

高齢者サロン一覧 (全274サロン)

【令和4年6月1日現在】

①ブロック

佐土原地区 68サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
1	梅野元気になる会	梅野地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
2	福島やすらぎ会	福島地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
3	追手サロン	追手地区コミュニティセンター	高齢者サロン	週/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
4	天神サロン	天神地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
5	本町サロン	本町地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
6	奈良木ふれあいサロン ※休止	奈良木地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
7	熊牟田集まる会	熊牟田地区自治公民館	高齢者サロン	週/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
8	北藪サロン	北藪地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
9	東春田サロン	東春田地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
10	津倉サロン	津倉地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	代表者が決まらず当面休止
11	前牟田元気になろう会	前牟田地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
12	ひらまつサロン	平松地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
13	下八蚊サロン	下八蚊地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
14	信成町サロンなかよし会	信成町地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
15	原口サロン	原口地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等

16	亀田サロン	亀田地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	参加者減の為当面の間休止とのこと
17	にこにこサロン（東野久尾）	東野久尾地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
18	東十サロン	東十文字地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
19	江原サロン	江原地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
20	上平等寺	上平等寺地区農業構造改善センター	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
21	久谷元気になろう会	久谷地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
22	下村ふれ愛会	下村地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
23	成枝サロン	成枝地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
24	新城サロン	新城地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
25	上江サロン	上江地区営農研修施設	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
26	佐賀利サロン	上江・佐賀利地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
27	永田サロン	永田地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
28	岩見堂サロン	岩見堂地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
29	仲町サロン	仲町地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
30	片瀬下山すみれ会	片瀬・下山地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
31	新町サロン	新町地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
32	原ひまわり会	原地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
33	コスモス会	小牧台地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
34	東町サロン	東町地区学習等供用施設	高齢者サロン	不定期	茶話会、体操、レクリエーション等
35	大炊田サロン	大炊田地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等

36	むつみ会	元村地区営農研修施設	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
37	西野久尾サロン	西野久尾地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
38	宮本サロン	宮本地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
39	田ノ上チューリップサロン	田ノ上地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
40	新五上サロン	佐土原地域交流センター	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
41	竹ヶ島サロン	竹ヶ島地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
42	万十サロン	万十地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
43	南松小路いきいきサロン	松小路地区自治公民館	高齢者サロン	不定期	茶話会、体操、レクリエーション等
44	北伊倉サロン	北伊倉地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
45	上町なかよしクラブ	上町地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
46	馬場地区サロン	馬場地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
47	田中区サロン	田中地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
48	新宮サロン	新宮地区営農研修施設	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
49	東小牧サロン	東小牧地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
50	旭町サロン	旭町・広瀬台地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
51	ハナミズキの会	小牧台学習館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
52	光陽台わくわくサロン	光陽台地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
53	小永野サロン	小永野営農研修施設	高齢者サロン	不定期	茶話会、体操、レクリエーション等
54	浮橋サロン	浮橋自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
55	梅宮タブノキ会	七つの星幼稚舎0-100センター	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等

56	久保土げんきサロン	久保土地区学習館・グラウンドゴルフ場	高齢者サロン	不定期	茶話会、体操、レクリエーション等
57	梅野すみれ会	梅野地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
58	若返ろう会	小牧台地区学習等供用施設	高齢者サロン	不定期	茶話会、体操、レクリエーション等
59	小牧台ふれあいサロン(新規)	小牧台地区学習等供用施設	高齢者サロン	不定期	茶話会、体操、レクリエーション等
60	エンジョイクラブ	小牧台地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/2回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
61	春日台いこいの広場	春日台地区学習等供用施設	高齢者サロン	月/2回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
62	西春田サロン	西春田地区学習等供用施設	高齢者サロン	週/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
63	グラウンドゴルフ木葉会	佐土原地域福祉センター	高齢者サロン	週/2回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
64	身体障がい者福祉協会	佐土原地域福祉センター	高齢者サロン	週/1回 午後	茶話会、体操、レクリエーション等
65	ワイワイ元気クラブ	佐土原地域福祉センター	高齢者サロン	週/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
66	みずこさん家	個人宅	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
67	ゆっくりやろ会 ※休止	佐土原地域福祉センター	高齢者サロン	週/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等
68	タップサークル ※休止	佐土原地域福祉センター	高齢者サロン	週/1回 午前	茶話会、体操、レクリエーション等

