



あかいわ

# 『通いの場』 マップ

～通いの場には、たくさんの **わ**～



人のつながり



心のなごみ



おしゃべり

発行

赤磐市地域支え合いネットワーク推進協議会

赤磐市、社会福祉法人 赤磐市社会福祉協議会



## 『通いの場』ってどんなもの？

「通いの場」とは、住民同士が気軽に集い、一緒になって内容を企画し、運営する「生きがいつくり」「仲間づくり」の輪を広げる場です。また、いきいき百歳体操などの介護予防のための活動をする場でもあります。開催頻度や場所、内容、対象は、それぞれ異なります。



### どこでやるの？

集会所や個人の家など、みんなが通いやすい場所が、「会場」となります。

### 例えば、どんな活動をするの？

#### 楽しく！

おしゃべり、茶話会、演芸鑑賞



#### 夢中に！

レクリエーション、創作活動



#### 真剣に！

出前講座、脳トレ



#### 元気に！

百歳体操、体を動かす



サロン、カフェ、集い・・・呼び方（愛称）は様々・・・

**大切なのは、参加者がやりたいことを楽しむこと！**

みんなが「気軽に」「無理なく」「楽しく」集う場所であれば、その場所はずでに『通いの場』です。

住み慣れた地域の住民同士が、「集い」「しゃべり」「笑い」、一緒の時間を過ごすことで、年齢を重ねても変わらない一人ひとりの「居場所」となります。

高齢者に限らず地域の様々な世代が参加して楽しむ場が増え、定着すると、もっともっと地域が活性化していきます。





## なぜ『通いの場』が必要なの？

高齢者のなかには、話し相手もなく一日中テレビを見て過ごす人もいます。家族と暮らしていても、あまり会話がないう話を聞くこともあります。

『通いの場』に参加することで、幅広い年齢、様々な人生経験をもった人たちとの交流ができます。

『通いの場』は、一人ひとりがあるがまま受け止めてくれる心の拠り所。

また、みんなが参加して、得意なことを行う「活躍の場」。

住み慣れた地域に「居場所」があることが、健康で幸せな暮らしには何より大切です。

仲間づくり

居場所づくり

地域づくり

生きがい  
づくり

支え合いの  
しくみづくり

生活の張り合いがなく、意欲を失いがちな人も『通いの場』で仲間とふれあうなかで、出番や役割を得ることができます。

暮らしのすぐそばに「生きがい」があることは、うれしいことです。

『通いの場』が充実することで、住民同士のつながりができ、支え合いの関係ができていきます。

支援や介護が必要になっても自分らしく地域の中で暮らし続けられる仕組みがつけられていきます。

## 『通いの場』の効果は

参加すると、いろんな「いいこと」が届きます。

### ①楽しさ、社会参加、孤立感をなくす

参加者一人一人が主役となって自分たちでつくることが『通いの場』です。

喜びが生まれ、生きがいや社会参加意欲が高まります。

また、近所に知り合いが増えるので、日常でも声をかけ合い、あたたかな交流が生まれます。



### ②閉じこもりの予防

歩いて行ける範囲や身近な場所に『通いの場』があれば、気軽に出かけることができます。仲間と過ごすことがたのしくなり、外出するようになります。

また、仲間に会うため、身だしなみにも気を配るようになり、生活にメリハリが生まれます。



### ③無理なく体を動かせる

『通いの場』に出かけるだけでも、家の中で過ごしているのとはずいぶん違います。

また、無理なく、楽しく体を動かせると一層効果があります。



### ④適度な刺激、健康増進

ご近所の『通いの場』に出かけ、人と会い、話し、笑い、歌い、ゲームをし、楽しい時間を過ごすことは、適度な精神的刺激となります。

また、『通いの場』での会食や健康チェックがきっかけとなって、自身の健康管理や栄養について意識する習慣がついてきます。

### ⑤地域の福祉力の向上

参加者の会話から、日頃の心配ごとや見守りが必要な方の存在、地域の福祉課題を発見し、解決のために関係機関と協力するなど、福祉力向上につながります。





## 『通いの場』 マップ

- ふれあい・いきいきサロン
- いきいき百歳体操
- その他の『通いの場』



※掲載の『通いの場』は令和5年10月1日現在の状況です。詳細は赤磐市社会福祉協議会 地域福祉課・各事務所へお問い合わせください。

# 通いの場マップ ～ 山陽地域～

★百歳体操 ★ふれあいいきいきサロン

令和5年10月1日現在

- 中央公民館  
●登録グループ活動  
☎955-0069
- 高月公民館  
●登録グループ活動  
☎086-229-9777
- 山陽公民館  
●登録グループ活動  
☎955-9777
- 西山公民館  
●登録グループ活動  
☎955-0777

