



元気にいきいき！！

みんなで楽しく！！

## 地域福祉活動 参加のススメ

【伊丹市内の地域福祉活動】







# もくじ

■ はじめに	・・・P1
■ 市内で取り組まれている主な活動	
*地域ふれ愛福祉サロン	・・・P3
*住民交流カフェ・喫茶等（地域交流カフェ事業）	・・・P4
*いきいき百歳体操	・・・P4
*認知症カフェ	・・・P5
*地区ボランティア（助けあい）センター	・・・P5
■ あなたのしたいを応援したい！	・・・P7
地域福祉推進担当（コミュニティワーカー 兼 生活支援コーディネーター）について	
■ 各小学校区別活動一覧	
*伊丹小学校区エリア	・・・P 9
*摂陽小学校区エリア	・・・P11
*稲野小学校区エリア	・・・P13
*鴻池小学校区エリア	・・・P14
*笹原小学校区エリア	・・・P15
*鈴原小学校区エリア	・・・P17
*天神川小学校区エリア	・・・P19
*荻野小学校区エリア	・・・P21
*桜台小学校区エリア	・・・P22
*池尻小学校区エリア	・・・P23
*花里小学校区エリア	・・・P24
*昆陽里小学校区エリア	・・・P25
*神津小学校区エリア	・・・P26
*有岡小学校区エリア	・・・P27
*緑丘小学校区エリア	・・・P29
*瑞穂小学校区エリア	・・・P30
*南小学校区エリア	・・・P31



## はじめに

人口減少時代において、伊丹市の総人口は微増傾向にありますが、長期的には減少し、特に要介護リスクが高くなる後期高齢者（75歳以上）の人口は、大きく増加していくことが予測されており、高齢社会への対応は大きな課題となっています。

そのような中で、2015年4月に改正された介護保険法では、すべての高齢者を対象に「社会参加することが介護予防につながる」ということを基本的な考えとして、高齢者が生きがいをもって暮らし続けられるような、社会参加の場を増やしていくような施策が推進されています。

ある調査結果では、高齢者の介護予防には、趣味や特技を活かした活動や家事などの日常生活動作、積極的な人づきあいや社会参加が有効だと言われています。

また、スポーツ関係・ボランティア・趣味関係のグループ等への社会参加の割合が高い地域ほど、転倒や認知症、うつなどのリスクが低い傾向がみられるといった調査結果もあり、健康長寿の延伸のためには、積極的な人づきあいや社会参加を、高齢者本人が主体的かつ継続的に取り組んでいくことが大切です。

平成27年度に伊丹市社会福祉協議会が実施した「地域ふれ愛福祉サロン(以下「サロン」と表記) 現況アンケート調査」では、市内のサロン参加者の年齢は、後期高齢者（75歳以上）が約7割を占めていますが、参加者の約8割はひとりで歩いて来られる方であること、また、参加者の半数以上は、介護保険サービスを利用していないことがわかりました。

それに加えて、約9割のサロンで日常的に見守りや声かけをおこなっていることもわかりました。

これまで市内で取り組まれてきたサロン活動は、サロンに参加すること（社会参加）が介護予防につながるということだけではなく、高齢者が特技や趣味を披露するなど、役割を創出する場であり、地域での日常的な見守りや声かけ、支え合い活動にもつながる場であることが見えてきました。



# 地域ふれ愛福祉サロンの効果

○長期利用者で心身ともに元気な方が多い

⇒サロンに参加することが、介護予防につながる！！

○役割の創出の場でもある

⇒豊かな暮らしにつながる！！

○日常的な見守りや声かけを実施

⇒交流(社会参加)だけでなく、地域での見守りや支え合い活動にもつながる！！



日頃からつながることのできる近隣での活動に参加するからこそ、サロンの開催日以外でも、日常的に「2～3日見かけなかったけど元気かな?」「お手伝いしてあげられることがあるかな?」などの気づきが生まれ、見守り・支え合い活動にもつながります。

また、つどいの場(サロン等)以外にも、例えば、近隣共助の支え合いの活動として取り組まれている『地区ボランティア(助けあい)センター』の活動では、その地区のボランティアによるゴミ出しや電球交換等といった、ちょっとした困りごとのお手伝いを通して、新たな交流が生まれたり、地域での見守りにつながったりするなど、地区ボランティアセンターの依頼をきっかけにして、“つながり”や“支え合い”が広がっています。

「介護保険サービスを利用すると、“これまで民生委員児童委員が定期的に見守りをしてきていたが、それがなくなり、地域とのつながりが切れてしまう”などといったことも指摘されてきました。支援する側・される側という画一的な関係ではなく、サービスを利用しながら、地域とのつながりを持ち続けることができるような関係性を大切にしていくことも社会参加(社会性の維持)として大切な視点です。

本冊子では、伊丹市における「つながり」や「支え合い」といった社会参加の機会が広がることを期待し作成しました。紹介している地域福祉活動は、伊丹市内で取り組まれている活動のほんの一部です。地域には様々な活動が実践されていますので、自分にあった場や活動を探してみてください。そして、ぜひ参加してみてください。また、新たに活動を始めることもお勧めします。

本冊子が、多くの方々の新たな社会参加の機会につながることや、活動づくりのヒントになれば幸いです。



# 市内で取り組まれている主な活動

地域福祉活動事例と各小学校区で取り組まれている活動の一部をご紹介します。



## 1. 地域ふれ愛福祉サロン

地域での仲間づくりや交流の機会が少ないひとり暮らし高齢者や、認知症の高齢者、障がいのある方等と地域住民（ボランティア）が、共同利用施設などで集い、交流することによって、日頃からの見守りや助け合いのできる地域づくりをめざした活動です。



具体的には、月1～2回程度、約2時間、茶話会や食事会、健康体操等、地域の実情に応じて実施されています。

### 来て笑顔になる場所 ～緑丘小校区 ゆりの会～

「やっぱりみんなと顔を合わせておしゃべりしていると楽しいね！」そう話す西日出子さんは、市内で初めてサロンを立ち上げたメンバーの一人。「あの時は自分たちでお菓子や食事を持ち寄ったりして集まっていた。」と立ち上げ当初を振り返る西さん。当時、民生委員児童委員をされていた古田峰子さんや辻容子さんらと一緒に、“ひとり暮らしの高齢者が家に閉じこもりきりにならないように”と、近隣に声を掛け集まったことがきっかけで、平成10年11月にサロン「ゆりの会」がスタートしました。

現在は、ボランティアとしてではなく、参加者として楽しんでおられます。



西 日出子さん

——— 現在の代表、深江和子さんへお話をお聞きしました。

### Q.サロンではどんなことをされていますか？

基本的には茶話会です。何をしなくともいつもおしゃべりに花が咲いています。合間に私たちも含めた参加者全員でゲームをしたり、歌を歌ったりしています。「ゆりの会の歌」もあるんですよ。他にも、手芸をしたり、三味線の演奏を聞いたり、体操をしたり、いろいろなことを楽しんでいます。

### Q.サロンにはどんな方が来られていますか？

ゆりの会を開催している春日丘センターまで歩いて来れる距離の方が多くですね。ひとり暮らしの高齢者や昼間独居の方が多くです。

参加者の方々からは、「毎回、ゆりの会を楽しみにしてるよね！」という声がいっぱい出ています。



【写真】当時西さんとともにサロンを立ち上げたメンバー  
藤澤喜美江さん(前列左)・藤原千加代さん(前列右)  
と現在のボランティアのみなさん

## このような場所でも実施しています！

足腰が悪いなどの理由から、自宅から離れた場所まで行くことができない高齢者もサロンに参加できるようにと、その方のお宅のガレージを借りて出張サロンをされています。足が悪くなって、他のサロンから足が遠のいていた方も、再び地域住民とのつながりが生まれました。