住吉地区 12サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
69	おげんき会	小保下自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防、手芸、会食、座談等
70	次郎ちゃん花ちゃん	次郎ヶ別府自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、レクリエーション、体操等
71	笑プロンの会	住吉自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	手芸、調理等
72	宿森サロン(元気じゃろ会)	宿森自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	お茶会、体操、ウォーキング等

73	おしゃべり広場ニュータウン住吉	ニュータウン住吉自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	おしゃべり、体操、講話、歌、脳トレ等
74	西土中方ふれあいサロン いって みろ会	西土中方自治公民館	高齢者サロン	不定期 午前～午後	講話、健康体操、簡単な料理、物づくり、おしゃべり等
75	境下ふれあいサロン	境下自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	演奏会（ボランティア派遣）、レクリエーション、お茶会、血圧測定等
76	千丈・久美原サロン YOU遊会	千丈・久美原自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	ストレッチ、講話、合唱、茶話会、各種ゲーム等
77	サロン こすもす	すみよし公民館2階 洋室 すみよし公園 他	高齢者サロン	月／1回 午前	おしゃべり、グラウンドゴルフ、歌、レクリエーション等
78	みずほ団地ふれあいサロン	みずほ蓮ヶ池共同公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	体操、おしゃべり、講座、ゲーム等
79	青水ひまわり	青水自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	座談、レクリエーション、出前講座、体操、脳トレ等
80	北部ふれあいサロンおげんき会	北部自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	レクリエーション、健康講話、料理教室、寄せ植え、ゲーム等

北地区 7サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
81	上北方ひまわりサロン	上北方公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	お菓子づくり、体操、ゲーム、歌等
82	さざんかの会	野首竹原田自治公民館	高齢者サロン	月／2回 午前	体操、お茶会、手芸、出前講座、花見、クリスマス会等
83	千代ヶ崎サロン	千代ヶ崎自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	体操、お茶会、手芸、出前講座、季節の行事、ゲーム等
84	上野サロン	上野自治公民館	高齢者サロン	不定期 午前	体操、お茶会、出前講座、季節の行事、栄養指導等
85	シクラメン	大瀬町自治公民館	高齢者サロン	月／2回 午前	体操、お茶会等
86	あいおいふれあいサロン	柏田自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	体操、レクリエーション、季節の行事、会食会等
87	倉岡楽しも会	倉岡ニュータウン集会所	高齢者サロン	月／1回 午前～午後	座談、ゲーム、レクリエーション、年一度の施設見学等

大宮地区 13サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
88	新地橋自治会リリーサロン	新地橋公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	歌、体操、物作り、座談等
89	サロンすみれ会	神宮東自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前～午後	ゲーム、歌、踊り、健康体操、外出、会食等
90	下北方南自治会 虹の会	下北方南自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	童謡、歌謡曲を中心に歌う、おしゃべり会等
91	平和が丘 矢口池サロン	平和が丘自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	体操、手遊び、講座、料理、折り紙等
92	北町ふれあいサロン「ひまわり」	平和が丘自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	歌、健康体操、押し花、講話、調理実習等
93	サロンいけうち	池内地区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前～午後	小物づくり、講話、調理、会食等
94	ふれあいサロンさくら	平和が丘西町公営集会所	高齢者サロン	月/1回 午前	講話、映画鑑賞、工作、お手玉、盆踊り等
95	まつぽっくり	個人宅	高齢者サロン	月/1回 午後	座談、ゲーム、レクリエーション・健診、工作等
96	ふれあいサロン南方	南方町自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	講話、寄せ植え、レクリエーション、座談等
97	平和が丘西町ふれあいサロン	平和が丘自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	座談、会食、ゲーム、講座、作業等
98	ふれあいサロン神北	神宮北自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	座談、会食、ゲーム、作業、レクリエーション、講座、体操等
99	OTOKON会	個人宅	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、健康講座、防災訓練、祭り、スポーツ大会、視察研修等
100	池内団地ふれあい茶話会	池内団地自治公民館	高齢・障がい者 サロン	月/1回 午前	会食、ゲーム、季節の行事、折り紙、ぬりえ等