斗有コミュニティハウス [斗有]  
★毎週(木)13:30～

西山団地コミュニティハウス [西山団地]  
★毎週(水)10:00～  
★年5回(概ね偶数月)

上仁保コミュニティハウス [上仁保]  
★毎週(水)13:30～

下仁保コミュニティハウス [下仁保]  
★毎週(木)13:30～

熊崎コミュニティハウス [熊崎]  
★毎週(水)13:30～  
★年2回

鴨前コミュニティハウス [鴨前]  
★毎週(水)10:00～

和田集会所 [和田]  
★毎週(月)13:30～

山陽1丁目集会所 [山陽1]  
★毎週(水)13:30～  
★不定期(年1回)

山陽2丁目集会所 [山陽2]  
★毎週(金)10:00～  
★不定期(年1回)

山陽3丁目集会所 [山陽3]  
★毎週(木)13:30～  
★不定期(年8回:第1水曜)

山陽4丁目集会所 [山陽4]  
★毎週(水)13:30～  
★不定期(年5回)

山陽5丁目集会所 [山陽5]  
★毎週(火)10:00～  
★毎月1回(第4火曜)

山陽7丁目7-3小集会所 [山陽7]  
★毎週(火)10:00～

山陽7丁目中央集会所 [山陽7]  
★毎週(木)10:00～

馬屋公会堂 [馬屋]  
★毎週(水)10:00～

穂崎コミュニティハウス [穂崎]  
★毎週(水)13:30～  
★不定期

岩田公会堂 [岩田]  
★毎週(水)10:00～  
★不定期

長尾集会所 [長尾]  
★年3回

河本コミュニティハウス [河本]  
★第1・3(金)13:30～  
★毎月1回

山陽設備 [高屋]  
★毎週(木)(金)13:30～  
★年3回

下市集会所 [下市]  
★毎週(金)10:00～  
★年4回

老人福祉センター [下市]  
★毎週(月)13:30～

西中コミュニティハウス [西中]  
★毎週(水)10:00～

正崎集会所 [正崎]  
★毎週(火)13:30～

山陽ふれあい公園 [正崎]  
★毎週(金)13:30～

津崎コミュニティハウス [津崎]  
★毎週(木)13:30～  
★2か月に1回

尾谷公会堂 [尾谷]  
★毎週(水)13:30～  
★月1回

上市コミュニティハウス [上市]  
★毎週(金)13:30～  
★月1回

桜が丘6丁目集会所 [桜が丘西6]  
★毎週(月)9:00  
★不定期(年10回/第3木曜)

桜が丘9丁目集会所 [桜が丘西9]  
★毎月1回

桜が丘10丁目集会所 [桜が丘西10]  
●喫茶/年9回(第2木曜)  
★毎週(金)10:00～  
★毎月1回(最終金曜)

桜が丘7丁目集会所 [桜が丘西7]  
★毎週(火)10:30～  
★不定期(年2回)

桜が丘8丁目集会所 [桜が丘西8]  
★毎週(水・木)10:00～  
★不定期(年6回)

桜が丘1丁目集会所 [桜が丘西1]  
★毎週(月)10:00～  
★年3回

桜が丘3丁目集会所 [桜が丘西3]  
★年9回(第4木曜日)

桜が丘4丁目集会所 [桜が丘西4]  
★第1・3(土)13:30～  
★月1回

藤本氏宅 [桜が丘西1]  
★毎週(月・木)14:00～  
★月1回

桜が丘2丁目集会所 [桜が丘西2]  
★第2・4(水)10:00～  
★月2回(第2・4水曜日)

桜が丘5丁目集会所 [桜が丘西5]  
★毎週(木)10:00～  
★年6回

日古木集会所 [日古木]  
★毎週(水)10:00～  
★毎月

二井公会堂 [二井]  
★毎週(水)13:30～  
★年4回

中島集会所 [中島]  
★毎週(水)13:00～

斎富多目的集会所 [斎富]  
★年3回

南方コミュニティハウス [南方]