市内で2番目に立ち上がったサロン「こぶしの会」は、西善寺の本堂で開催され、18年目を迎えました。参加者の笑顔と笑い声でいっぱいになるこのお寺は、地域のオアシスになっています。

## 2. 住民交流カフェ・喫茶等 (地域交流カフェ事業)

三世代交流や地域住民のつながりや、出会いのきっかけとして、地域住民誰もが自由に参加できる交流・憩いの場があります。住民の閉じこもりや孤立感の解消、健康の維持向上、地域での見守り合いにつなげることで、『誰もが住みなれた地域で暮らし続けることのできるまちづくり』をめざす活動です。開催時間中は出入り自由です。



### 「ニコニコ喫茶」(荻野小学校地区)

地域住民と介護施設が共同で立ち上げた喫茶型サロン。週に1度、介護施設が賑やかな地域交流の場となっています！

地域の方には「新しい集いの場」であり、施設利用者は「地域の方から元気をもらえる場」。地域と施設の両方に「プラスの効果」が生まれた、笑顔いっぱいのサロンです。



## 3. いきいき百歳体操

週に1回以上、地域の人との交流を楽しみながら行う重りを使った筋力運動です。2Kgまで11段階に調節可能な重りをバンドに入れて、手首や足首に巻き、体操の映像を見ながら約30分間イスに座ってゆっくりと手足を動かします。

座る、立つ、階段昇降、物を持ち上げるなどの生活動作に役立つ筋力運動で、介護が必要な状態になることを予防します。地域の老人会や自治会等の地域住民がおよそ5~6人以上の人で週1回以上集まって活動しています。



## 4. 認知症カフェ

認知症の人やその家族等が集まって気軽に話ができる場であり、安心して過ごせる「地域の居場所」として、地域住民（ボランティア）が実施する活動です。



### 「オレンジカフェゆうかり」（鈴原小学校地区）

「オレンジカフェゆうかり」は、認知症の方やその家族が、気軽に話ができる場所をつくりたい、「本人が表現したいと思っていること」、「本人ができること」のヒントを見つけ、その周辺から何かの発展があれば・・・という思いを持ったボランティアの方々が中心になって発足しました。

会場では、おいしいコーヒー（100円）とお菓子（100円）が用意されています。また、ボランティアスタッフによるレクリエーションなどもあり、参加されたご家族からは「（認知症のご本人が）こんなにしゃべっているのを久しぶりに見た」というお話しをよくお聞きします。

「オレンジカフェゆうかり」は、認知症になっても地域の方と交流できる場・安心して参加できる場として、認知症の方やその家族が安心して暮らせる地域づくりの一翼を担っています。



## 5. 地区ボランティア（助けあい）センター

地域住民にとって身近な小学校区を単位に、高齢者や障がい者をはじめ、何らかの支援の必要な方がいつまでも住み慣れた地域で生活できるよう、「近隣共助の精神で助け合い支えあう」ということを基本理念として活動しています。

具体的には、「話し相手がほしい」、「買物に一緒に行ってほしい」、「ゴミ出しをしてほしい」、「電球交換をしてほしい」、「家の中の大きな荷物を運ぶのを手伝ってほしい」などの依頼に対して依頼者の自立を側面的に支援するため、地域住民（ボランティア）がサポートしています。





## 助け合い活動から生まれた 新たなかかわりや楽しみ・・・

ひとり暮らしの高橋さん。庭木の剪定が出来ず悩んでいたところ、近隣に住む地域住民ボランティアさんから、「地区ボランティアセンターに相談してみたら？」と、声を掛けてもらったことがボランティアセンターとつながるきっかけでした。その後、年に数回、庭木の剪定や草引きを依頼する中で、来てくださったボランティアさんと仲良くなり、「せっかく知り合ったんだから、このメンバーでお茶会をしよう！」と、度々高橋さんの家で集まる機会が出来たそうです。

高橋さん、地域住民ボランティアさんの他に、ご近所さんも交えてお茶会をすることもあり、地域住民ボランティアの富久さんも「ご近所のこと前よりずっと分かるようになった」とのこと。

今では、依頼がない時も、近くを通ったボランティアさんが声を掛けるなどといった関係で、高橋さんも「家族のように頼りにしています」と笑顔でお話いただきました。



【写真】地域住民ボランティアの岡さん、富久さんと高橋さん



「好きなことばは、『ありがとう』やな！」有岡小学校地区のボランティア活動を積極的に行っておられる、有岡ハートボランティアの伯井清和さん。「ボランティアに行ったら、『来てくれてありがとう』と言われるけど、僕からしたら『ボランティアさせてくれてありがとう』なんよ。お互いありがとうと思えるって、いいなあって」と、笑顔で話されます。

登録のきっかけは、有岡ハートボランティア登録会でした。奥さんに「こんななんあるから行ってみたら？」と言われて参加したものの、何の集まりかよくわからないままだったのだとか。しかし、ボランティア登録されたことをきっかけに伯井さんは、ゴミ出しやこどもの見守りなど、様々なボランティア活動をされることになり、今や大活躍！奥様のご理解もあり、今も地域を飛び回っておられます。

ボランティア活動の他にも、料理、絵、釣り、将棋、囲碁・・・たくさんの趣味や特技をお持ちの伯井さん。こうして、いろんな活動ですることのできる方と出会うことも、楽しみに繋がっています。

地域には、伯井さんのようなボランティアさんがたくさんいらっしゃいます。何か日常のことでお困りのことがあれば、地区ボランティアセンターにぜひご相談ください。

各小学校区で取り組まれている活動は、**それぞれ参加条件や受入れ状況が異なります**ので、参加したい活動がある場合には、伊丹市社協（785-0860）までお問い合わせください。



# 「あなたのしたいを応援したい！」

## 地域福祉推進担当（コミュニティワーカー 兼 生活支援コーディネーター）について

近年、近隣交流の希薄化、住民相互の支え合いの衰退などといった状況がみられる中で、社会的孤立・ひきこもり・虐待・無関心といった、これまでにない福祉課題が顕在化するようになりました。

その一方で、地縁組織やボランティア団体、NPO、社会福祉法人、企業等をはじめとした多様な組織・団体・個人等がそれぞれの特性を活かした活動を展開しています。

「コミュニティワーカー」は、地域における多様な福祉課題を把握するとともに、それらの課題と各種活動の結び付けや、新たな活動の開発及び担い手の発掘、各関係機関・団体等とのネットワークづくりなどを通して、誰もが住みなれた地域で安心して生活していくための地域づくりを進める役割を担っています。

また、平成27年度の介護保険法の改正に伴い、医療・介護・生活支援・福祉サービス等の連携と地域づくりに一層重点が置かれています。その中で「生活支援コーディネーター」は、高齢者の生活支援等のサービスの体制整備を推進していくことを目的とし、地域において、生活支援等サービスの提供体制の構築に向けたコーディネート機能(主に資源開発やネットワーク構築の機能)を果たす役割として位置付けられています。

伊丹市では、「コミュニティワーカー」が「生活支援コーディネーター」を担うことで、住民の皆さんと協力し、それぞれの特性に応じた地域づくりを応援します！

### （１）相談したい！

- ・近所に気になる方がいるけど、誰に相談すればいいの？
- ・電球交換やゴミ出し等のちょっとしたことを手伝ってもらえる人がいたら、安心なんだけど・・・
- ・地域で福祉講座を開催したいのだけれど、どうすればいいの？
- ・制度やサービスでは対応できない悩み、どうすればいいの？

### （２）活動したい！

- ・地域で新しい福祉活動をしたいのだけれど、どうすすめればいい？
- ・自分の特技を活かして地域でできるボランティア活動がしたい！
- ・地域で気軽に集える場をつくりたい！
- ・障がいがあっても人の役に立てることができないかな・・・

