火曜日 13:30~15:00	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	富貴公民館 (富貴宮前4)			
6	東大高サロン	第2火曜日 13:30~15:00	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	東大高公民館 (東大高知里付1)			
7	北山サロン	第3月曜日 10:00~11:30	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	くすのきの里 (梨子ノ木475)			
8	下門八幡さわやかサロン	第1月曜日 10:00~11:00	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	下門区公民館 (下門70)			
9	小迎サロン	第3火曜日 10:00~11:30	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	小迎公民館 (小迎71)			
10	中山ふれあいサロン	第3金曜日 10:00~11:30	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	中山公民館 (下山ノ田76)			

※各名称の色および番号はマップと同じです

## 憩いのサロン

概ね65歳以上が対象です。ボランティアであればどなたでも参加できます



詳細はこちら

名 称		開催日・時間	参加費	内 容
場 所				
11	市場神宮きらくサロン	第4土曜日 13:30~15:00	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	市場公民館 (前田22)			
12	みどりサロン	第1土曜日 9:00~11:30	100円	カラオケ(第1土曜日) 健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	緑区区民館 (中根1-8-4)			
13	竜宮サロン	第3水曜日 13:30~15:00	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	富貴市場公民館 (富貴南側3)			
14	玉東ホテルサロン	第2金曜日 14:00~15:30 準備片付け含む	100円	健康体操 おしゃべり 季節のイベント等
	日油武豊クラブ (迎戸123-1)			

※各名称の色および番号はマップと同じです

## おとなりカフェ

子どもから高齢者までどなたでも参加できます



詳細はこちら

名 称		開催日・時間	参加費	内 容
場 所				
1	いこいこ笠松	第2・4月曜日 10:00~11:30	100円	健康体操 茶話会など
	笠松公民館 (富貴三反田68)			
2	おいであ三井家	第2日曜日 10:00~11:30	100円	健康体操 茶話会 手芸・講話など
	三井家住宅 (上ヶ2)			
3	よし子さん家	第3日曜日 10:00~11:15	100円	健康体操 茶話会 講話など
	玉貫区民センター (旭ヶ丘3-69-5)			
4	おいでん北山	第2土曜日 10:00~11:30	100円	健康体操 茶話会 野菜販売など
	北山構造改善センター (梨子ノ木253)			

※各名称の色および番号はマップと同じです

## 憩いのサロン



小迎サロン（南京玉すだれ）



中山サロン（歌謡ショー）



馬場サロン（人形劇）



下門サロン（花見）

## おとなりカフェ



いこいこ笠松



よし子さん家（陶匠）



おいであ三井家



おいでん北山（太鼓の達人）

## 相談のできる通いの場

悩みごとを持った人が安心して集い、情報を交換を行ったり、リフレッシュできる場です

名 称 場 所		開催日 時間	費用	内 容
①	リフレッシュ カフェ 中央公民館 (山ノ神20-1)	第2金曜日 10:00~ 12:00	100 円	悩みのある人やその 家族の交流の場 専門家へ障がいにつ いて相談できる場
	②	家族会 中央公民館 (山ノ神20-1)	第1日曜日 13:30~ 16:00	100 円
③	あれあれ モーニング 思いやりセンター (長尾山2)	第4木曜日 10:00~ 11:00	100 円	認知症の人やその家 族、介護者などが息 抜きや交流する場 個別相談の場
	④	たまりん 思いやりセンター (長尾山2)	第3木曜日 13:30~ 14:30	基本 無料
⑤	地域活動支援 センター ひろばわっぱる 富貴小桜176-1	週5日 木・日以外 9:00~ 16:00	基本 無料	障がいのある人や家 族などが悩みを共有 したり、話す場 300円でランチあり
	⑥	オレンジカフェ 富貴南側65	第4月曜日 10:00~ 12:00	300 円

※各名称の色および番号はマップと同じです

## 相談のできる通いの場



リフレッシュカフェ



家族会  
(ひきこもり・不登校)



