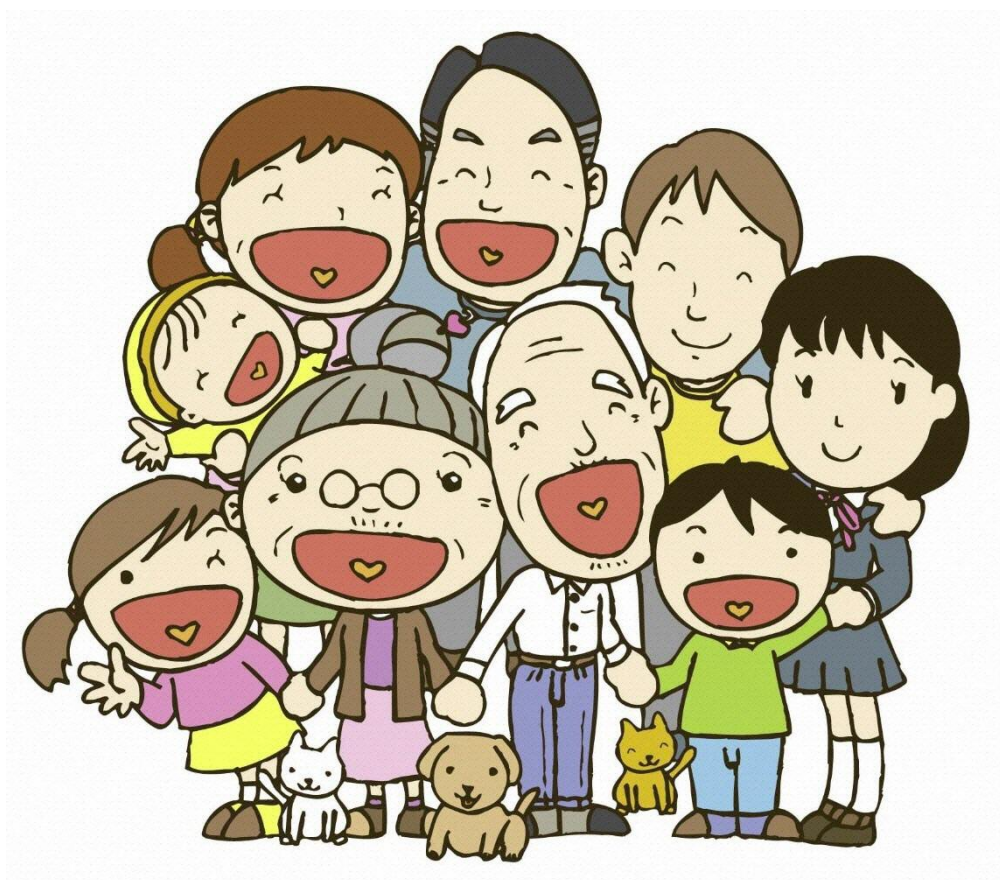
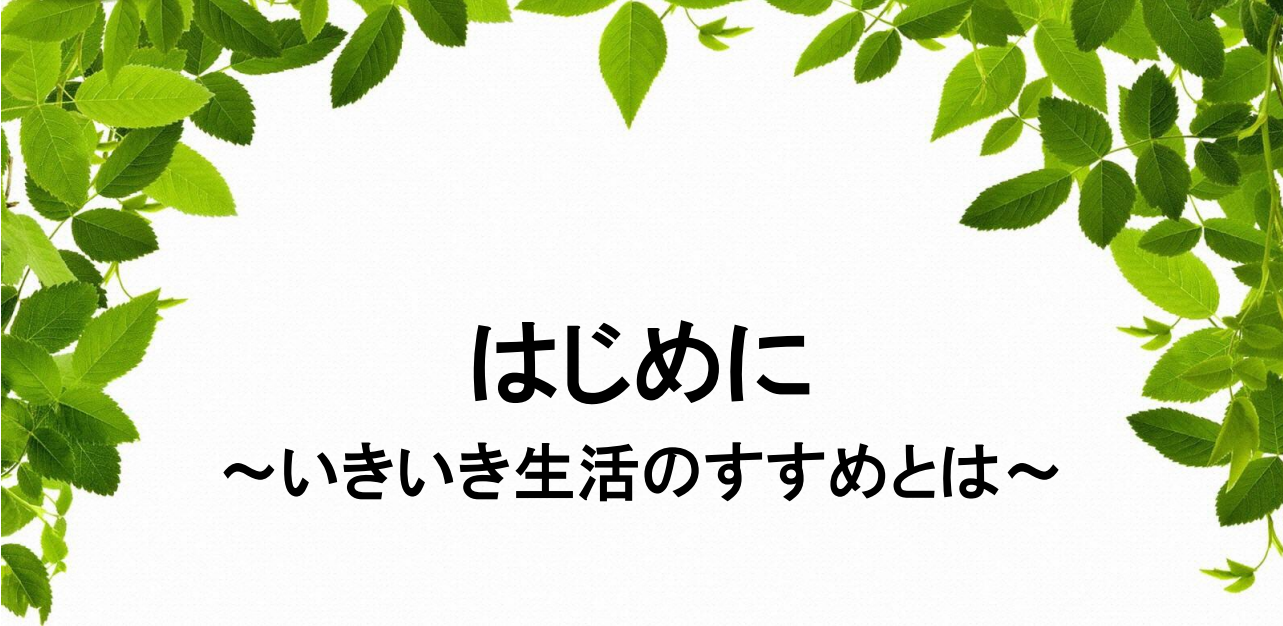


