



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

# はじめに

この「あかいわ通いの場マップ」は、地域で気軽に参加できるふれあい・いきいきサロンやいきいき百歳体操、その他の通いの場等を紹介しています。

外出や人との交流は、健康づくりや介護予防につながります。地域には、体操や趣味活動、おしゃべりなど、さまざまな活動が行われています。

「ちょっと気になる」「誰かと話したい」そんなときは、ぜひお近くの通いの場へ足を運んでみてください。

通いの場に参加したいなどありましたら、生活支援コーディネーターへお気軽にご相談ください！

このマップが、新たな出会いや地域とのつながりづくりのきっかけとなれば幸いです。

社会福祉法人 赤磐市社会福祉協議会  
生活支援コーディネーター

## 〈 目 次 〉

- ◎ 『通いの場』ってどんなもの? . . . . . P 1
- ◎ なぜ『通いの場』が必要なのか? . . . . . P 2
- ◎ 『通いの場』の効果 . . . . . P 3
- ◎ 『通いの場』マップ . . . . . P 4~P 8
- ◎ 『通いの場』づくりのための主な助成金情報 . . . . . P 9



## 『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7年度の活動状況です。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)百歳体操 (加)ふれあいいきいきサロン

令和8年4月現在

- 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



- 山陽1丁目集会所 [山陽1]  
(百歳)毎週(水)13:30  
(サロン)年3回
- 山陽2丁目集会所 [山陽2]  
(百歳)毎週(金)10:00  
(サロン)年1回  
(他)喫茶/年3回
- 山陽3丁目集会所 [山陽3]  
(百歳)毎週(木)13:30  
(サロン)月1回(第1水曜)  
(他)数独/月1回(第2水曜)
- 山陽4丁目集会所 [山陽4]  
(百歳)毎週(水)13:30  
(サロン)年2回
- 山陽5丁目集会所 [山陽5]  
(百歳)毎週(火)10:00  
(サロン)月1回(第4火曜)
- 山陽7丁目個人宅 [山陽7]  
(百歳)毎週(火)10:00

鴨前コミュニティハウス [鴨前]  
(百歳)毎週(水)10:00

和田集会所 [和田]  
(百歳)毎週(月)13:30

斗有コミュニティハウス [斗有]  
(百歳)毎月第1(木)13:30

西山団地コミュニティハウス [西山団地]  
(百歳)毎週(水)10:00  
(サロン)年1回

上仁保コミュニティハウス [上仁保]  
(百歳)毎週(水)13:30  
(サロン)年2回

下仁保コミュニティハウス [下仁保]  
(百歳)毎週(木)13:30  
(サロン)年2回

西中コミュニティハウス [西中]  
(百歳)毎週(水)10:00  
(サロン)年2回

正崎集会所 [正崎]  
(百歳)第2・4(水)10:00  
(サロン)年4回

山陽ふれあい公園 [正崎]  
(百歳)毎週(金)13:30

津崎コミュニティハウス [津崎]  
(百歳)毎週(木)13:30

尾谷公会堂 [尾谷]  
(百歳)毎週(木)10:00  
(サロン)月1回

馬屋公会堂 [馬屋]  
馬屋片山集会所 [馬屋]  
(百歳)毎週(水)10:00

岩田公会堂 [岩田]  
(百歳)毎週(水)10:00  
(サロン)(不定期)

穂崎コミュニティハウス [穂崎]  
(百歳)毎週(水)13:30  
(サロン)毎週土曜

河本コミュニティハウス [河本]  
(百歳)第1・3(金)13:30  
(サロン)毎月1回

上市コミュニティハウス [上市]  
(百歳)毎週(金)13:30  
(サロン)月1回

沼田コミュニティハウス [沼田]  
(百歳)毎週(月)10:00  
(サロン)年3回

高屋集会所 [高屋]  
(サロン)月1回  
(百歳)第2・4(火)10:00  
山陽設備 [高屋]  
(百歳)毎週(木)(金)13:30

下市集会所 [下市]  
(百歳)毎週(金)10:00  
老人福祉センター [下市]  
(百歳)毎週(月)13:30

桜が丘西6丁目集会所 [桜が丘西6]  
(百歳)毎週(月)9:00  
(サロン)年3回  
(他)喫茶/年3回(第2木曜)

