

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8年5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。

制作・発行

武豊町役場 福祉課 (電話 0569-72-1111)

武豊町社会福祉協議会 (電話 0569-73-3104)

〈通いの場一覧〉

おとなりカフェ

P1、2

こ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

P3、4

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

P5、6

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

P7、8

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

P9、10

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



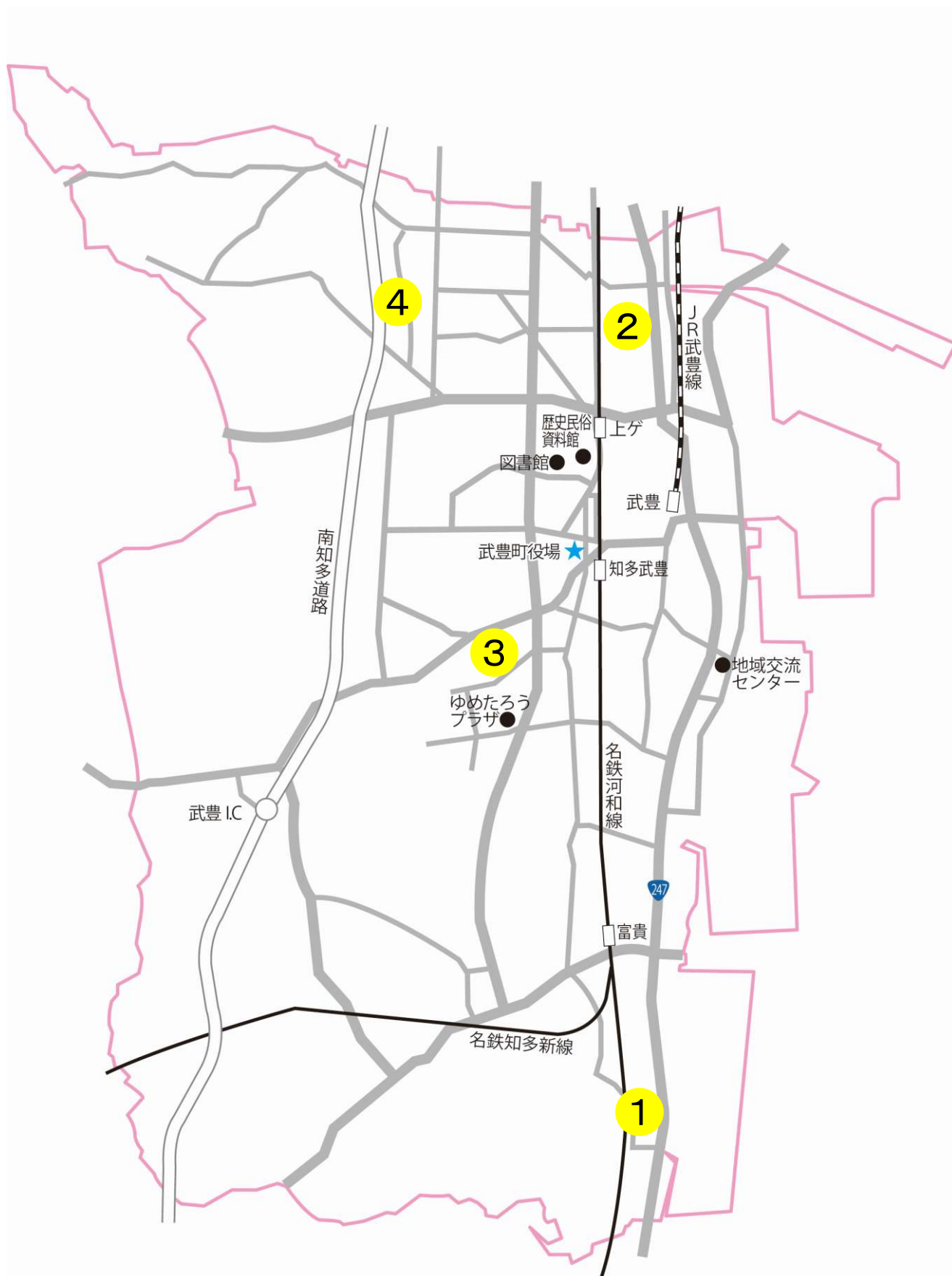
憩いのサロン

P11~14

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
P14~ カラオケ開催日について掲載



おとなりカフェマップ



おとなりカフェ

こどもから高齢者までどなたでも参加できます

マップ 番号	名称 会場	開催日時	参加費	内 容
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	よってきん馬場	第4金曜日 14:00~15:00	100円	ヨガ・健康体操 茶話会など
	馬場公民館 (中狭65)			
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
	玉貴区民センター (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285)			



おいでん北山(太鼓の達人)

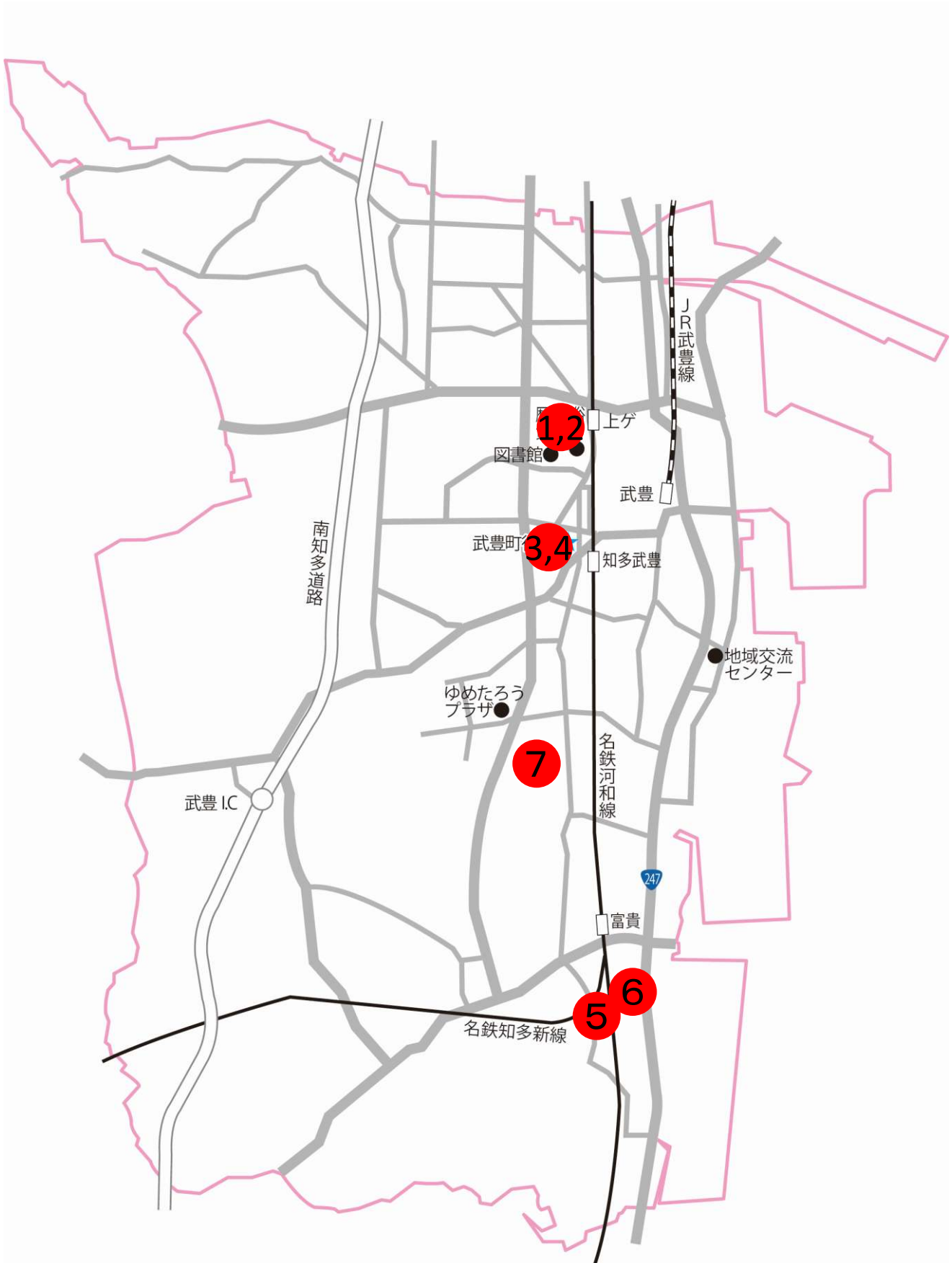


よし子さん家 (鷹匠)



