南地区　元気の源　お宝マップ

①『ふれあい・いきいきサロン』

集会所などで、茶話会やレクリエーション、健康講座などを開催しています。
南地区では、7か所のサロンが開催されています。

(1)　恵比寿自治会交流サロン（恵比寿町）
(2)　南頬町3丁目長寿会（南頬町3丁目）
(3)　4丁目ふれあいいきいきサロン（南頬町4丁目）
(4)　田町いきいきサロン（田町1～4丁目）
(5)　美和町ふれあいいきいきサロン（美和町）
(6)　禾森町4丁目ふれあいいきいきサロン（禾森町4丁目）
(7)　おしゃべりサロン花の木（禾森町南）

⑧『南地区センター』

南地区センターは、南地区の拠点施設です。貸館の他、趣味活動や様々な教室が開催されています。また、南地区社協などの交流活動も開催されています。

水都公園には、「お腹ひねり」、「背のばしベンチ」が設置されています。

⑥⑦『老人福祉センター』

様々な「趣味の教室」が開催されています。
また、市内在住の60歳以上の方なら無料で入浴することができます。（毎週月・水・金曜日、12時00分～15時00分　※身分証の提示が必要です。）

④『趣味の教室』

老人福祉センターでは、体操・茶道・華道・書道・大正琴・民踊・園芸・俳句・中国気功などの教室を開催しています。市内在住60歳以上の方ならどなたでも入会できます。

②③⑤『介護予防教室』

介護予防に関するお話や体操などを行う教室です。皆さん交流を楽しみながら参加しています。

元気の源　お宝リスト

○住民活動

※令和6年10月時点

No	名称	場所	活動内容	日時	イチオシ！！
①	ふれあい・いきいきサロン	各自治会集会所など	南地区では、７か所のサロンが茶話会・レクリエーション・健康体操などの活動を行っています。	要確認 ※詳細は各自治会にお問い合わせください	「恵比寿町」「南頬町3丁目」「南頬町4丁目」「田町1～4丁目」「美和町」「禾森町4丁目」「禾森町南」の自治会で開催されています。

○健康活動

No	名称	場所	活動内容	日時	イチオシ！！
②	笑・話・歯 動場	老人福祉センター	みんなで楽しく笑いながらお話や運動を、毎月1回定期的に実施する教室です。	毎月第2火曜日 9時30分～ 11時00分	定期的に運動したい方は、ぜひご参加ください。 **申込先TEL：0584-75-2322** （市保健センター）
③	介護予防教室	まちなかケアセンター (南頬町1-118-1　2階)	介護予防に関するお話や体操、作品づくりなどを行う教室です。	要確認	開催情報は広報おおがきに掲載されます。 **問合先TEL：0584-71-8015** （まちなかケアセンター・リハビリサロン）
④	趣味の教室	老人福祉センター	体操・茶道・華道・書道・大正琴・三味線・民踊・俳句・中国気功・フォークダンスなどの教室を開催しています。 また、老人福祉センター内には入浴施設があり、市内在住の60歳以上の方なら無料で利用することができます。 （毎週月・水・金曜日、12時00分～15時00分 ※身分証の提示が必要です。）	要確認	市内在住の６０歳以上の方ならどなたでも入会できます。 **問合先TEL：0584-73-5002** （市老人福祉センター）
⑤	はじめの一歩 （介護予防教室）	老人福祉センター	介護予防に関するお話や体操などを行う教室です。	要確認	開催情報は社協だよりに掲載されます。 **問合先TEL：0584-77-2255** (総合在宅介護支援センター)
⑥	すみれの会	老人福祉センター	おおがき生き活き体操を行っています。	毎月第2・4水曜日 9時00分～ 11時00分	住民が主体となって活動をしています。 **問合先TEL：0584-75-2322** （市保健センター）
⑦	げんきの会	老人福祉センター	スクエアステップ・おおがき生き活き体操を行っています。	毎月第1・3木曜日 10時00分～ 12時00分	住民が主体となって活動をしています。 **問合先TEL：0584-73-5002** （市老人福祉センター）
⑧	水曜会	南地区センター	おおがき生き活き体操を行っています。 （要会費）	毎週水曜日 9時30分～ 11時00分	住民が主体となって活動をしています。 **問合先TEL：0584-75-2322** （市保健センター）

○民間活動

No	名称	場所	活動内容	日時	イチオシ！！
⑨	いるかのこそだて 子ども食堂	café＆kitchen どるふぃん (新田町3-23-2)	食事の提供、フードパントリーのほか、大人と子どもで楽しめる体験活動をしています	毎月第4日曜日 12時00分～ 13時30分	**Instagram** **@irukanokosodate** DMにてお問い合わせください