### （３）参加したい！

- ・地域のイベント（行事）に参加したい！
- ・地域で気軽に集える場（サロン等）に参加したい！
- ・介護の悩みって自分だけかしら・・・家族会（当事者会）に参加して話がしたい！
- ・障がいがあっても制度も利用しているんだけど、趣味活動に参加できるサポートってないかしら？

### （４）つながりたい！

- ・先進的な福祉活動をしている地域のことを知りたい！
- ・施設の行事等に、地域の方も参加して欲しい！
- ・学校の福祉教育を地域と連携してやってみたいけど、どこに頼めばいいの？
- ・企業やNPOも地域でできる社会貢献活動を何か考えたい！

# 各小学校區別

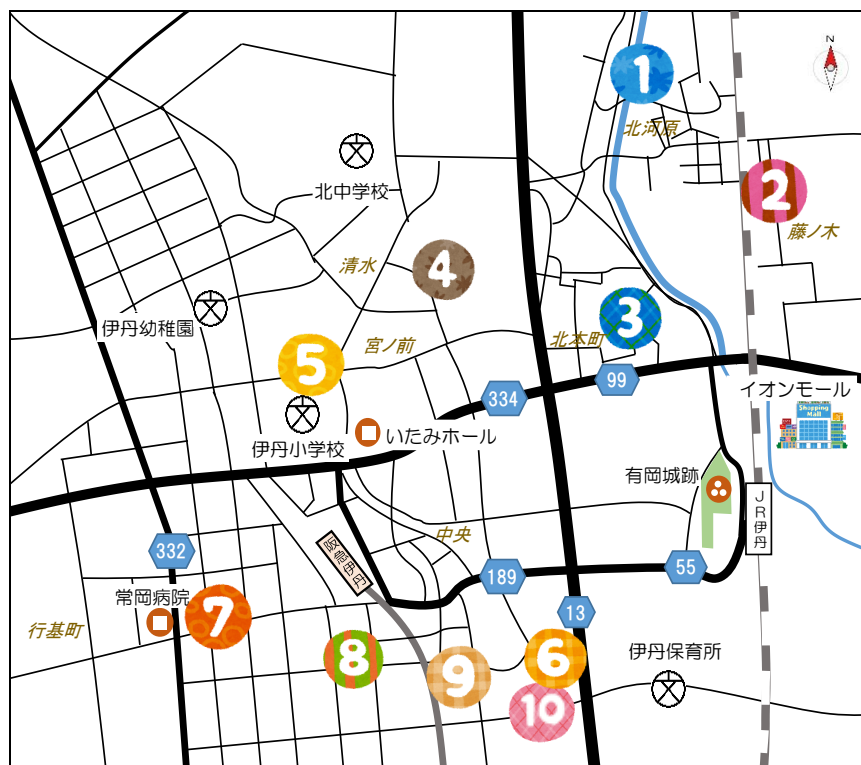
## 活動一覽

平成30年3月現在





# 伊丹小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- |           |            |               |
|-----------|------------|---------------|
| ①北河原センター  | ②当田藤ノ木センター | ③くすのきセンター     |
| ④あじさいセンター | ⑤宮西自治会館    | ⑥中央コミュニティセンター |
| ⑦西台センター   | ⑧西台3・4丁目周辺 | ⑨オアシス千歳       |
| ⑩西台 AOI   |            |               |

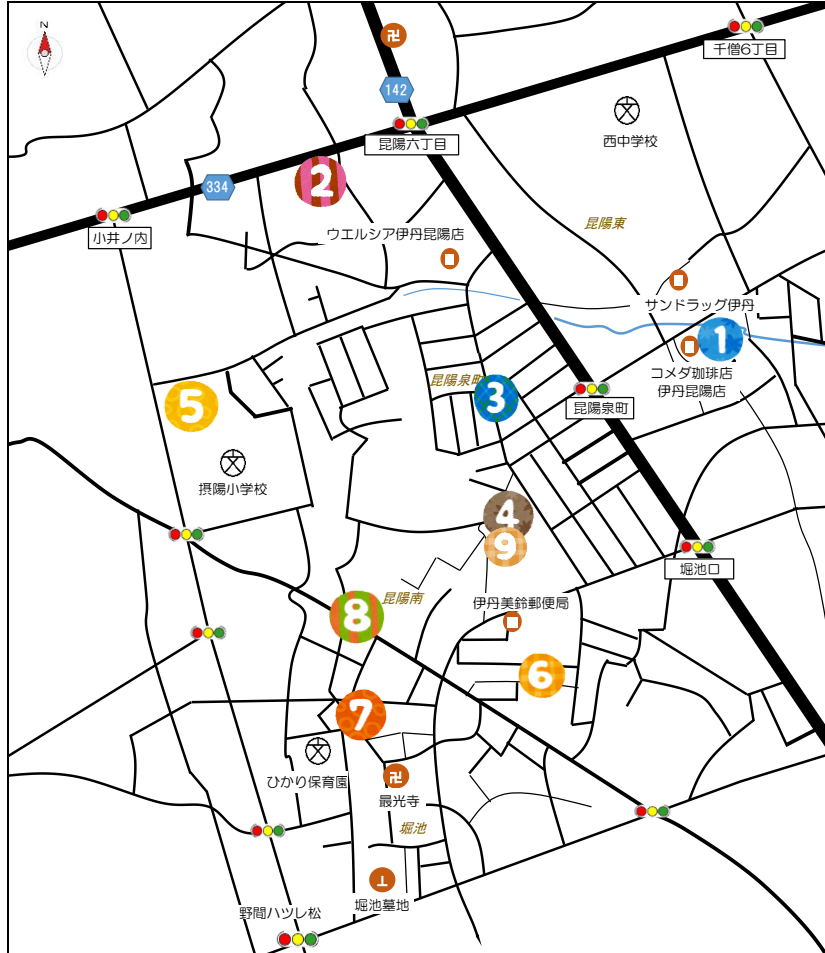


地図 No	活動名 (事業名等)	名 称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	さくらサロン	第1金曜日	10:00~12:00	100円
	サロン	ほのぼの会	第2・4木曜日	11:30~13:30	400円
	体操	北河原さわやか会	毎週水曜日	10:00~	
②	サロン	ふじの花会	第3火曜日	12:00~14:00	300円
			第1・3金曜日	13:00~16:00	なし
③	サロン	サロン“その”	第3金曜日	13:00~15:00 (4.7.10.1月は 12:00~14:00)	100円
	サロン	しなんど	第1金曜日	14:00~16:00	100円
			第3火曜日	10:00~11:30	
④	サロン	清水ふれあいサロン	第2・4金曜日	10:30~14:00	500円
⑤	サロン	招き猫	第3月曜日	13:30~15:00	200円
	交流カフェ	陽だまり	第1日曜日	13:00~15:00	100円~
⑥	サロン	美笑生	第1・3水曜日	10:00~12:00	300円
	体操	中央自治会	毎週金曜日	10:00~	
⑦	サロン	西台梅園サロン	第2・4水曜日	10:30~13:30	460円
⑧	サロン	西台笑果サロン	第1・2・3土曜日 第3火曜日	13:00~16:30	約250円
⑨	地区ボラ	伊丹小地区助け合いセンター	月~金曜日(祝休)	9:00~17:00	771-1588
⑩	体操	百歳体操長寿会	第2・4金曜日	14:00~	

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 摂陽小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- |                     |               |         |
|---------------------|---------------|---------|
| ①よつばセンター            | ②ろうきん昆陽コーポ集会室 | ③泉町会館   |
| ④せつようセンター           | ⑤せつよう幼稚園      | ⑥美鈴センター |
| ⑦伊丹人権啓発協会 (おるかの会)   | ⑧ふれあい交流センター   |         |
| ⑨摂陽地区福祉のまちづくり協議会事務所 |               |         |