東大宮地区 11サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
101	大島寿会囲碁サロン	大島自治公民館	高齢者サロン	週/3回 午後	茶話やレクリエーション、会食等
102	大島寿会グランドゴルフ	大島向陽園グラウンド	高齢者サロン	月/2回 午前～午後	向陽園前の広場又は近くの近隣公園の広場を借りてゲームを行い、お互いの安否確認と健康増進を目的とする。
103	波島第3ふれあいサロン	個人宅	高齢者サロン	週/4回 午前・午後	スポーツ吹き矢、健康体操、レク、お茶会等

104	自由が丘さくらサロン	自由が丘自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	体操、ゲーム、講話、茶話会等
105	コスモスサロン	大将堀自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	季節行事やレクリエーション・小物づくり等
106	東大宮ふれあいサロン	東大宮地区社協 会議室	高齢者サロン	月／4回 午前～午後	クラフト作り、座談、会食等
107	村角ふれあいサロン	村角自治公民館	高齢者サロン	週／1回 午後	茶話会、生演奏にあわせて合唱、誕生会等
108	ふれあいサロン向日葵	火切塚自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	茶話会、講話、レクリエーション、体操等
109	サロンわかば会	大島北公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	座談、会食、ゲーム、講座、レクリエーション等
110	サロンもくれん会	火切塚自治公民館	高齢者サロン	月／2回 午前	座談、出前講座、レクリエーション、笑いヨガ、落語等
111	波島デイゴの会	波島自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	ラジオ体操、ゲーム、出前講座等

⑧ フロック

中央西地区 6サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
112	舞姫サロン	祇園自治公民館	高齢者サロン	週／2回 午前	舞踊の練習、茶話会等
113	ハイビスカスサロン	祇園自治公民館	高齢者サロン	週／1回 午前・午後	座談会、フラダンス、小物づくり等
114	祇園ハーモニーサロン	祇園自治公民館	高齢者サロン	月／2～4回 午前	ハーモニカ、歌、茶話会等
115	大橋3丁目元気会	大橋3丁目自治公民館	高齢者サロン	月／2回 午後	座談会、健康体操、お手玉等
116	祇園ほほえみサロン	祇園自治公民館	高齢者サロン	月／2回 午後	おしゃべり会、民謡、体操等
117	祇園リラックスサロン	祇園自治公民館	高齢者サロン	月／2回 午前	介護予防体操、講話、あやとり等

中央東地区 9サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
118	ふれ愛サロン わかば	青葉町自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	介護予防体操、レクリエーション、講話等
119	ふれあいサロン「あつまろかい」	権現自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	レクリエーション、ゲーム、講話、演奏会（鑑賞）等
120	ふれあいサロンたかちほ	サザンライフマンション2F集会所	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、レクリエーション、講話等
121	駅前サロン	宮崎駅前地区自治公民館	高齢者サロン	年35回 午前	エアロ体操、おしゃべり、会食等
122	中央公園あじさいサロン	サーパス中央公園集会所	高齢者サロン	月/1回 午後	俳句、健康体操、ニュースポーツ、座談等
123	宮田区笑楽生ふれあいサロン	宮崎ロイヤルホテル	高齢者サロン	月/1回 午前	座談、講座、音楽会、会食等
124	ほがらか会	権現団地集会所	高齢者サロン	月/2回 午前	介護予防教室、作業（折り紙やうちわ作り）等
125	キララたちばなサロン	九州電力1階イベントフロア	高齢者サロン	月/1回 午後	ロコモ体操、出前講座、講話等
126	さわ会	宮崎市営住宅老松団地集会場	高齢者サロン	月/1回 午後	座談、講座、会食、ゲーム、作業、レクリエーション、体操等

