

葛城市地域の「通いの場」情報

対象※高：高齢者 全：年齢の限定なし 運動※=自主運動教室 サロン※=ふれあい・いきいきサロン

大字	名称	開催場所	開催日	開催時間	対象※	運動※	サロン※
加守	加守体操教室	加守分館	毎(火)	14:00~15:00	高	○	
	加守すみれサロン	加守公民館	毎(火)	14:00~15:00	全		○
當麻	さわやか健康クラブ	當麻地区公民館	第2・4(木)	9:30~11:00	高	○	
今在家	今在家ストレッチ同好会	今在家公民館	第1・3(火)	10:00~11:30	高	○	
勝根	勝根ハッピー塾	勝根分館	毎(木)	13:30~15:00	高	○	
長尾	長尾はつらつ教室	磐城地区公民館	第2・4(月)	10:00~11:30	高	○	
兵家	兵家自主運動教室	兵家公民館	第2・4(木)	13:30~14:30	高	○	
	青葉サークル	イトーピア集会所	毎(水)	13:30~15:30	高	○	
	イトーピア ふれあいサロン楓の木	イトーピア集会所	毎(金)	13:30~16:00	全		○
南今市	南今市体操教室	南今市公民館	毎(水)	10:00~11:00	高	○	
	南今市なかよしサロン	①大字空地 ②③④⑤大字公民館	①毎(月) ②③毎月2回 ④毎月1回手芸等 ⑤茶話会不定期 開催年1回	①9:00~11:00 ②③13:30~16:00 ④13:00~16:00	高		○
大畑	大畑集いの場 はばたき	大畑集落センター	第2・4(土)	13:00~15:00	全		○
八川	八川体操教室	八川公民館	第2・4(水)	13:30~15:00	高	○	
	八川ふれあいサロン	八川公民館	第1・3(土)	10:00~11:30	全		○
木戸	ラジオ体操	木戸池公園	毎日	6:30~	全		
	木戸体操クラブ	木戸集落センター	第2・4(水)	13:30~15:00	全	○	
竹内	竹内さくら会	竹内集落センター	第2・4(水)	13:30~15:30	全		○
尺土	尺土ふれあいサロン	尺土公民館	第1・3(水)	13:00~15:00	高		○
広域	100まで行こう会	いきいきセンター	第1・2・3(金)	13:15~14:15	高	○	
広域	サルスペリの会	いきいきセンター	毎月・火・水・木・土	13:15~14:15	高	○	
広域	みなわ会	奈良文化高等学校 学園会館2階 (奈良文化幼稚園)	第2・4(水)	10:30~11:30	高	○	
広域	百美会	道の駅かつらぎ 2階 研修室B	第2・4(金)	10:30~11:30	高	○	
広域	ひや水クラブ	中央公民館	第1・3(月)	13:30~15:00	高	○	
広域	ファイトクラブ	當麻スポーツセンター	第1・3(水)	13:30~15:00	高	○	