赤磐市社会福祉協議会 地域福祉課  
●ボランティア活動 ☎955-8877

老人福祉センター(あかいわほほえみプラザ)  
●各部会・イベント等 ☎955-3732

●赤磐市老人クラブ連合会 ☎956-2111

●ひるの居場所(ひきこもり者)  
第2・4(金)13:30～

地域包括支援センター  
●さんさんカフェ ☎955-1470





令和5年10月1日現在

# 通いの場マップ ～赤坂地域～

★百歳体操 ★ふれあいいきいきサロン

小原多目的集会所 [小原]  
★毎月1回

坂辺公会堂 [坂辺]  
★概ね年4回

惣分会館 [惣分]  
★概ね年5回  
●惣分カフェ

山手公会堂 [山手]  
★概ね年6回

下分公会堂 [下分]  
★休止中

奥小原公会堂 [奥小原]  
★概ね年6回

小原上公会堂 [小原上]  
★毎月1回

多賀公民館 [多賀]  
★毎週(火)13:30～  
★概ね年6回

赤磐市社会福祉協議会 赤坂事務所  
地域包括支援センター赤坂分室  
●ボランティア活動  
☎957-2334

赤坂公民館  
●登録グループ活動  
☎957-2211

出屋公民館 [出屋]  
★毎週(月)10:00～  
★概ね年6回

今井公民館 [今井]  
★休止中

西軽部公民館 [西軽部]  
★毎週(木)9:30～  
★概ね年6回

東軽部集会所 [東軽部]  
★月1回  
★概ね年4回

●わかたけカフェ  
[町苺田・わかたけ作業所]

久保河内集会所 [由津里]  
★毎週(月)10:00～  
★概ね月1回

平木集会所 [由津里]  
★概ね月1回

原池尻集会所 [由津里]  
★概ね月1回

町苺田コミュニティハウス [町苺田]  
★毎週(火)10:00～  
★概ね年6回

大苺田コミュニティハウス [大苺田]  
★毎週(火)10:00～

山口コミュニティハウス [山口]  
★毎週(火)13:30～  
★毎月1回

上山口集会所 [山口]  
★毎週(木)10:00～  
★第1(金)13:30～

由津里公民館 [由津里・本村]  
★毎週(金)13:30～  
★概ね月1回

東窪田多目的集会所 [東窪田]  
★毎週(火)10:00～  
★概ね年4回

西窪田集会所 [西窪田]  
★毎週(水)10:00～  
★概ね年6回



令和5年10月1日現在



# 通いの場マップ ～熊山地域～

★百歳体操 ★ふれあいいきいきサロン



稗田公会堂 [稗田]  
★毎週(木)13:00～  
★不定期

可真下1支部公会堂 [可真下1支部]  
●かま茶カフェ(日/月 1回)10:00～15:00

佐古公会堂 [佐古]  
★毎週(水)10:00～  
★第2(水)10:00～  
●移動販売(月)17:30頃

熊山英国庭園 [殿谷・岡・酌田]  
★毎週(木)13:30～

熊山老人憩いの家 [可真上]  
★毎週(日)13:00～ [茶居夢]  
★毎週(火)10:00～

野間公民館 [野間]  
★※休止中 (自主活動あり)  
★不定期

沢原公会堂 [沢原]  
★毎週(金)13:30～  
※休止中

青木集会所 [沢原]  
★第3(水)13:30～  
\*沢原公会堂のときも有

松木公民館 [松木]  
★毎週(火)9:00～  
★不定期(概ね年2回)

桜が丘東6丁目集会所 [桜が丘東6丁目]  
★毎週(金)10:00～  
★不定期(概ね年4回)

畑公民館 [畑]  
★毎週(水)8:30～

円光寺公民館 [円光寺]  
★毎週(金)13:00～ほか

桜が丘東4丁目集会所 [桜が丘東4丁目]  
★毎週(金)9:00～  
★第3(水)10:30～

吉原公会堂 [吉原]  
★毎週(月)10:00～ ★不定期  
●移動販売(火)16:00頃 2か所

桜が丘いきいき交流センター [桜が丘]  
★毎週(金)10:00～

可真上集会所 [可真上]  
★不定期

熊山公民館  
●登録グループ活動 ☎995-1360

桜が丘いきいき交流センター  
●登録グループ活動 ☎995-9321

弥上公民館 [弥上]  
★不定期

栄町公民館 [栄町]  
★不定期(概ね年4回)

桜が丘東5丁目集会所 [桜が丘東5丁目]  
★第3(月)10:00～

桜が丘東1丁目集会所 [桜が丘東1丁目]  
★毎週(水)13:00～  
★第1(月)13:00～  
●移動販売 毎週(月)10:20頃

桜が丘東2丁目集会所 [桜が丘東2丁目]  
★第1・3(月)13:30～  
★不定期(概ね年4回)

河田原公会堂 [河田原]  
★毎週(木)9:00～  
★不定期(概ね年4回)

桜が丘東3丁目集会所 [桜が丘東3丁目]  
★第2(水)13:30～

徳富公会堂 [徳富]  
★毎週(月)8:30～  
●茶話会

勢力生活改善センター[勢力]  
★毎週(月)9:00～  
★不定期  
●ランドゴルフ(火)