小戸地区 2サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
127	末元元気サロン	末元自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	体操、会食会、座談、講話、ゲーム等
128	どんぐり会	鶴島自治公民館	高齢者サロン	月/2回 午後	ボール回し、輪投げ、健康講座、各種レクリエーション等

櫛地区 8サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
129	東引土さわやかサロン	東引土自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	カラオケ、茶話会、健康に関する講話会等
130	大町なでしこ会	大町自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前～午後	軽体操、手芸、折り紙、レクリエーション、座談等
131	ひまわりふれあい生き生きサロン	青葉県営住宅集会所	高齢者サロン	月/2回 午前	ハーモニカ演奏鑑賞、合唱、ゲーム、レクリエーション、お茶会、出前講座等

132	山崎ふれあいサロン	山崎公民館	高齢者サロン	月／1回 午後	お茶会、レクリエーション、体操、出前講座、施設との交流等
133	前浜高齢者福祉サロン	前浜自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	ゲーム、昼食会、講座、レクリエーション、カラオケ等
134	おしゃべりサロン	個人宅	高齢者サロン	月／2回 午前	談話、会食、ゲーム等
135	ランチしながらおしゃべりサロン	借家	高齢者サロン	月／1回 午前～午後	座談、会食、健診（血圧測定）等
136	新別府ひまわりサロン	新別府町自治公民館	高齢者サロン	月／2回 午後	座談、ゲーム、レクリエーション、健康体操、出前講座、茶話会等

©ブロック

生目地区 8サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
137	下富吉ふれあいサロン	下富吉自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午後	座談、会食、ゲーム、工作、季節ごとの行事、遠足等
138	花みずき	下小松公民館	高齢者サロン	月／1回 午後	カラオケ、体操、茶話会等
139	上小松ふれあいサロン	上小松自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午後	健康講話、体操、ゲーム、合唱、座談等
140	有田ふれあいサロン	有田ふれあい館・夢広場	高齢者サロン	月／1回 午前	お茶会、レクリエーション、講座、健康体操等
141	カキノタネ	長嶺自治公民館	高齢者サロン	週／1回 午後	歌、体操、お茶会、会食会、行事等
142	サロン菜の花会	浮田公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	健康体操、ゲーム、歌、映画鑑賞、会食、お茶会等
143	すまいるサロンあじさい	下小松自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	講話、座談、民謡、折り紙、小物作り、ニュースポーツ等
144	細江つるし飾り趣味の会	細江自治公民館	高齢者サロン	週／1回 午前	つるし飾り・柳川手まりの製作及び展示会、講座等

小松台地区 6サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
145	さくらんぼ	桜ヶ丘自治集会所	高齢者サロン	月／1回 午後	ストレッチ体操、ゲーム、折り紙、出前講座、会食等

146	小松台さくらサロン	小松台ハイランド集会場	高齢者サロン	月/1回 午前	血圧測定、健康体操、講話、ゲーム、映画鑑賞、食事会等
147	小松台こすもすサロン	小松台ハイランド集会場	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防体操、茶話会、ゲーム、大正琴鑑賞、講話等
148	北町あじさいサロン	小松台北町集会所	高齢者サロン	月/1回 午前	健康体操、卓球バレー、音楽鑑賞、映画鑑賞、小物作り等
149	小松もりしたサロン	小松もりした自治会集会場	高齢者サロン	月/1回 午後	座談、体操等
150	小松台ピュアサロン	個人宅	高齢者サロン	月/1回 午前	体操、出前講座、歌、折り紙、会食、ゲーム等

大塚地区 5サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
151	ふれあいサロン「なでしこ」	個人宅	高齢者サロン	月/1回 午後	座談、講座、レクリエーション、手芸等
152	あゆみ27	大塚町南区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	レクリエーション、手工芸、お茶会等
153	大淀台カラオケサロン	江南集会所	高齢者サロン	週/1回 午後	カラオケ、茶話会等
154	YLM同好会	江南集会所	高齢者サロン	週/1回 午後	麻雀、座談、会食、ゲーム、行事等
155	大淀台レディースグラウンドゴルフ同好会	大淀台児童公園	高齢者サロン	週/1回 午前	グラウンドゴルフ、座談、会食、レクリエーション、行事等