大字	名称	開催場所	開催日	開催時間	対象※	運動※	サロン※
疋田	東和苑おしゃべりサロン	東和苑コミュニティセンター	第2・月末(水)	13:30~15:00	高		○
	疋田運動教室	疋田分館	第1・2・3(月)	13:30~15:00	高	○	
	ラジオ体操	疋田池公園	毎日	6:30~	全		
東室	東室サロン	東室コミュニティセンター	①第1(土) ②第1・3(日)	①10:00~11:30 ②13:00~17:00	全		○
西室	西室サロン アルカスの会	西室コミュニティセンター	第2・4(土)	14:00~16:00	全		○
中戸	中戸体操教室	中戸分館	毎(金)	14:00~15:00	高	○	
北花内	北花内健康体操教室	北花内コミュニティセンター	毎(月)	10:00~11:00	全	○	○
	さおとめ会	北花内コミュニティセンター	毎(火)	13:30~15:00	高		○
	さんさんストレッチ	三才分館	①第1・3・5(水) ②第2・4(水)	①10:00~11:00 ②13:00~14:00	高	○	
	さんさんサロン	三才分館	①第1・3・5(水) ②第2・4(水)	①9:00~15:00 ②13:00~15:00	全		○
南道穂	南道穂介護予防教室	南道穂コミュニティセンター	①毎(火) ②毎(金)	①13:30~15:30 ②13:30~14:30	高	○	○
	南道穂ふれあい・いきいきサロン						
林堂	林堂健康体操教室	林堂東分館	第1・2・3(火)	10:00~11:00	高	○	
	ひまわり林堂東	林堂東分館	第1・2・3(火) 第1・4(土)	13:00~15:30	全		○
笛吹 平岡 梅室 山口	ひまわり 【笛吹・平岡・梅室・山口】	笛吹集会所	第2・4(月)	10:00~11:30	高	○	
新町	かつらぎ山麓サロン	各大字公民館	第1(月)	10:00~12:00	全		○
	スマイルサロン	新町公民館	第1・3(火)	13:30~15:30	全		○
葛木	かつらぎ楽々会	葛木コミュニティセンター	第2・4(金)	14:00~15:30	高	○	
寺口	寺口ヘルスサークル	寺口ふれあい集会所	第1・3(金) 第1(金)	13:30~15:00 13:30~15:00	全 高	 ○	 ○
	寺口百さい体操教室	寺口ふれあい集会所	第2・4(月)	14:00~15:00	高	○	
	寺口井戸端かふえ	寺口ふれあい集会所	毎月最終(水)	13:30~15:30	全		○
西辻	西辻健康クラブ	西辻コミュニティセンター、西辻集会所	毎(土)	午前中	全		○
忍海	ふれあいサロン忍海	忍海集会所	第2・4(火)	10:00~11:30	全		○
	なかよし会	忍海老人憩の家	第1・3(水)	10:00~11:00	高	○	○
薑	薑いきいきサロン	薑コミュニティセンター	毎(火)	14:00~15:30	全	○	○
新村	新村百歳体操“輝き”	新村分館	第1・3(木)	10:00~11:00	全	○	○

	名称	開催場所	開催日	開催時間	対象※
広域	いこらカフェ(認知症カフェ)	葛城ステーション北花内 (北花内272-1)	第1・3(木)	13:30~15:30	全
広域	絆会(認知症カフェ)	中央公民館2階	第2・4(木)	13:30~	全
広域	Cafeこことも(認知症カフェ)	Careこことも(兵家641)	第3(水)・第4(土)	13:00~15:00	全
広域	おしゃべり茶屋(認知症カフェ)	いきいきセンター1階和室	第1・3(火)	10:00~12:00	高 60歳以上
広域	にこまるカフェ(認知症カフェ)	かつらぎデイケアホール(林堂360-1)	第2・4(日)	10:00~12:00	全
広域	まんだらカフェ(認知症カフェ)	當麻集会所 大広間(當麻85-1)	第1(木)・第3(金)	13:30~15:30	全

	名称	開催場所	開催日	開催時間	対象※
広域	おひさまキッチン(地域食堂)	市内各所	第3(日)	11:30~	全
北花内	北花内ニコニコ子ども食堂(地域食堂)	北花内コミュニティセンター	第2(土)	12:00~15:00	全
兵家	食堂てんてん(地域食堂)	憩い空間ともデイサービス イトーピア集会所	第3(日)	11:30~14:30	全
長尾	食堂てんてん(地域食堂)	磐城地区公民館	第1(日)	11:30~14:30	全

※地域食堂の詳細は、それぞれのSNS(インスタグラム)等をご確認ください

最新の情報はこちらの二次元コードから♪→



<問合先> 自主運動教室⇒地域包括支援センター：0745-44-3455 サロン⇒社会福祉協議会：0745-48-3373