朴の会



あれあれモーニング



たまりん



地域活動支援センター  
ひろばわっぱる



オレンジカフェ



## 体操サロン

概ね65歳以上が対象です。健康リーダーの指導の下に行く、介護予防のための簡単な体操の場です

名称 場所		開催日・時間	参加費	内容
1	玉貫会場	第1・3・5 木曜日 10:00~11:00	無料	ストレッチ体操 筋力アップ体操等
	玉貫老人憩の家 (楠4-24-1)			
2	下門会場	第1・3・5 木曜日 13:30~14:30	無料	ストレッチ体操 筋力アップ体操等
	下門区公民館 (下門70)			
3	富貴会場	第2・4 木曜日 10:00~11:00	無料	ストレッチ体操 筋力アップ体操等
	富貴公民館 (富貴宮前4)			

※各名称の色および番号はマップと同じです



下門会場



玉貫会場

# ラジオ体操

どなたでも気軽に参加できる健康づくりの場です

名 称		開催日・時間	参加費	内 容
場 所				
1	石川体操広場	週6日 (雨天除く日以外) 7:30~7:50	無料	ラジオ体操 ウォーキング
	石川ちびっこ広場 (石川1-106)			
2	えがお	週5日 (雨天除く水・日以外) 8:20~8:40	無料	ラジオ体操
	大足公民館駐車場 (里中73)			
3	鹿狩池体操会	毎日 (雨天除く) 6:30~7:00	無料	ラジオ体操 ストレッチ ウォーキング
	鹿狩池公園グラウンド (平井1-59-2)			
4	なかよし体操クラブ	毎週月曜日 9:00~9:10 (雨天の場合は火曜日)	無料	ラジオ体操
	町営住宅広場A棟前 (楠5-40)			
5	ラジオ体操富貴茶ノ木	週5日 (雨天除く土・日以外) 6:30~6:40	無料	ラジオ体操
	(富貴茶ノ木15)			
6	緑ご近所体操	毎日 (雨天、正月除く) 6:30~6:40	無料	ラジオ体操
	緑区区民館広場 (中根1-8-4)			

※各名称の色および番号はマップと同じです



石川体操広場



えがお



鹿狩池体操会



なかよし体操クラブ



ラジオ体操富貴茶ノ木



緑ご近所体操

## その他の通いの場

どなたでも気軽に参加できる通いの場です

名 称		開催日・時間	参加費	内 容
場 所				
①	大足太極拳	毎週水曜日 8:00~9:00頃	無料	太極拳
	大足公民館駐車場 (里中73)			
②	健康麻雀	毎週火曜日、金曜日 9:00~11:30	500円/回	健康麻雀
	武豊町総合体育館 (東大高清水128)			
③	富貴市場健康体操	第2・4金曜日 13:30~14:30	100円/回	健康体操 ※ヨガマット必要
	富貴市場公民館 (富貴南側3)			
④	市原健康体操クラブ	第2月曜日 第4火曜日 9:30~11:30	500円/回	健康体操 ※ヨガマット、 テニスボール必要
	市原公民館 (富貴中割43-1)			
⑤	もの忘れ予防 トレーニング	第1・3水曜日 13:00~14:00 14:30~15:30	500円/回	ピラティスをもとに したストレッチ ※ヨガマット必要
	大足老人憩の家 (川脇10-1)			