小瀬木転作促進研修加工施設 [小瀬木]  
★毎週(月)9:00～  
★不定期

赤磐市社会福祉協議会 熊山事務所  
地域包括支援センター 熊山分室 ☎995-2336  
●ボランティア活動 ●さんさんカフェ [熊山地域高齢者] ●もりもり食堂(隔月)

釣井公民館 [釣井]  
★毎週(月)9:00～  
★概ね年5回(月)



令和5年10月1日現在

# 通いの場マップ 吉井地域

★百歳体操  
★ふれあいいきいきサロン



是里集会所 [是里]  
★毎週(水)9:00~

草生コミュニティハウス [草生]  
★年6回不定期

赤磐市社会福祉協議会 吉井事務所  
地域包括支援センター吉井分室  
●ボランティア活動 ☎954-2533

黒本コミュニティハウス [相坂黒本]  
★毎週(火)10:00~

黒沢グラウンド [黒沢]  
●グラウンドゴルフ 毎週(火)

草生せせらぎ公園 [草生]  
●せせらぎカフェ ※休止中

吉井公民館  
●登録グループ活動 ☎954-1379

河西集会所 [是里西]  
★年5回不定期

ほんむら集会所 [是里中]  
★年3回不定期

さくら会館 [周匝上]  
★毎週(水)9:30~  
★年11回10:00~

滝山公会堂 [滝山]  
★毎週(木)13:00~

黒本郵便局横倉庫 [黒本上(広高下)]  
★毎週(火)10:00~

周匝会館 [周匝中・下]  
★毎週(木)9:30~  
★周匝中 年4回不定期  
★周匝下 年6回10:00~  
●シニアサークル「ワカイワ」 第1・3(月)14:00~

竜天ついでし夢の里会館 [中勢実・戸津野]  
●仁堀地区社協移動カフェ&スーパー 年1回9:00~  
●掃除カフェ [戸津野] 奇数月第2(金)9:30~

中勢実公会堂 [中勢実]  
★不定期

中山公会堂 [中山]  
★年3回10:00~

中村集会所 [中村]  
★年4回不定期

まちづくり夢百笑 [仁堀]  
●常設型オープンテラス  
●仁堀地区社協オープンカフェ 第1(火)9:00~

仁堀東区民館 [仁堀東]  
★年6回午前中

吉井文化会館  
●ひるの居場所(ひきこもり者) 第2・4(金)13:30~

仁堀西コミュニティハウス [仁堀西]  
★毎週(水)9:00~  
※休止中

農村婦人の家 [福田]  
★毎週(水)13:00~

布都美林間学校 [布都美]  
★毎週(木)13:00~  
●布都美地区社協ふれあいの集い 年3回13:00~  
●グラウンドゴルフ 毎週(木)

八島田コミュニティハウス [八島田]  
★毎週(水)13:30~  
※休止中  
★年7回不定期

稲蒔コミュニティハウス [稲蒔]  
★年3回及びラジオ体操の推奨

仁堀中コミュニティハウス [仁堀中]  
★年6回11:00~

平山コミュニティハウス [平山]  
★毎週(水)9:00~  
★年7回9:00~

八島田グラウンド [八島田]  
●グラウンドゴルフ 毎週(水)

暮田集会所 [暮田]  
★毎月13:00頃~  
●高齢者の集い 毎週(火)13:00~

佐伯北グラウンド [佐伯北(高田・光木・仁軒屋)]  
●グラウンドゴルフ 毎週(火)(金)





## 『通いの場』づくりをサポートしています！

生活支援コーディネーターって？



地域の特性や課題等を把握（見える化）したり、地域での支え合い活動の発掘（担い手）や支え合い活動を創出したりするなど、地域住民や関係機関、多様な活動関係者とのネットワークの構築など『人と地域と活動』をつなぐ推進役です。

ぜひご相談ください！



地域での支え合い活動やサロン活動の立ち上げを検討している団体、個人のかたは、お気軽にご相談ください！

また、地域での活動状況を把握するため、区・町内会、地区社会福祉協議会、老人クラブ、ボランティア団体、民間事業者などを訪問し、情報収集も行います。

ぜひ情報提供にご協力ください！

### 【問い合わせ先】 社会福祉法人 赤磐市社会福祉協議会

● 地域福祉課	赤磐市河本 778-1	☎ 086-955-8877
● 赤坂事務所	赤磐市町苅田 517-1	☎ 086-957-2334
● 熊山事務所	赤磐市松木 636-1	☎ 086-995-2336
● 吉井事務所	赤磐市周匝 136	☎ 086-954-2533

