

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

葛城市生活支援体制整備事業

令和7年7月

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 すみれサロン	加守分館	毎（火）	14：00～15：00	高	○	○
今在家	今在家ストレッチ同好会	今在家分館	第1・3（火）	10：00～11：30	高	○	
勝根	ハッピー塾	勝根分館	毎（木）	13：30～15：00	高	○	○
當麻	當麻介護予防運動教室	當麻地区公民館	第2・4(木)	9：30～11：00	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	○	
	當麻莊園ふれあいサロン	磐城地区公民館	第2・4（水）	8：30～12：00	全		○
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大字広場 ②南今市公民館 ③南今市公民館	①毎（月） ②第2・4（火） ③第2・4（金）	①9：00～11：00 ②14：00～16：00 ③13：00～15：00	全		○
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		
尺土	尺土ふれあいサロン	尺土分館	第1・3（水）	13：00～15：00	高		○
広域	1 0 0 まで行こう会	いきいきセンター	第1・2・3（金）	13：30～15：00	高	○	
広域	サルスベリの会	いきいきセンター	毎 月・火・水・木・土	13：15～14：00	高	○	
広域	みなわ会	奈良文化高等学校学園館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）	13：30～14：30	高	○	
広域	さくら会	當麻保健センター 當麻文化センター	月2回	13：30～15：30	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	○	

	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	第2・4（木）	13：30～15：00	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

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ーセンター	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	東室コミュニティーセンター	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	西室コミュニティーセンター	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ーセンター	毎（月）	10：00～11：00	高	○	○
	さおとめ会	北花内コミュニティーセンター	毎（火）	13：30～15：00	高		○
	さんさんストレッチ 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	高	○	○
	南道穂介護予防教室 南道穂ふれあい・いきいきサロン	南道穂コミュニティーセンター	①毎（火） ②毎（金）	①13：30～15：30 ②13：30～14：30	高	○	○
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	林堂東分館	第2・4（土）	13：00～15：30	全		○
葛木	かつらぎ楽々会	葛木コミュニティーセンター	第2・4（金）	14：00～15：00	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）	13：30～15：00	全	○	○
	寺口百さい体操教室	寺口ふれあい集会所	第2・4（月）	14：00～15：30	高	○	
	寺口井戸端かふえ	寺口ふれあい集会所	第4（水）	13：30～15：00	全		○
西辻	西辻健康クラブ	西辻コミュニティーセンター	毎（土）・第3（日）	9：00～11：00	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	薑コミュニティーセンター	第1・3（火）	14：00～15：00	高	○	

	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	北花内ニコニコこども食堂（地域食堂）	北花内コミュニティーセンター	第2（土）	12：00～16：00	全
兵家	食堂てんでん（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

※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

< 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

最新の情報はこちらの二次元コードから♪→