いこいこ笠松

相談できる通いの場マップ



相談できる通いの場

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

マップ 番号	名称 会場	開催日時	参加費	内 容
1	リフレッシュカフェ	第2金曜日(一部 変更月あり) 10:00~12:00	100円 ~200円 (内容により 変動あり)	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
	中央公民館 (山ノ神20-1)			
2	家族会	第1日曜日 13:30~16:00	100円	ひきこもりや不登校で悩む家 族の交流や情報交換の場
	中央公民館 (山ノ神20-1)			
3	あれあれモーニング	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
	思いやりセンター (長尾山2)			
4	たまりん	第3木曜日 13:30~14:30	基本無料	認知症の人の家族、介護者が 息抜きや交流する場
	思いやりセンター (長尾山2)			
5	地域活動支援セン ターひろばわっぱる	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
	(富貴小桜176-1)			
6	たけとよオレンジ カフェ	第4月曜日 10:00~12:00	300円	認知症の人とその家族、介護 者などの息抜きや情報交換の 場
	(富貴南側65)			
7	ひだまりオレンジ カフェ	第2水曜日 14:00~15:00	100円	認知症の人とその家族が気軽 に相談したり、認知症予防に 興味のある方の情報交換の場
	多機能ホーム ひだまりの郷たけとよ (東大高字熊野後81)			