地図 No	活動名 (事業名等)	名 称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	いきいきサロン若葉	第4金曜日	13:30~16:00	200円
	サロン	すこやかサロン	第1金曜日	13:00~15:30	100円
			毎週火・木曜日	9:00~9:30	なし
			第2金曜日	13:30~15:30	100円
	サロン	道塚友遊サロン	第3土曜日	10:00~12:30	150円
	体操	双葉南長寿会	毎週火・木曜日	9:00~	
体操	昆陽道塚長寿会	毎週火曜日	10:00~		
②	サロン	おしゃべり会	第1木曜日	12:00~13:30	食事会 200円 その他 100円
			第2水曜日	10:00~16:00	
			第3水曜日	10:00~16:00	
③ ④	サロン	ふれあいサロンいずみ	第1又は第2 (曜日不定)	10:00~12:00	100円
④	サロン	木ノ本ふれ愛サロン	第1・2・4水曜日	9:30~11:30	なし
			第4水曜日	13:30~15:30	100円
			イベント6・9・2 月	時間未定	100円
	体操	木ノ本第一長寿会	毎週水曜日	10:00~	
体操	泉町第1・2長寿会	毎週月曜日	13:00~		
⑤	サロン	昆陽南シニアサロン	第3木曜日	13:30~15:30	100円
⑥	サロン	しあわせ会	第4金曜日	13:00~15:00	年2,000円
⑦	サロン	堀池ぼちぼち会	第2・4木曜日	11:00~13:00	400円
⑧	体操	ふれあい交流体操	毎週月・木曜日	10:00~	
⑨	地区ボラ	せつよう助け愛センター	月~金曜日(祝休)	10:00~12:00 13:00~15:00	782-2616

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 稲野小学校区エリア



◆地図 No.：開催場所（センター・建物の名称等）

- ①松ヶ丘センター      ②コープ野村集会室      ③昆陽センター      ④西善寺
- ⑤千僧堂ノ前センター      ⑥市立障害者デイサービスセンター
- ⑦稲小地区助けあいセンター（住友北バス停前）

地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	すみれ会	第1・3水曜日	10:30~14:00	500円
②	サロン	昆陽サロン	第4月曜日	13:00~16:00	なし
			第4土曜日（奇数月）	10:00~12:00	
			第4日曜日（偶数月）		
③	サロン	さくら	第2・4水曜日	11:00~14:30	500円
	サロン	ひまわり	第1月曜日	10:00~13:00	200円
④	サロン	こぶしの会	第2月曜日	10:00~12:00	300円
			第4月曜日	13:00~16:00	
⑤	サロン	ほほえみの会	第4金曜日	11:30~14:30	500円
⑥	認カフェ	オレンジカフェほほえみ	第4土曜日	14:00~16:00	100円~
⑦	地区ボラ	稲小地区助けあいセンター	火・金曜日（祝休）	10:00~12:00	770-8611
				13:00~15:00	

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。

(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)





# 鴻池小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

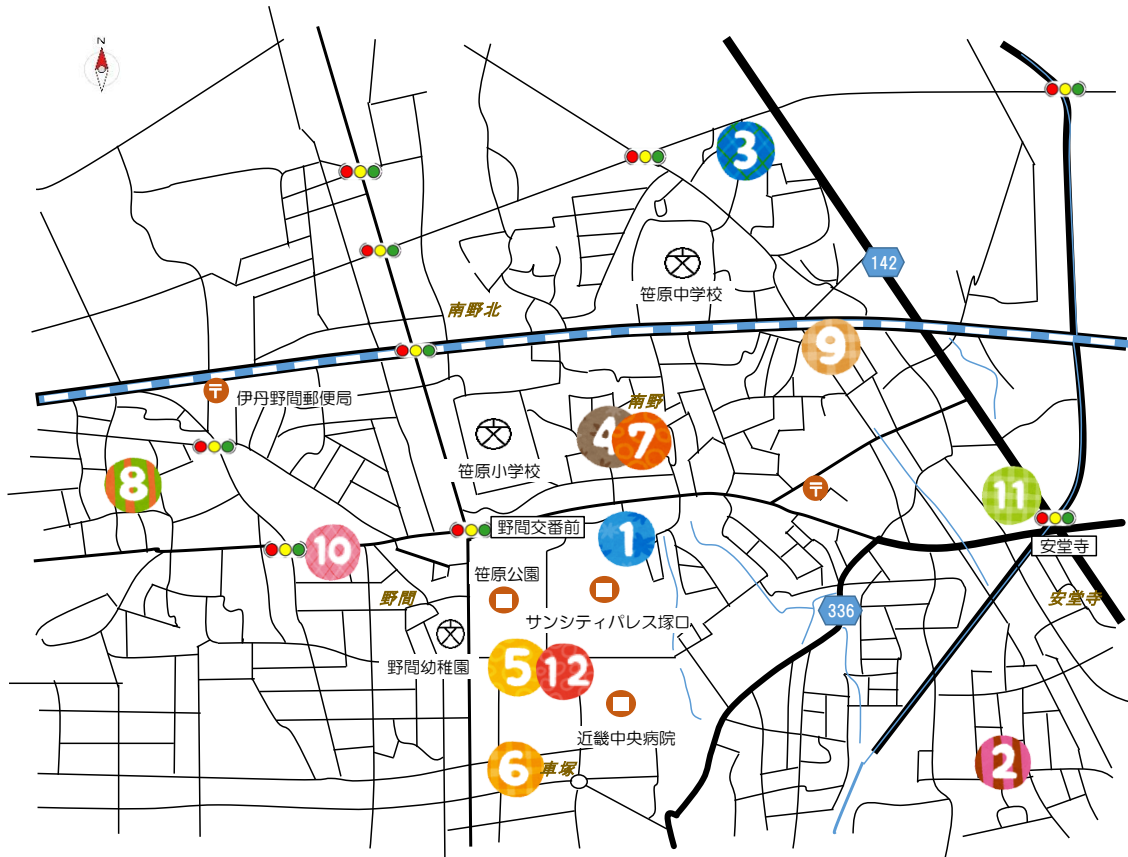
- ①日生コーポラス集会所      ②鴻池センター      ③鴻池団地A棟集会所
- ④鴻池団地B棟集会所      ⑤新田中野住宅集会所      ⑥瑞原センター
- ⑦鴻池南住宅集会所      ⑧障害者地域生活サポートセンター-いたみ杉の子
- ⑨南畑センター

地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	あゆみ	第2・4木曜日	14:00~16:00	100円
②	サロン	ふれ愛サロン鴻池	第2金曜日	12:00~14:00	100円
	体操	鴻池長寿会	毎週月・木曜日	15:30~	
③	サロン	鴻池公社 なかよし	第3土曜日	13:00~15:00	100円
	体操	あじさい	毎週火曜日	10:00~	
④	サロン	午後のひととき会	第4日曜日	13:00~15:00	200円
⑤	サロン	ふれ愛給食西玉田	第2木曜日	10:30~14:30	470円
	体操	新田中野住宅	毎週水曜日	10:00~	
⑥	サロン	笑タイム	第2・4金曜日	10:00~16:00	100円~200円
	体操	瑞三会	毎週月曜日	10:30~	
⑦	体操	鴻池南住宅	毎週水曜日	13:30~	
⑧	交流カフェ	ゆうゆうスマイルカフェ	第2・4土曜日	13:30~16:30	150円~
	地区ボラ	鴻池小地区助けあいセンター	月~金曜日 (祝休)	10:00~12:00	777-7688
⑨	体操	寿恵広会	第2火曜日	13:30~	
			第4木曜日	10:30~	