いきいき生活のすすめ

～お住まいの地域で楽しく暮らしていくために～



令和8年4月1日時点情報



はじめに

～いきいき生活のすすめとは～

超高齢社会となり、担い手となる若い世代の人口が減少する中、住み慣れた地域でいつまでも自分らしく暮らしていくために、地域における住民同士の支え合い活動の必要性が高まっています。

島田市では、「地域のつながりづくり」や住民同士の支え合いを目的とした活動や居場所づくりが広がっています。そこでは、地域の特徴や参加者の個性を活かした多様な取組が行われています。

この「いきいき生活のすすめ」では、さまざまな地域の通いの場や地域活動を紹介しています。活動に参加したい人も、お手伝いをしたい人も、ここから地域活動への一歩を踏み出してみませんか。

この冊子は令和8年3月31日現在の情報を掲載しています。
最新の情報は、島田市社会福祉協議会までお問合せください。【☎35-6244】
また、こちらに掲載されていない情報がありましたら、お知らせください。

地域の活動場所 ご案内

居場所

「誰でも」「いつでも」「自由に」を基本とし、地域の公民館や個人宅を開放して実施する、地域の交流の場です。新しい仲間との出会いや新たな趣味の発見ができることや地域の絆づくりなどが居場所の魅力です。

地域ふれあいサロン

町内ごとに公会堂などで、地域のボランティアスタッフが軽いレクリエーションなどを行い、楽しい時間を過ごします。同じ地域に住む方と出会い、歌や体操が介護予防にもなります。

しまトレ（しまだを元気にする体操）

公共施設や地域活動で、音楽に合わせて体を動かす「しまだ市っ歌りげんき体操」を中心に、筋力アップや転倒予防を目的とした体操を組み合わせ実施します。日常生活に必要な筋力やバランスをとる力などの維持向上を目指し、介護予防につなげます。

自主活動クラブ

趣味やおしゃべりなど、会によって様々な活動をしています。共通の趣味活動を通して、仲間と出会うことも魅力です。

生活支援サービス

日常生活のちょっとした困りごとを抱えている人たちを、地域の人たちが主体となって支えるサービスです。助けられたり、助けたり、おたがいさま“の気持ちで支え合う地域づくりを目指した活動です。