桜が丘西7丁目集会所 [桜が丘西7]  
(百歳)毎週(火)10:30  
(サロン)年2回

桜が丘西8丁目集会所 [桜が丘西8]  
(サロン)年6回  
(他)体操他/毎週(水)10:00

桜が丘西9丁目集会所 [桜が丘西9]  
(百歳)毎週(木)10:00  
(サロン)月1回

桜が丘西10丁目集会所 [桜が丘西10]  
(百歳)毎週(金)10:00  
(サロン)月1回(最終金曜)

桜が丘西1丁目集会所 [桜が丘西1]  
(百歳)毎週(月)10:00  
(サロン)年3回

桜が丘西2丁目集会所 [桜が丘西2]  
(百歳)第2・4(水)10:00  
(サロン)月2回(第2・4水曜日)

桜が丘西3丁目集会所 [桜が丘西3]  
(百歳)毎週(水)10:00  
(サロン)年10回(第4木曜日)

桜が丘西4丁目集会所 [桜が丘西4]  
(百歳)第1・3(土)13:30  
(サロン)月1回

桜が丘西5丁目集会所 [桜が丘西5]  
(百歳)毎週(木)10:00  
(サロン)年9回

日古木集会所 [日古木]  
(百歳)毎週(水)10:00  
(サロン)年6回

中島集会所 [中島]  
(百歳)毎週(水)13:00

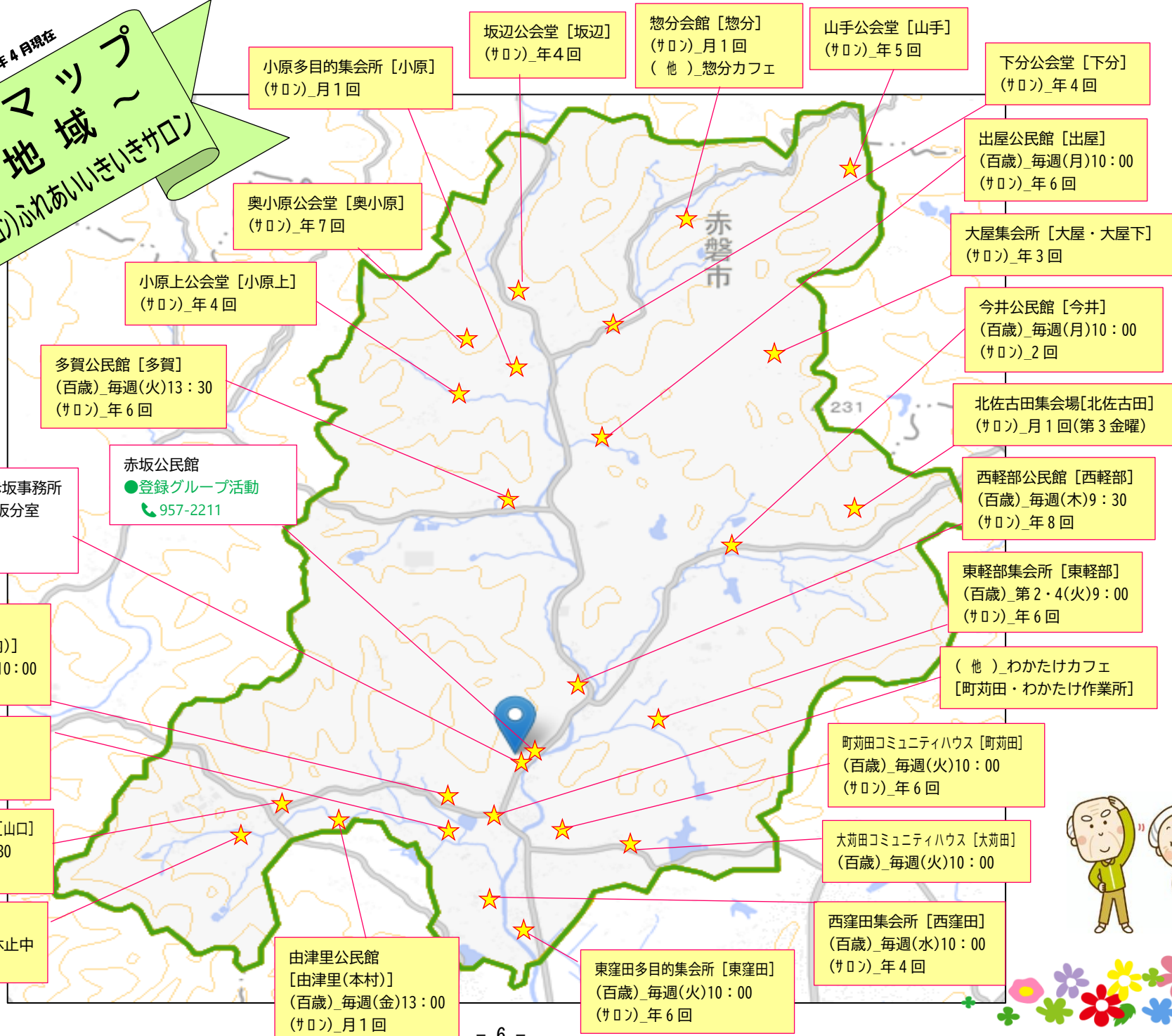
斎富多目的集会所 [斎富]  
(サロン)年3回

- 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8年4月現在

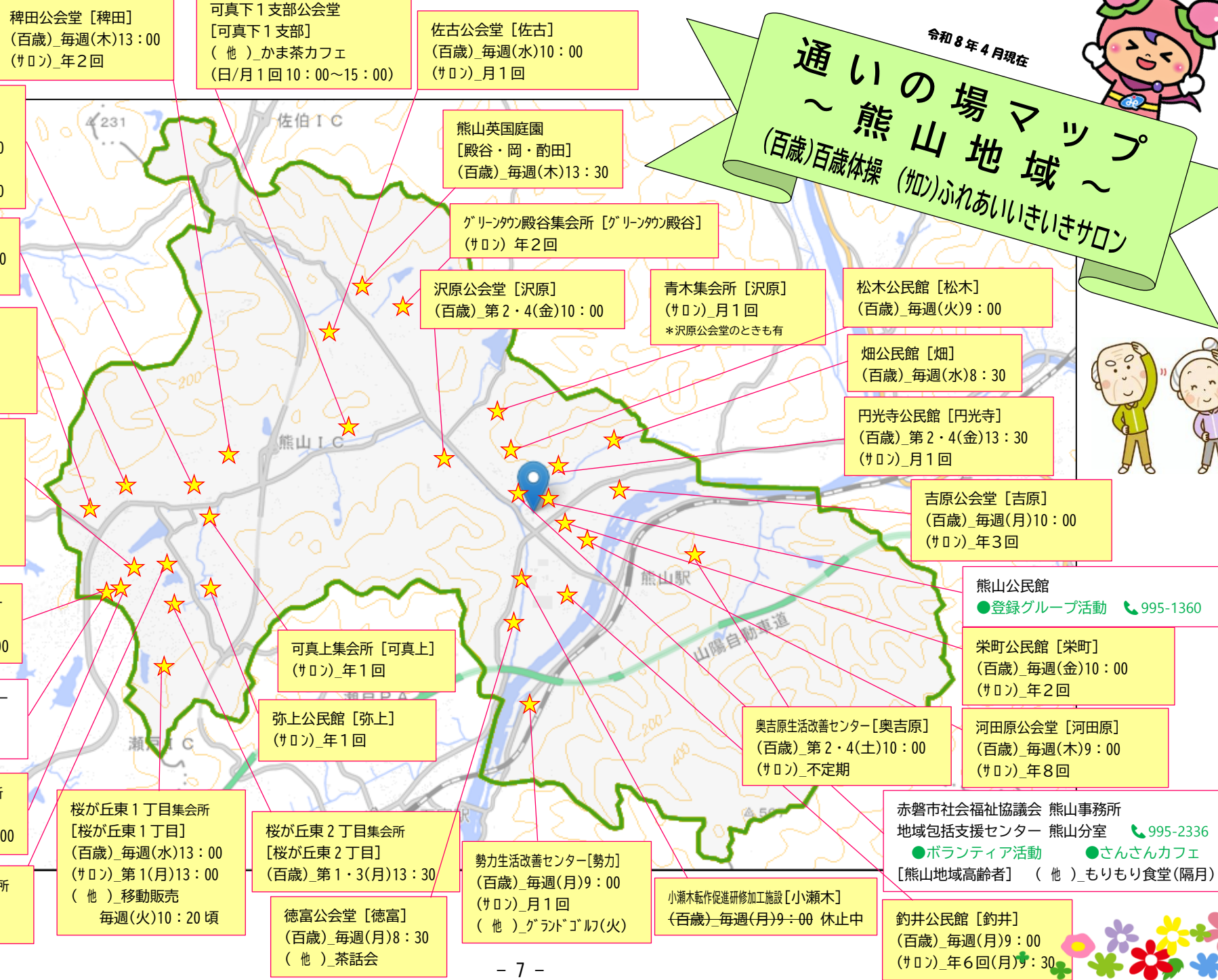
# 通いの場マップ ～赤坂地域～ (百歳)百歳体操 (他)ふれあいきいきサロン





令和8年4月現在

# 通いの場マップ ～熊山地域～ (百歳)百歳体操 (加)ふれあいいきいきサロン



稗田公会堂 [稗田]  