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
 (TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 笹原小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- |           |          |         |           |
|-----------|----------|---------|-----------|
| ①あすなろセンター | ②安堂寺センター | ③南野センター | ④南野5丁目周辺  |
| ⑤車塚センター   | ⑥車塚児童館   | ⑦佐々原会館  | ⑧野間会館     |
| ⑨南野参集殿    | ⑩野間コープ   | ⑪ラスタホール | ⑫レピア・アーバン |

地図 No	活動名 (事業名等)	名 称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	長沢 こたちゃん	第4水曜日	11:30~15:00 ※内容により変動	100円~ 500円
	サロン	長沢 ゆきちゃん	第1・3水曜日	11:30~15:00	500円
	サロン	ほのぼの	第2金曜日	12:00~13:30	450円
	サロン	なでしこ(きっさ)	第3日曜日	11:00~13:30	300円
	サロン	ひだまり	第2月曜日	13:30~15:00	100円
	体操	長沢 こたちゃん	毎週水曜日	10:00~	
②	サロン	サロン和(なごみ)	第2金曜日 第4火曜日	13:30~15:30 13:30~15:30	100円~ 200円
	体操	わかば	毎週金曜日	10:00~	
	③	サロン	人と喜のサロン	第2火曜日 第3木曜日	13:30~15:00 12:00~15:00
交流カフェ		喫茶 花❀HANA	毎週金曜日	10:30~15:30	100円~
交流カフェ		男組サロン	毎週金曜日	10:00~14:00	100円~
④		サロン	いこいの家	毎週水曜日	13:00~15:00
⑤	サロン	ほほえみ	第1金曜日 第3火曜日	13:00~16:00 12:30~15:30	100円 +弁当代
	サロン	サロンピクニック	第1・3木曜日	11:30~14:00	500円
⑥	サロン	さくらグループ	第1・3水曜日	12:00~14:00	500円
	体操	さくらグループ	第1・3水曜日	13:00~	
⑦	サロン	「ささはら」	第1金曜日	12:00~14:30	540円
⑧	サロン	野間ふれ愛サロン	第3水曜日	13:30~15:00	100円
⑨	サロン	ふらっと南野	第3木曜日	11:00~14:00	600円
	サロン	ふらっと南野花	第1木曜日	11:00~14:00	600円
⑩	体操	げんき	毎週金曜日	10:00~	月300円
⑪	地区ボラ	笹原ボランティアセンター	水~日曜日(祝休)	9:00~17:00	777-9200
⑫	交流カフェ	お楽しみ広場 レピア	第1火曜日	13:00~15:00	100円

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 鈴原小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

①さつきセンター

②ゆうかりセンター

③美鈴センター

④南菱センター

⑤南野センター



地図 No	活動名 (事業名等)	名 称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	草笛の会	第3金曜日	14:00~16:00	200円
	サロン	さつきの会	第1金曜日	12:00~14:00	400円
	体操	西御願塚寿楽会明林クラブ	毎週火曜日	13:30~	
②	サロン	ゆうかり・くらぶ	第4日曜日	13:00~14:30	200円
	サロン	りんりん会	第2金曜日	12:00~13:30	400円
	サロン	すずはら	第1・3金曜日	12:00~13:00	400円
	サロン	ユーカリフレンド	第2水曜日	11:30~13:30	500円
	交流カフェ	サロン・ド・ゆうかり	毎週火・木曜日	10:00~15:00	100円
	体操	鈴原町自治会地域見守り部	毎週金曜日	10:00~	
	認カフェ	オレンジカフェゆうかり	第3土曜日	13:00~17:00	200円
	地区ボラ	鈴原ボランティアセンター	月~金曜日(祝休)	10:00~12:00 13:00~15:00	777-8861
③	サロン	第1美鈴ふれ愛サロン	第4月曜日	10:00~12:30	500円
④	サロン	ダイヤサロン	第1木曜日	11:40~15:20	500円
	体操	南菱春秋会	毎週火曜日	10:00~	
⑤	サロン	西鈴原ふれ愛給食会	第2木曜日	11:30~14:30	450円
	体操	西鈴原友愛クラブ	毎週土曜日	13:30~	

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 天神川小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- |          |               |               |
|----------|---------------|---------------|
| ①鶴田センター  | ②荒牧高層住宅集会室    | ③荒牧第3公園体験学習施設 |
| ④桑田自治会館  | ⑤北野センター       | ⑥北センター        |
| ⑦荻野団地集会所 | ⑧荒牧デイサービスセンター |               |

地図 No	活動名 (事業名等)	名 称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	鶴田おしゃべりサロン	第1・4月曜日	13:00~15:30	300円
			第3火曜日	13:00~15:30	
	サロン	鶴田ローズクラブ	第2月曜日	12:00~15:00	500円
②	サロン	健康カフェサロン	第2金曜日	13:00~15:00	200円
③	サロン	荒牧おしゃべりの会	第3金曜日	13:00~15:00	100円
	体操	荒牧老人会A	毎週水曜日	9:30~10:15	
	体操	荒牧老人会B	毎週水曜日	10:15~11:30	
④	サロン	桑田なごやかサロン	第3土曜日	13:00~15:00	100円
				12:00~14:00	300円
	体操	桑田老人会	毎週火・金曜日	13:00~	
⑤	サロン	北野いきいきサロン	第1日曜日	13:00~15:00	100円
	サロン	天神川ふれ愛給食	第2・4水曜日	11:30~13:30	350円
	サロン	なかよし会	第1~4火曜日	10:00~12:00	100円
⑥	サロン	荻野西サロン	第2金曜日	13:30~15:30	100円
	体操	すこやか	毎週水曜日	10:00~	
⑦	サロン	高縄手にこここサロン	第1金曜日	19:00~21:00	100円
			第4日曜日	11:00~13:00	300円
⑧	地区ボラ	天神川地区ボランティアセンター	月~金曜日(祝休)	9:00~17:00	777-7501

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。

(TEL : 072-785-0860 FAX : 072-787-6911 E-Mail : chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 荻野小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- ①大野センター ②荻野センター ③ニチケアセンター-いたみ ④東野センター  
⑤憩～荻野～

地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	大野ニコニコサロン	第3火曜日	11:30~14:30	300円
	体操	大野長寿会	毎週金曜日	13:00~	
②	サロン	荻野ひまわりサロン	第3水曜日	11:00~13:00	400円
③	サロン	ニコニコ喫茶	毎週木曜日	13:00~15:30	100円
④	体操	東野いきいきクラブ	毎週土曜日	9:00~	
⑤	サロン	ひまわり喫茶	第2水曜日	13:00~15:00	100円

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。

(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 桜台小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- ①サンシティホール      ②中野北センター      ③西野福祉会館  
 ④天神川第2団地集会所      ⑤中野西センター

地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	サンシティサロン	第2金曜日	13:30~16:00	200円
	サロン	木曜サロン桜台	第4木曜日	12:00~15:00	500円
	交流カフェ	さくらっこ食堂	第2月曜日	18:00~19:30	300円
	体操	すみれ会	毎週木曜日	13:30~	
②	サロン	中野北サロン	第1月曜日	13:30~15:30	200円
③	サロン	西野サロン	第2木曜日	13:30~15:30	200円
④	サロン	喫茶ところ	第4日曜日	10:00~13:00	200円
⑤	体操	桜台	毎週水曜日	10:00~	

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
 (TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)





# 池尻小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

①武庫川センター ②池尻文化センター ③伊丹西野第6住宅 コミュニティプラザ

地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	サロン桜 A	第4木曜日	11:00~14:00	450円
	サロン	昴 I	第1火曜日	13:00~15:00	200円
	体操	桜 A	毎週金曜日	13:00~	
②	サロン	サロン桜 B	第2木曜日	12:00~14:30	450円
	サロン	昴 II	第2火曜日	13:00~15:00	200円
	サロン	昴 III	第3火曜日	13:00~15:00	200円
	体操	昴	毎週金曜日	13:00~	
③	交流カフェ	いきいき百歳体操交流カフェ 西野	毎週土曜日	13:00~	100円
	体操				