いきいきクラブ連合会

いきいきクラブ連合会は、地域のおおむね 60 歳以上の方が生きがいや仲間、健康づくりを基礎として、社会貢献をするためのクラブ活動を行っています。レクリエーションや奉仕活動等を通して、楽しくいきいきと活動をしています。

認知症カフェ

認知症の人や介護者の精神的・身体的負担の軽減を図り、生活と介護の両立を支援します。専門職が相談に乗ります。誰でも参加することができ、認知症についての理解を深めてもらう場でもあります。

★地区別一覧

* 時間帯などが変更になっている場合があります。

【市内全域】

どこにお住まいでも、参加・利用することができます。

名称	開催場所	開催日	時間	内容
収集ボランティア	島田市社会福祉協議会本所 3 階	第 4 水曜	9:30～11:30	使用済み切手やベルマークの整理、編み物等地域貢献活動
かなうえる地域貢献プロジェクト	かなうえる	第 2 木曜	10:00～11:30	
はーとちゃん家	第一生命島田ビル 3 階	毎週水曜	10:00～11:30	談話、工作、麻雀しまトレ など
サロン・ド・モネ	元島田公会堂	毎週火曜日	9:00～11:30	健康麻雀、情報交換（健康、生きがいづくりの話等）
だるま会	大井町公会堂	月曜・木曜 月 7 回	13:00～17:00（基本）	健康麻雀など
おおるり健康 マージャンサークル	プラザおおるり	第 1・3 水曜	9:15～11:15	* 参加費 750 円/1 回 * 人数制限があります。 * 詳細は島田市社協にお問合せください。
島田健康 マージャンサークル		第 2・4 火曜	9:30～11:30	
クリエート大楽	NPO 法人 未来クリエート	英会話や健康麻雀、色鉛筆講座など様々な講座や講演を行っています。（全 16 種類）		詳細は ☎ 36-4520 へお問い合わせください。 * 詳細は広報紙「みんなの輪」にてご確認ください。（事務所やプラザおおるりにあります）
はなみずきふれあい	保健福祉センターはなみずき	市役所本庁 1 階や保健福祉センターで配布している月ごとの一覧をご確認ください。同じ一覧を市のホームページでも公開しています。 各団体の活動詳細については ☎ 34-3288（包括ケア推進課）へお問い合わせください。		①ひまわりの会（手芸） ②コーラスあざみ（歌） ③ぎんの会（詩吟） ④カトレア会（大正琴） ⑤ペタンクしまだ（ニュースポーツ） ⑥楽ヨーガ（ヨガ） ⑦うづき（レクリエーション） ⑧さわやか麻雀同好会（健康麻雀）



【第一中学校区】

町内会	種別	名 称	会 場	開催日	開催時間
北部	しまトレ	みかん島トレ	北部ふれあいセンター	毎週火	13：30～
伊太・相賀	サロン	伊太・相賀ふれあいクラブ		第2金	10：00～11：30
伊太	居場所	さわやか～やくら	八倉町一丁目公会堂	毎週月	9：00～12：00
	しまトレ				10：00～
	居場所	遊楽	常磐町公会堂	第2または3月曜日	10：00～11：00
	しまトレ	しまトレ遊楽		毎週月	9：30～
	居場所	おしゃべりカフェ	梅の里コミュニティセンター	毎月最終週の月曜 (月によって変更あり)	9:30～11:30
	しまトレ	なかむらしまトレ		毎週月	10：00～
	しまトレ	東川根上島トレ	東川根上公民館	毎週金	9：30～
相賀	サロン	赤松・柳島なかよし会	赤松・柳島公会堂	第3月	10：00～
	しまトレ			毎週月	10：00
神座・鵜網	サロン	神座・鵜網さわやかクラブ	北部ふれあいセンター	第3金	10：00～11：30
	居場所	サロン・なかざわ	旧中澤宅	第2.4土	10：00～14：00
伊久美	サロン	やまびこクラブ	伊久身農業環境改善センター	年6回	開催日による
	しまトレ	お楽しみお話し会	川口公会堂	毎週金	9：00～10：00
	居場所				10：00～11：30 ※活動内容により終了時間が前後することがあります。
河原町	サロン	輦台みのりの会	河原町公会堂	第2水	9：30～11：00
	しまトレ				11：00～11：30
	居場所	みんなでつくる河原町の居場所	河原一丁目 15-49	第4水 (一般開放日) ※どなた様でも	10：30～12：30 都合により日時変更や中止になる場合がありますのでInstagramでご確認ください。
	居場所	なずな会	河原二丁目 17-2	最終土	10：00～12：00
稲荷町	サロン	さわやかいなり	稲荷町公会堂	第2火	10：00～12：00
	しまトレ	いなりでんでんクラブ		原則 毎週火・金	10：00～10:45
	居場所	地域話来園南天	地域話来園 南天	第1・3木	10：00～12：00
向谷町	しまトレ	しまトレ向谷	向谷町自治会館“木の香”	毎週土	10：00～
向谷元町	サロン	向谷元町ふれあいクラブ	向谷元町公会堂	第2・4火	8：30～13：00