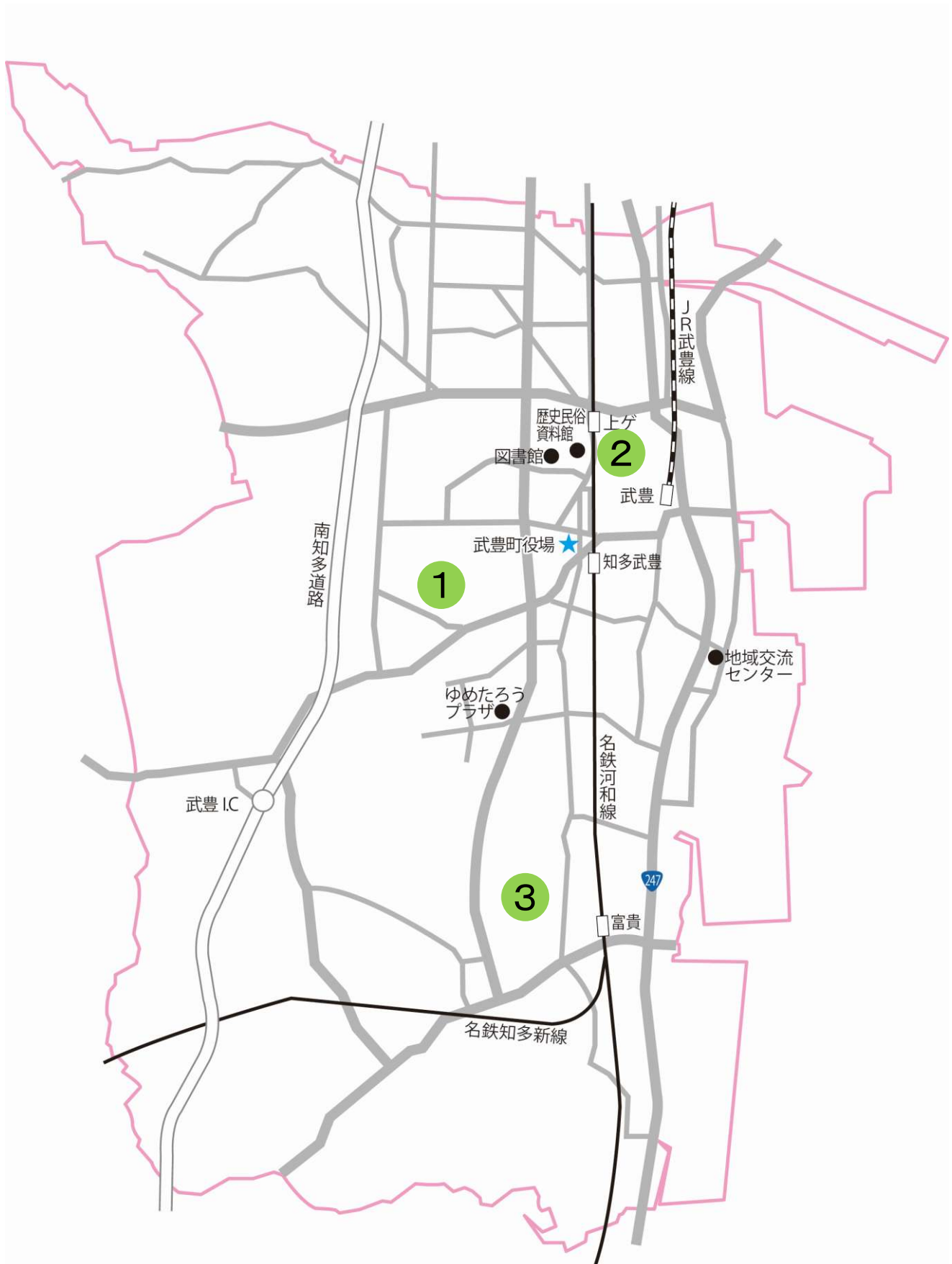
リフレッシュカフェ



たけとよオレンジカフェ



体操サロンマップ



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

マップ 番号	名称	開催日時	参加費	内 容
	会場			
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)			