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。

(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 花里小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- ①パストラル昆陽集会室      ②寺本会館      ③アルビス寺本集会室  
 ④伸幸苑      ⑤若竹センター

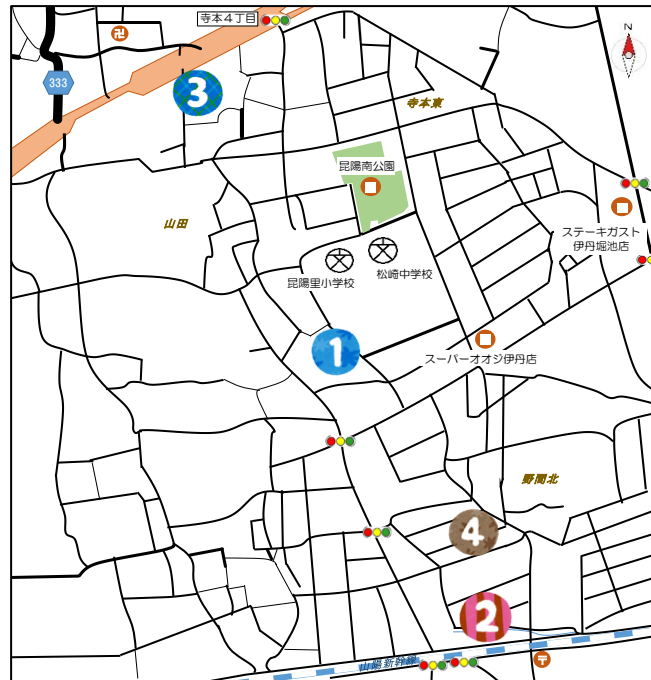
地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	パストラルいきいきサロン わいがや会	第2月曜日	13:00~16:00	100円~ 1,000円
			第4月曜日	12:00~14:00	
②	サロン	はなし家	第1月曜日	13:30~15:00	300円 (年に3回500円)
③	サロン	アルビス寺本なでしこ会	第2・4水曜日	11:00~15:00	500円
④	サロン	にこにこ会	第4水曜日	10:00~15:00	600円
	体操	伸幸苑	毎週水・土曜日	14:15~	
	地区ボラ	花里地区ボランティアセンター お困りごとなんでもや	月~金曜日 (祝 休)	9:00~18:00	778-5577
⑤	交流カフェ	カフェはなさと	第4金曜日	10:00~14:00	100円

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。

(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 昆陽里小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

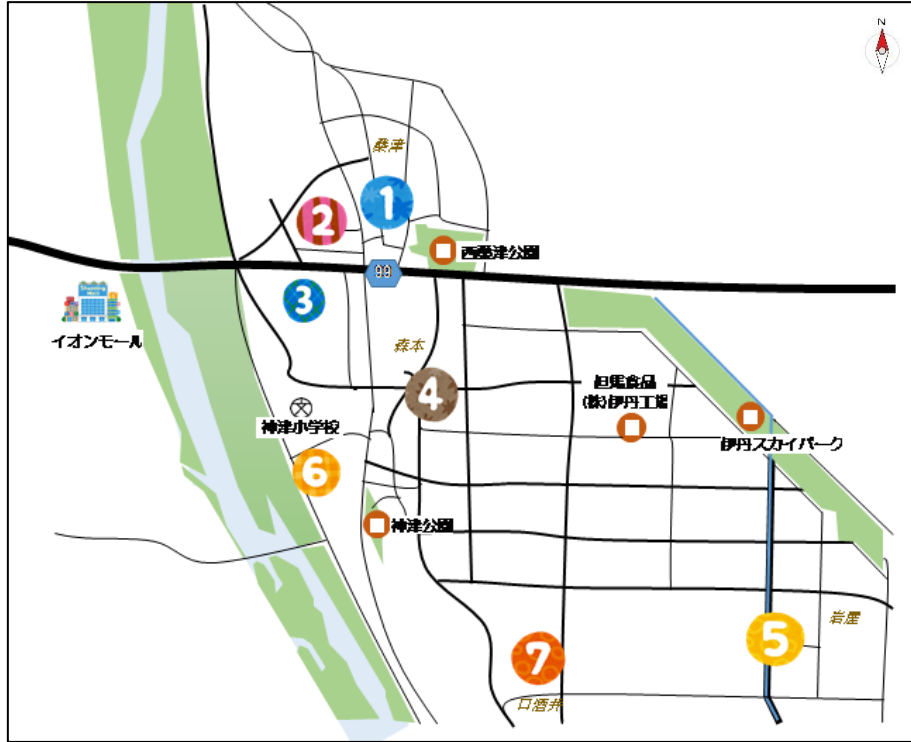
①山田東センター ②野間笠松センター ③寺本東センター ④野間団地集会所

地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	昆陽里ハナミズキ	第3水曜日	11:30~14:00	500円
	サロン	山田わかばサロン	第1木曜日	11:30~14:30	500円
	体操	松寿会	第1・3水曜日 第1土・第3月曜日	14:00~ 9:30~	
	体操	りゅうの会	毎週木曜日	9:50~	
	体操	ひまわり会	第2木曜日 第4木曜日	14:30~ 13:00~	
②	サロン	むつみ会	第1木曜日	13:00~15:00	500円
	交流カフェ	笠松スマイルカフェ	第4月曜日	13:30~16:00	50円~
③	サロン	寺本サロン	第2水曜日	12:00~15:00	700円
	交流カフェ	いっぷく邸	第2・4火曜日	10:00~11:50	50円
	体操	寺本東健康 PLAZA	毎週月曜日	9:30~	
④	サロン	野間なでしこサロン	第2・4木曜日	10:00~15:00	400円
	サロン	野間ふれあいグループ	第3日曜日	10:00~13:00	100円
	地区ボラ	こやのさとボランティアセンター	月~金曜日 (祝休)	9:00~12:00 13:00~17:00	080-8527-9232

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
(TEL : 072-785-0860 FAX : 072-787-6911 E-Mail : chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 神津小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター等建物の名称)

- ①西桑津センター      ②西桑津高層住宅集会所      ③いながわセンター
- ④森本センター      ⑤岩屋センター      ⑥ケイ・メゾンときめき
- ⑦口酒井センター