(百歳) 毎週(木)13:00  
(サロ) 年2回

可真下1支部公会堂  
[可真下1支部]  
(他) かも茶カフェ  
(日/月1回) 10:00~15:00

佐古公会堂 [佐古]  
(百歳) 毎週(水)10:00  
(サロ) 月1回

熊山老人憩いの家  
[可真上]  
(百歳) 毎週(日)13:00  
[茶居夢]  
(百歳) 毎週(火)10:00

野間公民館 [野間]  
(百歳) 毎週(月)13:30  
(サロ) 年5回

桜が丘東6丁目集会所  
[桜が丘東6丁目]  
(百歳) 毎週(金)10:00  
(サロ) 偶数月

桜が丘東4丁目集会所  
[桜が丘東4・5丁目]  
(百歳) 毎週(金)9:00  
桜が丘東4丁目集会所  
[桜が丘東4丁目]  
(サロ) 第3(水)10:30

桜が丘いきいき交流センター  
[桜が丘]  
(百歳) 毎週(金)10:00

桜が丘いきいき交流センター  
●登録グループ活動  
☎995-9321

桜が丘東5丁目集会所  
[桜が丘東5丁目]  
(サロ) 第2(月)10:00

桜が丘東3丁目集会所  
[桜が丘東3丁目]  
(サロ) 年2回

桜が丘東1丁目集会所  
[桜が丘東1丁目]  
(百歳) 毎週(水)13:00  
(サロ) 第1(月)13:00  
(他) 移動販売  
毎週(火)10:20頃

桜が丘東2丁目集会所  
[桜が丘東2丁目]  
(百歳) 第1・3(月)13:30

徳富公会堂 [徳富]  
(百歳) 毎週(月)8:30  
(他) 茶話会

熊山英国庭園  
[殿谷・岡・酌田]  
(百歳) 毎週(木)13:30

グリーンかつ殿谷集会所 [グリーンかつ殿谷]  
(サロ) 年2回

沢原公会堂 [沢原]  
(百歳) 第2・4(金)10:00