※祝日・年末年始・お盆はお休みです

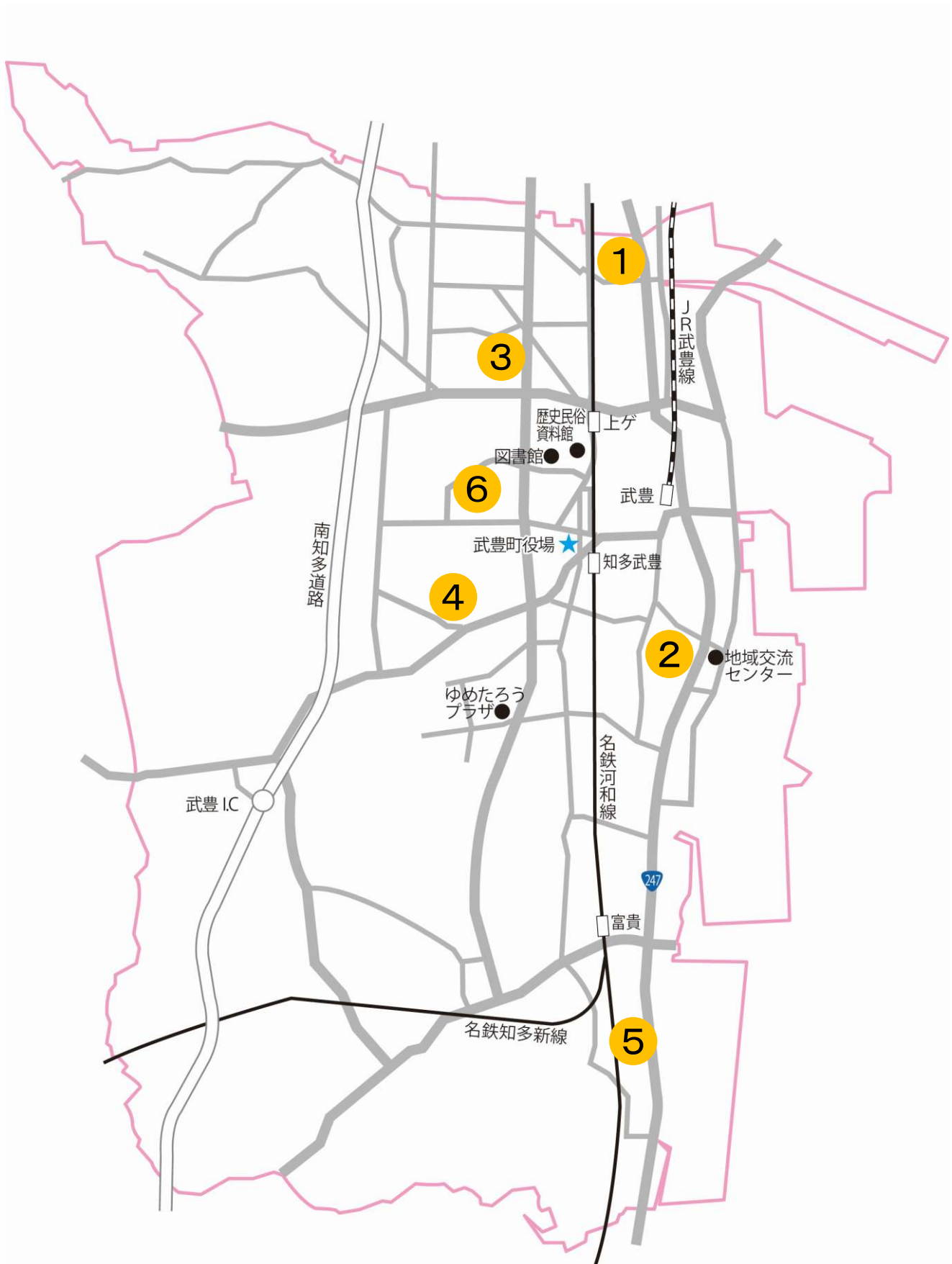


下門会場



玉貫会場

ラジオ体操マップ



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

マップ 番号	名称	開催日時	参加費	内 容
	会場			
1	石川ちびっ子広場 ラジオ体操	週6日（日以外） 7：30～7：50 ※雨天中止	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（水・日以外） 8：20～8：40 ※雨天中止	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 ※雨天時は火曜開催	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（土・日以外） 6：30～6：40 ※雨天中止	無料	ラジオ体操
	（富貴茶ノ木15）			
6	緑ご近所体操	毎日（正月除く） 6：30～6：40 ※雨天中止	無料	ラジオ体操
	緑区区民館広場 （中根1-8-4）			