※各名称の色および番号はマップと同じです



大足太極拳



健康麻雀

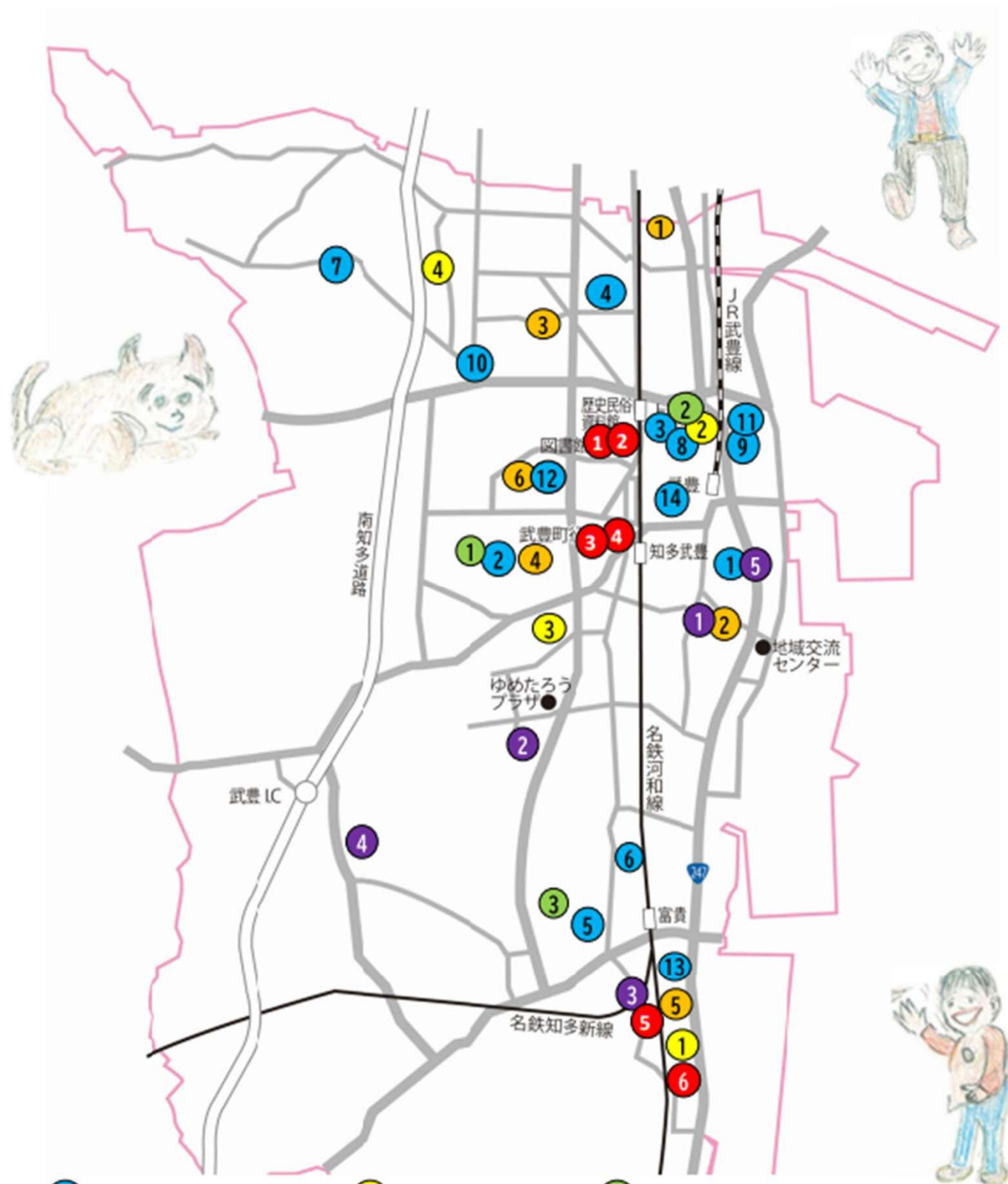


富貴市場健康体操



市原健康体操クラブ

# たけとよ 通いの場マップ



- |   |   |   |
|---|---|---|
| <span style="color: blue;">●</span> 憩いのサロン    | <span style="color: yellow;">●</span> おとなりカフェ | <span style="color: green;">●</span> 体操サロン    |
| <span style="color: red;">●</span> 相談のできる通いの場 | <span style="color: orange;">●</span> ラジオ体操   | <span style="color: purple;">●</span> その他通いの場 |