大塚台地区 10サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
156	せせらぎ 大塚台歌会	大塚台地域福祉コミュニティーセンター	高齢者サロン	月/2回 午後	短歌の勉強会、座談等
157	ふれあい元気サロン・大塚台	・大塚台地域事務所 ・大塚台自治公民館・中央集会所	高齢者サロン	週/2回 午後	ストレッチ体操、レクリエーション、ゲームや歌、会食等
158	いちご会	グリーンヒルズ大塚台集会場	高齢者サロン	月/1回 午前	座談、レクリエーション、体操、講座等
159	ちきん	大塚台西3丁目地域コミュニティーセンター	高齢者サロン	月/2回 午前	ストレッチ、体操、レクリエーション、講話、座談等
160	タンポポ	大塚台地域福祉コミュニティーセンター	高齢者サロン	週/1回 午前	写経、レクリエーション等

161	なでしこサロン	大塚台地域福祉コミュニティーセンター	高齢者サロン	週1回 午後	ヨガ、お茶会、ボランティア活動等
162	女子会さくら	大塚台西3丁目地域コミュニティーセンター	高齢者サロン	月/1回 午前	レクリエーション、歌、茶話会、調理、会食等
163	ひばりサロン	大塚台地域福祉コミュニティーセンター	高齢者サロン	月/1回 午後	ストレッチ、講話、ハーモニカ、合唱、ゲーム、レクリエーション、茶話会等
164	お茶の間サロン	大塚台地域福祉コミュニティーセンター	高齢者サロン	年間7回 午前	講話、近辺の遺跡の勉強会、健康の話、演奏鑑賞等
165	シニアクラブ宙	大塚台市営住宅A集会場	高齢者サロン	月/2回 午後	カラオケ、グラウンドゴルフ、健診、講座、会食等

生目台地区 5サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
166	サロンゆうすげ	生目台地区交流センター	高齢者サロン	月/2回 午後	出前講座、DVD鑑賞、ゲーム等
167	ふれあいサロンさつき会	生目台東県住自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	茶話会、出前講座、ゲーム、体操、食事会等
168	サロンほほえみ	生目台市住自治公民館	高齢者サロン 障がい者サロン	月/2回 午後	座談、会食、ゲーム、作業、レクリエーション、講座、行事等
169	はまゆうサロン	生目台東県住集会所	高齢者サロン	月/2回 午後	カラオケ、茶話会等
170	カラオケ シクラメンの会	生目台市住自治公民館	高齢者サロン	週/1回 午後	カラオケ、茶話会等、体操等

大淀地区 10サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
171	江南ハイツ茶話会	江南ハイツ自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防体操、ゲーム、茶話会等
172	京塚げんき会	京塚自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	体操、レクリエーション、検診、座談、会食、大淀音頭等
173	谷川にこにこサロン	谷川自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	レクリエーション、健康講座、茶話会、会食等
174	源藤ふれあいサロンの会	源藤自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	血圧測定、茶話会、ストレッチ体操、ゲーム、ハンドベル演奏、折り紙等
175	大坪南ふれあいサロン	大坪南自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	健康体操、レクリエーション、音楽、絵手紙、講座、茶話会等

176	山内長寿会サロン	伊満福寺	高齢者サロン	月/1回 午後～午後	お寺の清掃、お茶会、会食等
177	源藤いきいき健康会	源藤団地集会所	高齢者サロン	月/2回 午後	ストレッチ体操、歌等
178	野の花会	大淀団地集会場	高齢者サロン	月/1回 午前	ゲーム、体操、座談、お茶会等
179	南町の縁側	南町自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	ハンドベル、体操、ゲーム、座談、ヨガ、大淀音頭、食事会等
180	県住なかよし会	県住江南団地内集会場	高齢者サロン	月/1回 午後	ゲーム、体操、おしゃべり、茶話会等