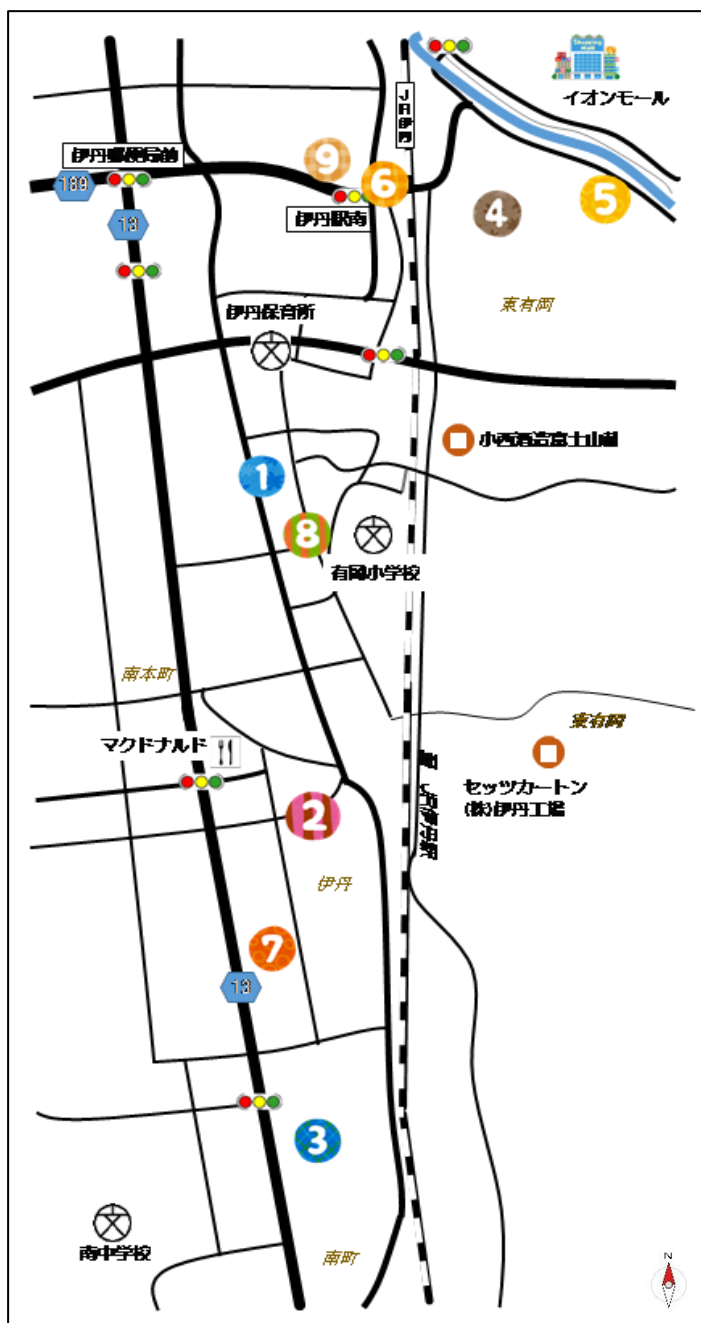
地図 No	活動名 (事業名等)	名 称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	桑の実サロン	第 2 木曜日	13:30~15:30	200 円
②	サロン	すこやか	毎週月・金曜日	13:00~15:00	月 200 円
	体操				
③	サロン	サロン・ド・リバーサイド	第 2 土曜日	10:00~12:00	100 円
④	サロン	ひょうたん	第 3 金曜日	11:00~14:00	500 円
⑤	サロン	サロンいわや	第 4 火曜日	11:30~14:30	500 円
⑥	地区ボラ	神津ボランティアセンター	月~金曜日 (祝休)	9:00~17:00	777-0780
⑦	体操	口酒井 睦会	毎週火曜日	9:00~	

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。

(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 有岡小学校区エリア



◆地図 No.：開催場所（センター等建物の名称）

- ①有岡センター      ②植松会場      ③南町高層住宅集会所      ④コープ野村集会所
- ⑤東有岡センター      ⑥荒村寺      ⑦パレス新伊丹1号館集会所
- ⑧有岡小学校区まちづくり協議会事務所      ⑨アリオ薬局

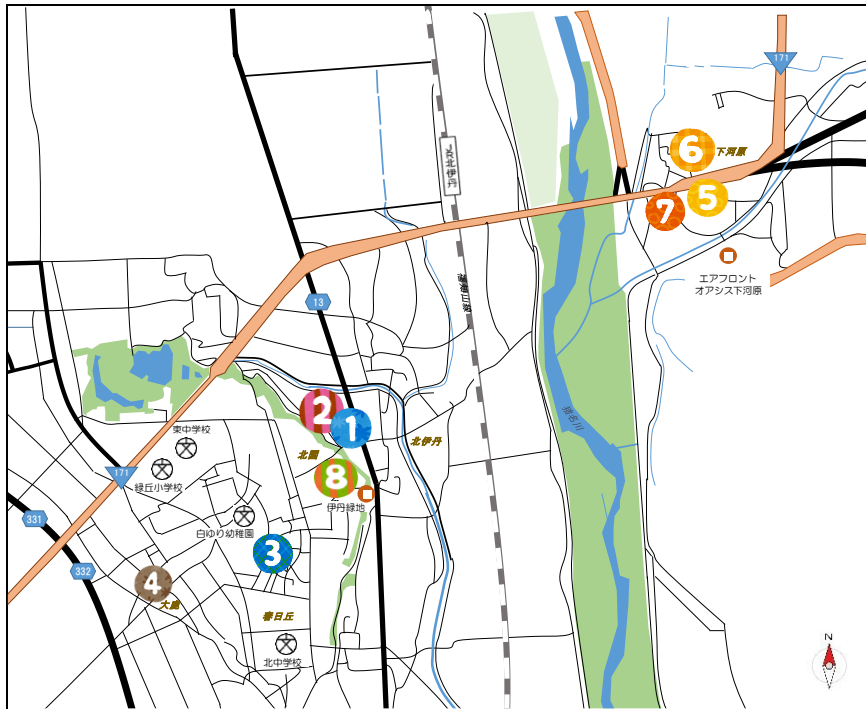


地図 No	活動名 (事業名等)	名 称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	サロン外城	第3日曜日	13:00~15:00	100円
	サロン	外城なかよし給食	第3木曜日	12:00~13:30	500円
	サロン	高畑ふれあいサロン	第4月曜日	13:00~15:00	200円
	サロン	高畑ふれあいサロンすみれ会	第1木曜日	11:30~13:30	400円
	サロン	フレンドリーサロン	第2水曜日 第4水曜日	12:00~13:00 13:00~15:00	100~ 500円
②	サロン	ハッピーサロン	第2金曜日	11:00~13:30	500円
③	サロン	はなみずき	第3木曜日	12:00~14:00	500円
④	サロン	ランの会	第2木曜日	13:30~15:30	200円
	体操	コープ野村体操グループ	毎週月曜日	14:00~	不定期で 200円
⑤	サロン	東有岡福祉サロン	第1・3水曜日	10:30~14:00	400円
	体操	東有岡寿会	毎週金曜日	13:30~	
⑥	交流カフェ	まちカフェ	第4木曜日	10:00~14:00	100円~
⑦	体操	パレス de サロン	毎週木曜日	14:00~	
⑧	地区ボラ	有岡ハートボランティア センター	月・火・水・金曜日 はボランティアが常駐	10:00~12:00 電話受付は平日 9:00~17:00	777-1281
⑨	体操	いたみアリオ薬局	毎週水曜日	13:30~	

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



# 緑丘小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- ①北村センター    ②北園自治会館    ③春日丘センター    ④大鹿交流センター  
 ⑤下河原分会    ⑥下河原センター    ⑦下河原センターふれあい会館  
 ⑧ライフエール

地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	さくらんぼの会	第2水曜日	13:00~15:00	200円
	体操	北村・北園老人クラブ	第1・3水曜日	10:00~	
②	サロン	ひまわりの会	第3金曜日	13:30~15:30	200円
③	サロン	ゆりの会	第1火曜日	13:00~14:30	200円
	サロン	ダイニングカスガ	第2・4金曜日	12:00~14:00	500円
	体操	春日丘永寿会	第1・2・3火曜日	10:00~	
④	サロン	大鹿地域ふれあい愛福祉サロン	第2・4木曜日	12:00~14:00	500円
⑤	サロン	下河原コサリ	第2・4木曜日	11:00~15:30	500円
⑥	サロン	日日想	第2火曜日	13:00~15:00	200円
⑦	交流カフェ	愉楽 (ゆら)	第4火曜日	13:00~15:00	100円~
⑧	体操	ライフエール	毎週木曜日	10:30~	

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
 (TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)



## 瑞穂小学校区エリア



◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- ①遺族会館    ②緑ヶ丘センター    ③瑞穂センター    ④広畑センター  
 ⑤広畑地域内 (要請のあった個人宅・庭先)