※マップ上にあるマークの色及び番号は各名称と同じです。

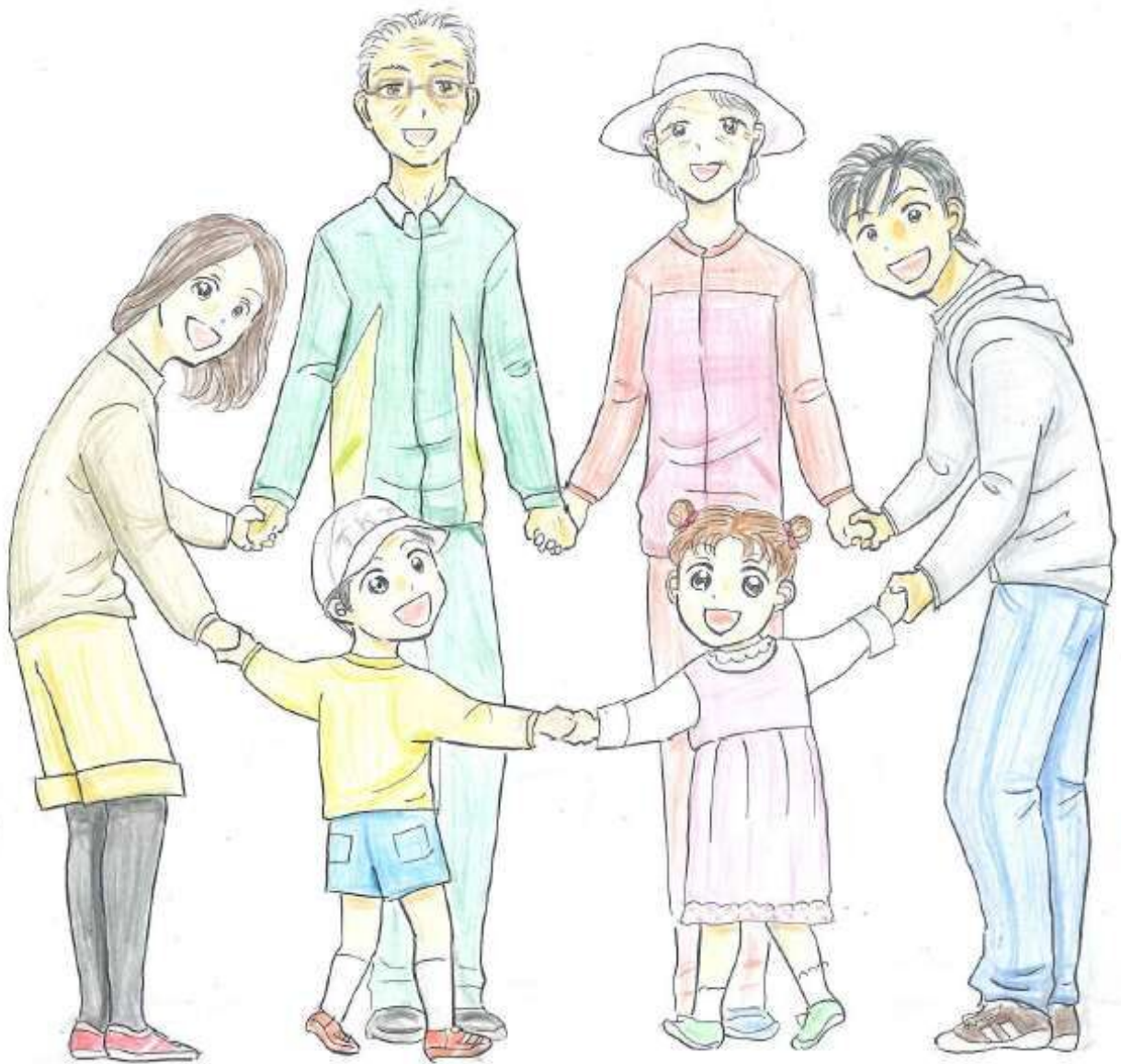


イラスト 上野美里

制作・発行 武豊町 福祉課

☎0569-72-1111

武豊町社会福祉協議会

☎0569-73-3104

✉ [info@taketoyo-shakyo.com](mailto:info@taketoyo-shakyo.com)

協力 たけとよ通いの場ガイドワーキンググループ  
日本福祉大学行政専修ゼミ2年