高岡地区 18サロン

	サロン名	開催場所	形態	開催頻度	活動内容
181	センターいきいきサロン※休止中	高岡福祉保健センター穆園館	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防教室、出前講座、交通安全教室、会食会等
182	川原田いきいきサロン ※休止中	川原田自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	介護予防教室、出前講座、交通安全教室、映画鑑賞等
183	中山いきいきサロン※休止中	中山自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	コーラス、調理、茶話会等
184	花見ふれあい会	花見自治公民館	高齢者サロン	月/2回 午前	介護予防教室、出前講座、会食会等
185	小山田さんさんクラブ	小山田自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防教室、出前講座、交通安全教室、会食会等
186	ダルマ会	麓自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座、交通安全教室、コーラス、会食会等
187	めぐみ会	上倉自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防教室、出前講座、交通安全教室、会食会等
188	あつまろ会	祇園台自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防教室、出前講座、交通安全教室、映画鑑賞、会食会等
189	下倉わかば会	下倉自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防教室、出前講座、交通安全教室、映画鑑賞、会食会等
190	宮水流あおば会	宮水流自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	音楽鑑賞、介護予防教室、出前講座、交通安全教室、会食会等
191	しらゆり会	的野自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	介護予防教室、出前講座等
192	原田・新田いきいきサロン※休止中	原田自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防教室、交通安全教室等

193	南城寺サロン	南城寺自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	介護予防教室、出前講座、交通安全教室等
194	田中いきいきサロン※休止中	田中自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	介護予防教室、出前講座、交通安全教室等
195	さくら会	深水自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	音楽鑑賞、介護予防教室、出前講座、交通安全教室等
196	ひまわり会	個人宅	高齢者サロン	月/1回 午後	音楽鑑賞、介護予防教室、交通安全教室、出前講座、等
197	あすなる会※休止中	和石自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	介護予防教室、出前講座、交通安全教室等
198	片前グラウンドゴルフ愛好会	片前公民館運動広場、自治公民館	高齢者サロン	週/5回程度	グラウンドゴルフ、ゲーム等

④ブロック

赤江地区 7サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
199	ふれあい月見ヶ丘サロン	共同利用施設月見ヶ丘センター	高齢者サロン	各月/年間8回 午前～午後	レクリエーション、体操、料理、会食等
200	ときめきサロン	月見ヶ丘北自治公民館	高齢者サロン	月/2回 午前	講座、おしゃべり会、落語会、生け花、昼食会、外出等
201	さゆり会	吉永センター	高齢者サロン	月/1回 午前	体操、ニュースポーツ、ゲーム、カルタ、座談等
202	ふれあいサロン「ゆめ」	月見ヶ丘西区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	健康体操、講話、お茶会、会食会等
203	ふれあいサロンひまわり	共同利用施設月見ヶ丘センター	高齢者サロン	月/1回 午後	レクリエーション、健康体操、合唱、会食等
204	働馬寄高齢者健幸体操クラブ	働馬寄自治公民館	高齢者サロン	週/1回 午前	健康体操、出前講座、茶話会、料理教室、小物づくり等
205	あさひヶ丘サロン	あさひヶ丘ニュータウン自治公民館	高齢者サロン	月/2回 午前	講話、音楽療法、笑いヨガ、レクリエーション、会食等

赤江東地区 14サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
206	緑松カラオケぎじろく	緑松自治公民館	高齢者サロン	月/2回 午後	グラウンドゴルフ、カラオケ等