石川体操広場



えがお



鹿狩池体操会



なかよし体操クラブ

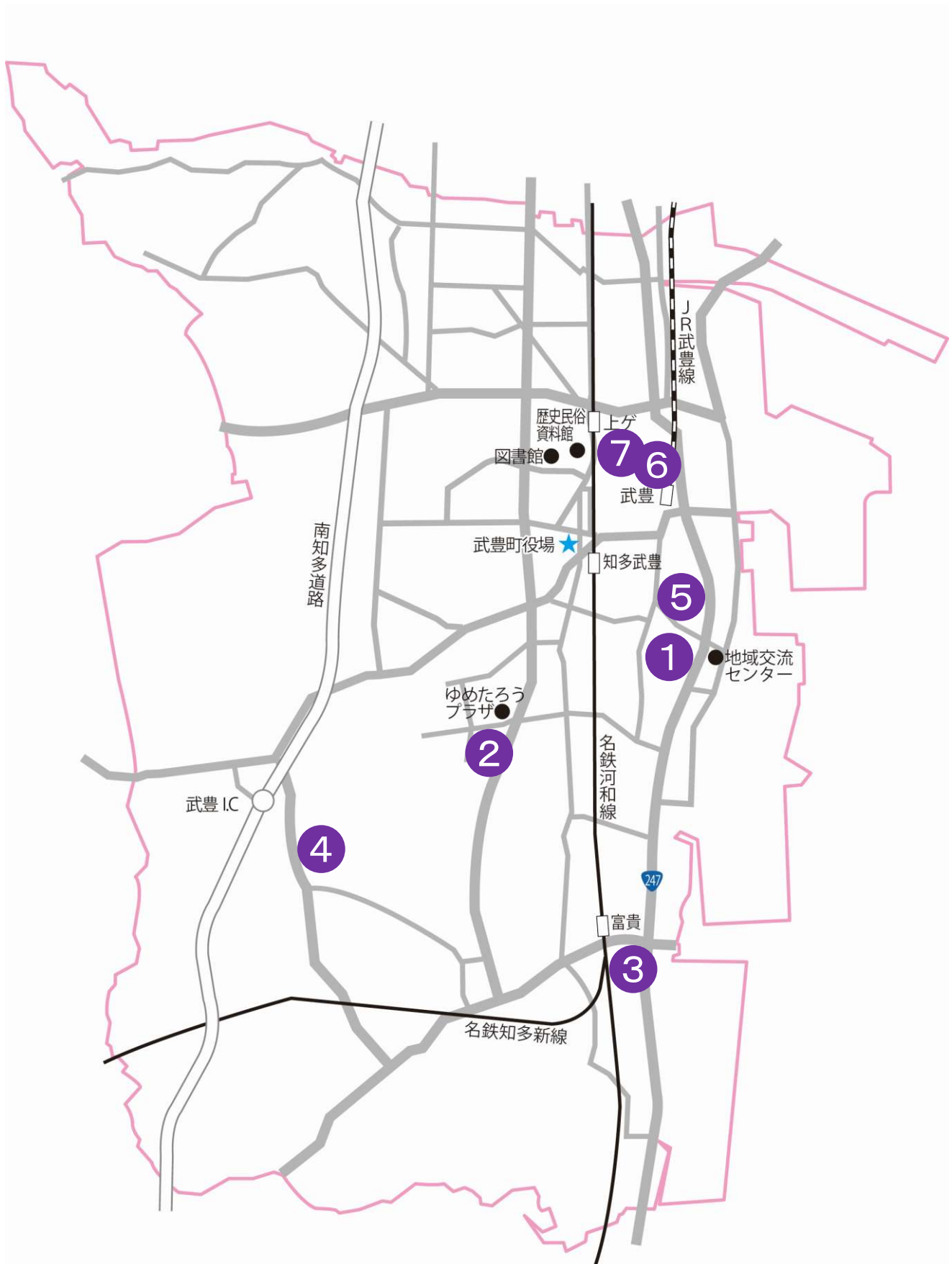


ラジオ体操富貴茶ノ木



緑ご近所体操

その他の通いの場マップ



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

マップ 番号	名称	開催日時	参加費	内 容
	会場			
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、金曜 9：00～11：30	500円	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	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	月曜または火曜 (月3回) 9：30～11：30	400円	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	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)			
6	あげ友遊	毎週月曜日 10：00～11：30	会費制 体験無料	健康体操 ウォーキング
	上ヶ公民館 (上ヶ63)			
7	太極拳サークル	毎週火曜日 13：30～15：00	会費制 体験無料	太極拳
	下門区公民館 (下門70)			