青木集会所 [沢原]  
(サロ) 月1回  
\*沢原公会堂のときも有

松木公民館 [松木]  
(百歳) 毎週(火)9:00

畑公民館 [畑]  
(百歳) 毎週(水)8:30

円光寺公民館 [円光寺]  
(百歳) 第2・4(金)13:30  
(サロ) 月1回

吉原公会堂 [吉原]  
(百歳) 毎週(月)10:00  
(サロ) 年3回

可真上集会所 [可真上]  
(サロ) 年1回

弥上公民館 [弥上]  
(サロ) 年1回

勢力生活改善センター[勢力]  
(百歳) 毎週(月)9:00  
(サロ) 月1回  
(他) グランドゴルフ(火)

奥吉原生活改善センター[奥吉原]  
(百歳) 第2・4(土)10:00  
(サロ) 不定期

熊山公民館  
●登録グループ活動 ☎995-1360

栄町公民館 [栄町]  
(百歳) 毎週(金)10:00  
(サロ) 年2回

河田原公会堂 [河田原]  
(百歳) 毎週(木)9:00  
(サロ) 年8回

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] (他) もりもり食堂(隔月)

小瀬木転作促進研修加工施設 [小瀬木]  
(百歳) 毎週(月)9:00 休止中

釣井公民館 [釣井]  
(百歳) 毎週(月)9:00  
(サロ) 年6回(月)9:30





令和8年4月現在

# 通いの場マップ ～吉井地域～ (百歳)百歳体操 (他)ふれあいききサロン

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 ☎954-2533  
(他)その他の活動

是里集会所【是里】  
(百歳)毎週(水)9:00

黒沢グラウンド  
【黒沢】  
(サロ)年1回  
(他)グランドゴルフ 毎週(火)