207	緑松グラウンドゴルフサロン	緑松運動公園	高齢者サロン	週/2回 午前	グラウンドゴルフの練習、座談等
208	古川さわやかクラブ	古川児童公園 赤江東地区交流センター	高齢者サロン	週/3回 午前	グラウンドゴルフ、食事会等
209	恒久 悠々サロン	恒久自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	講話、認知症予防体操、レクリエーション等
210	緑松元気・仲よしサロン	緑松自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	講話、体操、レクリエーション等
211	南恒久健康サロン	南恒久自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	ニュースポーツ、歌、ゲーム、出前講座等
212	飛江田ふれあいサロン	飛江田集会所	高齢者サロン	月/1回 午後	健康体操、レクリエーション、講話等
213	中恒久ふれあいサロン	恒久自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	健康体操、出前講座、ニュースポーツ、ゲーム、調理等
214	ゆるりサロン	ホームホスピス宮崎	高齢者サロン	週/2回 午前～午後	体操、歌、タクティールケア、パッチワーク、外出等
215	あやめ会	下城ヶ崎自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	体操、ニュースポーツ、脳トレ、音楽、講座、会食等
216	姥ヶ島健康クラブ	姥ヶ島自治公民館 赤江東地区交流センター	高齢者サロン	月/1回 午前	座談、ゲーム、講話、音楽鑑賞、ヨガ等
217	緑松映画サロン	緑松自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	映画、夏休み子ども映画会、花見、忘年会、新年会、外出、座談等
218	城ヶ崎木曜会	城ヶ崎センター	高齢者サロン	月/1回 午前	講座、レクリエーション、会食、健幸体操、行事等
219	さんさんクラブ緑ヶ丘	緑ヶ丘集会場	高齢者サロン	月/4回 午前	座談、会食、ゲーム、レクリエーション、風船バレー、廃品回収、公園清掃、茶話会、健康体操等

本郷地区 8サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
220	まなび野グラウンドゴルフ同好会	まなび野中央公園	高齢者サロン	日曜・雨天以外 毎日 午前	公園内清掃ボランティア活動、グラウンドゴルフ等
221	西希ひまわりサロン	西希望ヶ丘自治公民館	高齢者サロン	月/1回(年8) 午後	小物作り、グラウンドゴルフ、茶話会等
222	ふれあいサロン「陽だまり」	汙ビルまなび野集会場	高齢者サロン	月/1回 午前	歌や健康体操を中心に茶話などのレクリエーションで介護予防等
223	ふれあいサロンほっと	共同利用施設山崎台センター	高齢者サロン	月/1回 午前	手作業ものづくりを中心にピアノに合わせ唄などレクリエーション等

224	城ノ下ふれあいサロン	城ノ下池田自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前～午後	ゲーム、会食、出前講座等
225	空港苑ふれあいサロンひまわり	空港南センター	高齢者サロン	月／1回 午前	小物作り、健康体操、座談等
226	福寿会	西山崎公民館	高齢者サロン	月／1回 午後	レクリエーション、お茶のみ
227	我居我居倶楽部	本郷地域協議会 南事務所	高齢者サロン	月／1回 午後	座談、健康体操、ゲームなどで参加者が集い合う場所を作る

木花地区 11サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
228	サロン語ろう会	シルヴァーリージャ	高齢者サロン	月／1回 午前	各種健康体操と血圧測定にゲーム、講話等
229	桜1ふれあいサロン	車坂自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前～午後	料理作り会食、体操、座談等
230	元気じゃろ会	学園木花台自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	健康体操、講座、ゲーム、レクリエーション等
231	ふれあいサロン“おたのしみ会”	加江田3区自治公民館	高齢者サロン	月／2回 午前～午後	体操、ゲーム、講話、歌、会食等
232	ふれあい茶話会	学園木花台自治公民館	高齢者サロン	月／1回 午後	茶話会、コーラス、食事会、講演会、ゲーム、工作等
233	木花すみれ会	個人宅	高齢者サロン	月／1回 午前	健康体操、歌、ゲーム、おしゃべり、お茶タイム等
234	よっちみろ会	木花下六公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	体操、座談、ゲーム等
235	下原しゃべろ会	下原公民館	高齢者サロン	月／2回 午後	座談、会食、ゲーム等
236	にこにこ会	一番講公民館 二番講公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	座談、講座、体操、手芸、あやとり、合唱、トランプ、レクリエーション等
237	ふれあいサロン「萩原」	萩原公民館	高齢者サロン	月／1回 午前	座談、ゲーム、レクリエーション、会食、講座、行事等
238	この花・ロコモc a f e	学園木花台自治公民館	高齢者サロン	月／1～2回 午前	フレイル予防、ロコモ体操、生きがいづくり、生涯学習等

青島地区 10サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
--	------	------	----	------	------