富貴市場健康体操

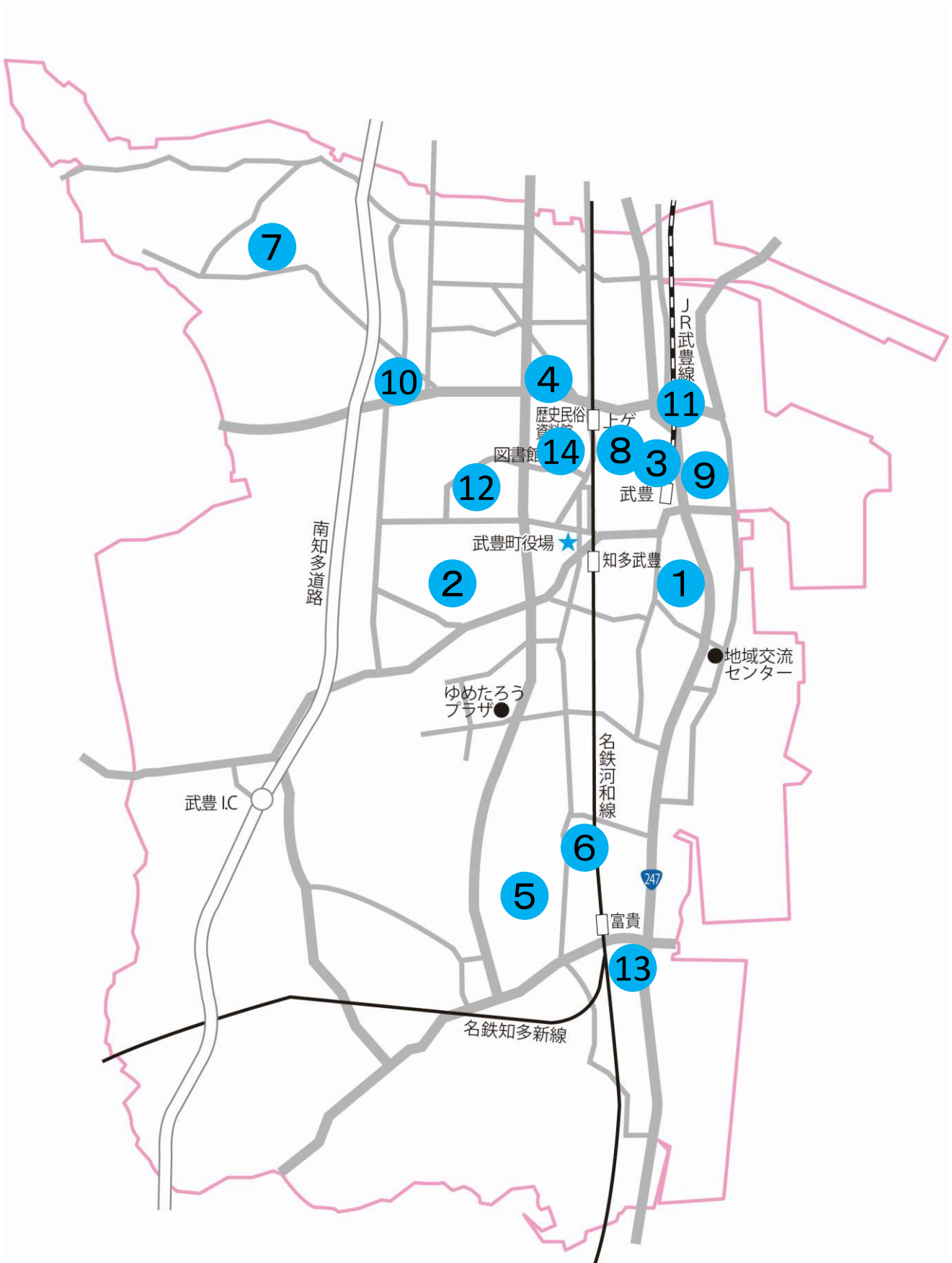


大足太極拳



市原健康体操クラブ

憩いのサロンマップ



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

マップ 番号	名称	開催日時	参加費	内 容
	会場			
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	玉貴サロン	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
	玉貴老人憩の家 (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、麻雀、 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金曜日 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)			

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

マップ 番号	名称	開催日時	参加費	内 容
	会場			
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)			
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4金曜日 13:30～14:50	100円	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、麻雀、 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	玉東ホタルサロン	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
	中央公民館 (山ノ神20-1)			



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)

憩いのサロン（カラオケ開催日）

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

マップ 番号	名称	開催日時	参加費	内 容
	会場			
2	玉貫サロン	第4木曜日 13：30～15：00	100円	カラオケ
	玉貫老人憩の家 (楠4-24-1)			
4	馬場サロン	第2木曜日 13：30～15：00	100円	カラオケ
	砂川会館 (砂川3-16)			
6	東大高サロン	第3土曜日 13：30～16：00	100円	カラオケ
	東大高公民館 (東大高知里付1)			
12	みどりサロン	第1土曜日 9：30～11：30	100円	カラオケ
	緑区区民館 (中根1-8-4)			