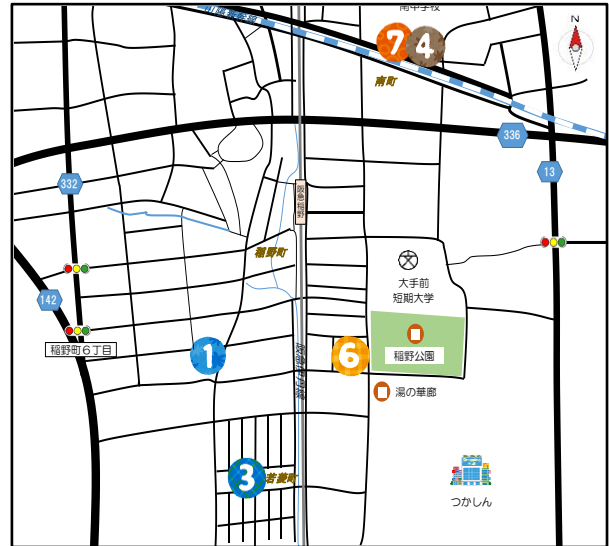
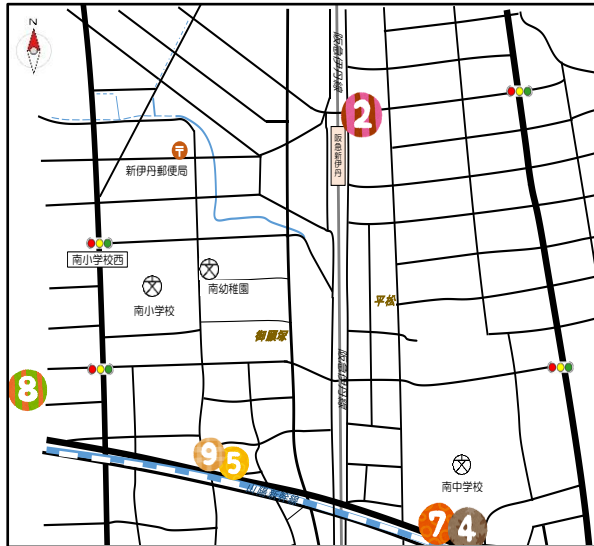
地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	緑ヶ丘	毎週月曜日	13:00~15:30	月 200 円
②	サロン	緑ヶ丘ふれ愛福祉サロン「緑」	第2月曜日	12:00~13:30	550 円
	体操	緑栄会	毎週水曜日	10:00~	
③	サロン	ふれあい仲良しサロン	第1金曜日	11:30~13:00	400 円
			第3木曜日	10:00~13:00	300 円
	体操	瑞穂健康体操	毎週火曜日	10:00~	
④	サロン	広畑ふれあい喫茶	第3月曜日	10:00~11:30	100 円
⑤	サロン	出前喫茶	不定期		100 円



※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。

TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)

## 南小学校区エリア



### ◆地図 No. : 開催場所 (センター・建物の名称等)

- ① 稲野センター      ② 平松自治会館      ③ 若菱・柏木センター      ④ 南町自治会館
- ⑤ 南センター      ⑥ 稲野東センター      ⑦ ふれあいみなみ (南中学校内)
- ⑧ さつきセンター      ⑨ 御願塚農協会館

地図 No	活動名 (事業名等)	名称	開催日	時間	参加費等
①	サロン	いこいの家「愛心」	第2金曜日 毎月29日	11:30~14:00	200円
	体操	稲野長寿会	毎週月曜日	15:00~	
②	サロン	ふれあいサロン平松	第2水曜日	13:30~15:30	200円
	サロン	ほっこりふれあいの会	第2金曜日	12:00~13:30	200円
③	サロン	コスモス給食サロン	第1・4金曜日	11:00~13:00	500円
	サロン	ほっとサロンみなみ	第1・3水曜日	11:30~15:00	500円
⑤	サロン	ほのぼのサロン	第1・3金曜日	11:30~14:00	500円
⑥	交流カフェ	サロンあやめ	第1水曜日	13:30~15:00	100円
	体操	稲野東やわらぎ会	毎週火曜日	13:30~	
⑦	交流カフェ	ふれあいカフェ みなみ	第2・4火曜日	9:30~11:30	150円
⑧	サロン	レインボーの会	第2水曜日	13:00~15:00	100円
			第3水曜日	12:00~14:00	400円
			第4金曜日	13:00~15:00	200円
⑨	体操	御願塚喜楽会	第2・4金曜日	13:30~	

※上記活動など、地域福祉活動への参加については、下記までご相談ください。  
(TEL:072-785-0860 FAX:072-787-6911 E-Mail:chiiki@itami-shakyo.or.jp)

## 「地域福祉活動 参加のススメ」

発 行 平成 29 年 12 月

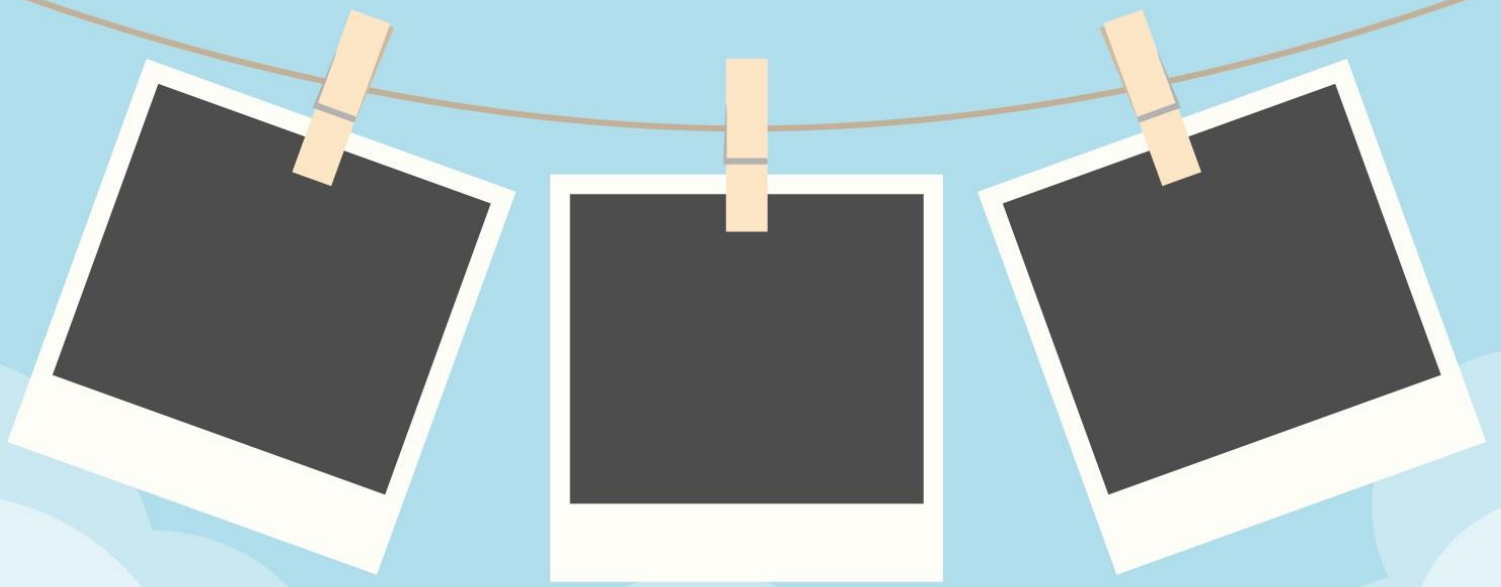
編集・発行 社会福祉法人 伊丹市社会福祉協議会  
〒664-0014  
兵庫県伊丹市広畑 3 丁目 1 番地  
いたみいきいきプラザ内

電 話 072-779-8512 (法人代表)

F A X 072-777-0722

U R L <http://www.itami-shakyo.or.jp/>





本冊子は、伊丹市健康福祉部地域福祉室介護保険課  
委託事業として制作しました。