239	あいあいサロン	小内海自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	茶話会、講座、レクリエーション、講話等
240	紫波洲マンゴーサロン	紫波洲自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	演奏会（派遣ボランティア）、歌、講話、会食会等
241	野島ふれあいサロン	野島自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	レクリエーションや体操、座談、出前講座の活用等
242	ぎおんサロン	祇園の館 3,4,7区公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	各種講話、グラウンドゴルフ、お茶話等
243	浜町サロン	あおしまのいえ	高齢者サロン	月/1回 午前	各種講話、健康チェック、お茶話等
244	えびすサロン	あおしまのいえ	高齢者サロン	月/1回 午前	レクリエーション、体操、座談等
245	いきいきやっこサロン	内海小学校地域連携施設 やっこ荘	高齢者サロン	月/1回 午前	グラウンドゴルフ、健康体操、ゲーム、歌、講話等
246	やよいふれあいサロン	青島1区自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	体操、ゲーム、歌、講話、茶話会、会食会等
247	さくら会	青島10区公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	座談、講座、会食、ゲーム等
248	生田サロン	青島8区公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	座談、講座、会食、ゲーム等

田野地区 11サロン

	サロン名	開催場所	形態	活動頻度	活動内容
249	むつみ会	田野総合福祉館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌
250	田野しも会	田野総合福祉館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌
251	さくら会	上井倉公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌
252	あづま会	東地区公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌
253	長寿会	仏堂園公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌
254	親睦会	南地区公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌
255	すずらんの会	北地区公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌

256	茶の実北会	北地区公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌
257	八重桜会 ※休止中	八重公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌
258	七野樞会	七野公民館	高齢者サロン	不定期	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌
259	おしゃべり広場夢サロン	光町夢庵	高齢者サロン	月/1回 午前	出前講座・座談・認知症予防体操・ニュースポーツ・会食・歌

清武地区 15サロン

	サロン名	開催場所	形態	開催頻度	活動内容
260	スマイル元気会	下木原研修センター	高齢者サロン	月/1回 午前	レクリエーション・茶話会・季節行事（外出）等
261	お喋りカフェ「りん」	新町公民館	高齢者サロン	月/2回 午前	体操・レクリエーション・カラオケ・食事会・屋外研修等
262	サポートクラブ加納「にこにこ会」（一人暮らし高齢者限定サロン）	加納ヶ丘自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午前～午後	体操・情報交換会・茶話会・会食会等
263	笑顔いっぱい健康クラブ	第3池田台東公民館	高齢者 独り世帯サロン	週/1回 午後	体操・季節行事・茶話会・会食会等
264	スマイルクラブ	正手公民館	高齢者サロン	月/2回 午後	体操・茶話会・ダンス・ミニバレー等
265	すこやか会	西新町公民館	高齢者サロン	月/1回 午前～午後	体操・茶話会・会食会等
266	ふれあいサロン飛鳥	ニュータウン飛鳥公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	体操・茶話会等
267	この指と～まれ	第2池田台自治公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	体操・出前講座・おやつ作り・そば打ち・世代間交流・茶話会等
268	ひなたぼっこ	上加納公民館	高齢者サロン	月/1回 午前	体操・レクリエーション・頭の体操・茶話会等
269	陽だまり遊友会	クリーン池田台公民館	高齢者サロン	月/2回 午前	レクリエーション・ものづくり・茶話会等
270	くつかけ健康教室	くつかけ公民館	高齢者サロン	月/1回 午後	座談・講座・会食・レクリエーション等
271	岡健康クラブ	岡区自治公民館	高齢者サロン	週/1回 午後	講座・会食・レクリエーション・筋トレ等
272	げんきかい	庵屋公民館	高齢者サロン	週/1回 午後	ゲーム・レクリエーション・体操等

273	大久保楽しもう会	大久保公民館	高齢者サロン	週/2回 午前～午後	座談・講座・会食・ゲーム・行事・作業・レクレーション・体操等
274	丸目乳岩クラブ	丸目研修センター	高齢者サロン	月/1回 午後	花壇の草刈り、グランドゴルフ、カラオケ等