東大高サロン



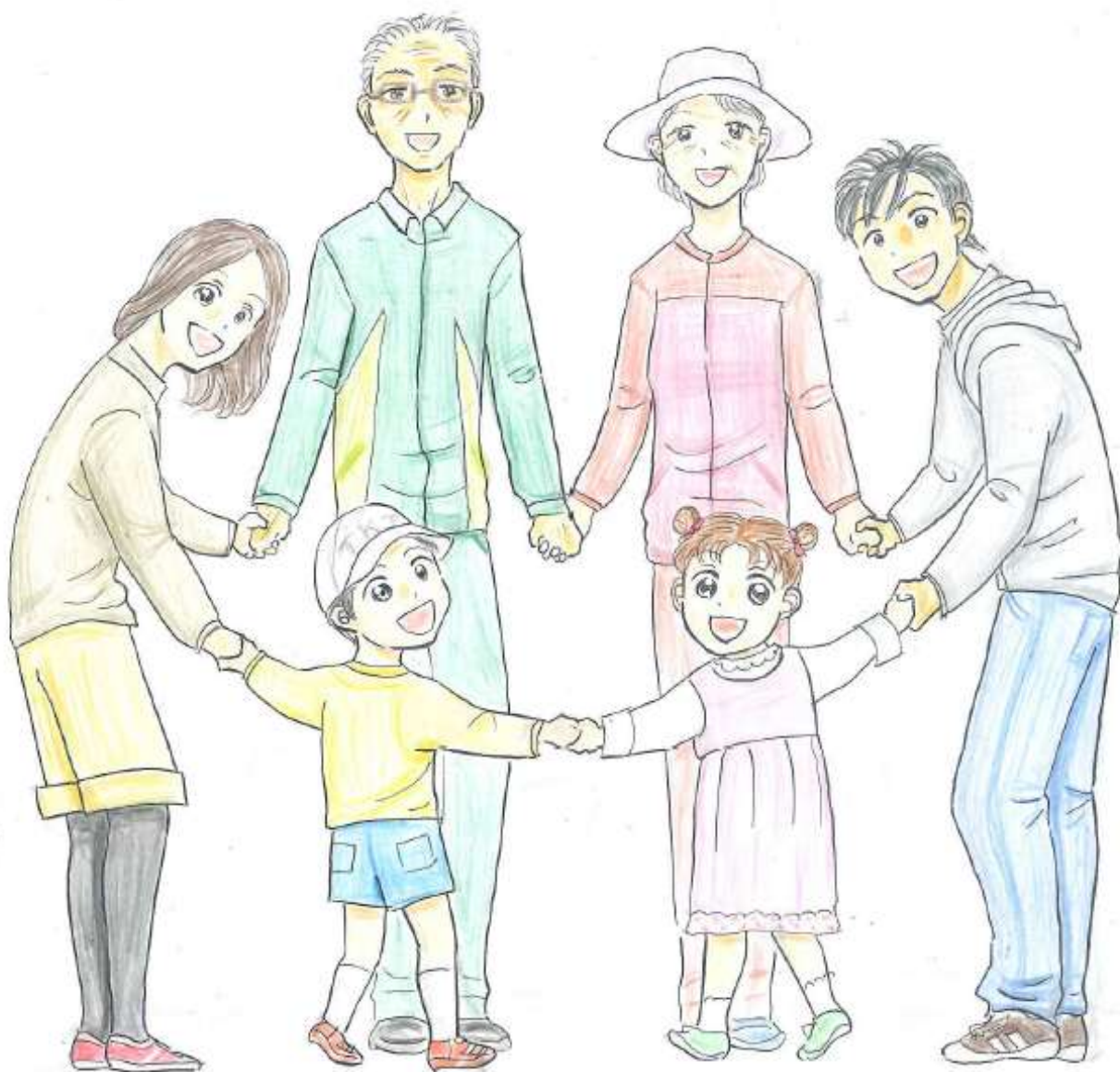


イラスト 上野美里

制作・発行 武豊町役場 福祉課

☎0569-72-1111

武豊町社会福祉協議会

☎0569-73-3104