草生コミュニティハウス【草生】  
(サロ)年6回

黒本コミュニティハウス  
【相坂黒本】  
(百歳)毎週(火)10:00

河西集会所【是里西】  
(サロ)年6回

吉井公民館  
●登録グループ活動  
☎954-1379

ほんむら集会所【是里中】  
(サロ)年3回

さくら会館【周匝上】  
(百歳)毎週(水)9:30  
(サロ)年11回 10:00

滝山公会堂【滝山】  
(百歳)毎週(木)13:00

周匝会館【周匝中・下】  
(百歳)毎週(木)9:30  
(サロ)周匝中\_年6回 9:30  
(サロ)周匝下\_年7回 10:00  
(他)シニアサークル「わかいわ」  
第3・4(月)14:00

黒本郵便局横倉庫  
【黒本上(広高下)】  
(百歳)毎週(火)10:00

中村集会所【中村】  
(サロ)年3回

竜天くつし夢の里会館【中勢実・戸津野】  
(他)移動カフェ(仁堀地区社協)  
年1回 9:00  
(他)わくわくの日  
毎週(水)8:00～18:00

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

仁美農村振興センター【仁堀】  
(他)健康サポート喫茶  
第2・4(木)9:00  
(他)仁美フィットネス  
第2,4(水)10:00

仁堀東区民館  
【仁堀東】  
(サロ)年5回午前

農村婦人の家【福田】  
(百歳)毎週(水)13:00  
(サロ)年6回

仁堀西コミュニティハウス  
【仁堀西】  
(百歳)毎週(水)9:00 休止中  
(サロ)年1回

稲蒔コミュニティハウス【稲蒔】  
(百歳)毎週(土)10:00  
(サロ)年3回 及び ラジオ体操の推奨

布都美林間学校【布都美】  
(百歳)毎週(木)13:00  
(他)ふれあいの集い(布都美地区社協)  
年3回

八島田コミュニティハウス  
【八島田】  
(百歳)毎週(水)13:30  
(サロ)年4回

暮田集会所【暮田】  
(サロ)月1回 13:00  
(他)高齢者の集い  
毎週(火)13:00

仁堀中コミュニティハウス  
【仁堀中】  
(サロ)月1回

平山コミュニティハウス  
【平山】  
(百歳)第2・4(水)9:00  
(サロ)年8回 9:00

八島田グラウンド【八島田】  
(他)グランドゴルフ 毎週(水)

佐伯北グラウンド  
【佐伯北(高田・光木・仁軒屋)】  
(他)グランドゴルフ  
毎週(火)(金)\_夏 8:30、冬 9:00



## <多様な「通いの場」づくりのための主な助成金情報>

### ◇ふれあい見守りネットワーク活動助成

区・町内会を単位として見守りが必要なかたに対する日常的な見守り・支え合い体制づくりや住民同士のふれあい活動など、見守りが必要なかたが身近な地域で安心して暮らすための取り組みです。

- ①見守り・支え合い活動（見守りの体制づくり、友愛訪問、生活支援等の支え合いなど）
- ②ふれあい活動（ふれあいいいききサロン、住民のふれあいを目的とした行事など）

【問い合わせ先】赤磐市社会福祉協議会 地域福祉課または各事務所

### ◇赤い羽根まちづくり福祉活動助成

地域福祉の充実強化を図るため、住民相互の「たすけあい」による地域福祉活動に積極的に取り組む団体等に対し、助成事業を募集します。

- ①居場所づくりを目的とした活動（子ども食堂、コミュニティカフェなど）
- ②外出支援を目的とした活動（サロンへの送迎支援など）
- ③生活支援を目的とした活動（電球交換やゴミ出しなどちょっとした困りごとの援助）
- ④あかいわボランティアセンター登録団体が行う地域福祉活動に必要な備品整備

【問い合わせ先】赤磐市社会福祉協議会 地域福祉課または各事務所

### ◇地域包括ケアシステム構築促進事業

高齢者が気軽に集い、介護予防や健康増進などを通じた通いの場の取組を支援します。

（例）市内で活動する、法人、NPO、各種団体、住民による任意団体などが主催する「いきいき百歳体操」「介護予防教室」などです。

【問い合わせ先】赤磐市介護保険課地域支援班（TEL：086-955-1460）

### ◇おかやまコープ「#あいコミュニティ」

組合員と地域の人々が一緒になって、地域のみんなが、元気にイキイキとなることをめざす自主的な活動です。

「子育て」「食育」「環境」「平和」「国際協力支援」「ボランティア」「福祉」「地域社会づくり」などが主な活動テーマです。

【問い合わせ先】おかやまコープ組合員グループ（TEL：086-256-2570）

\*申請にあたってはそれぞれ要件等がありますのでお問い合わせください。



## 『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