	居場所 しまトレ	Smile（スマイル）		毎週火	12：30～13：30 13：00～
三ツ合町	居場所	三ツ合町の居場所 （自治会）	三ツ合町公会堂	毎週月・金	① 9：30～10：00 ② 10：30～11：00
	しまトレ	しぞ～かでん伝体操			
	サロン	みつあい健康クラブ		第3木	9：00～12：00
本通一丁目	サロン	たちばなクラブ	本通一丁目公会堂	月1回 (15日)	13：45～15：00
	しまトレ	菊月しまトレ		毎週月	13：00～13：30
大井町	しまトレ	しまトレみどり会	大井町公会堂	毎週土	10：00～11：00
扇町	サロン	ふれあいのぎくの里	扇町公会堂	第3水	9：30～11：30
	しまトレ	扇町島トレ		毎週木	10：00～
向島町	居場所	GreenGreeClub 向島	向島公会堂	第1.3水	13：00～14：50
	しまトレ	向島町でんでん体操		毎週水	15：00～15：40
第二小学校区	サロン	第2学区ふれあい健康体操の会 （すこやかクラブ）		第2水	9：30～11：30
宮川町	しまトレ	宮川町でんでん体操会	宮川町公会堂	毎週土	10：00～10：30
中溝町	居場所	中溝町駄菓子屋 「なかみぞさんち」	中溝町公会堂	毎週月・水	15：00～16：30
	サロン	中溝町健康クラブ		第4水	10：00～12：00
	しまトレ	健笑会		毎週月	10：00～
	居場所	居場所わらべ	中溝東公会堂	第1・3火 第1木	9：45～11：30
若松町	しまトレ	若松町しまトレ	若松町公会堂	毎週月	9：30～10：00
横井町	サロン	横井ふれあいサロン	横井町公会堂りばりん	第3木	10：00～12：00
	しまトレ	りばりんしまトレ		毎週金	10：00～

【いきいきクラブ】

自治会/町内会	名称	自治会/町内会	名称
稲荷町	稲友会	中溝町	健笑会
三ツ合町	三ッ和クラブ	身成	川島寿会
本通一丁目	菊月会		
大井町	みどり会		

☆いきいきクラブ連合会への
お問い合わせは
伊太なごみの里(☎37-7550)へ

【第二中学校区】

町内会	種別	名 称	会 場	開催日	開催時間
大川町	サロン	大川町すみれ会	大川町公会堂	第 3 水	9 : 30～13 : 00
新町通	自主事業	さんすい会	新町通り公会堂	第 3 水	13 : 00～15 : 00
	しまトレ	新町通りしまトレ会		毎週土	10 : 00～
本通六丁目	しまトレ	6 丁目しまトレ	本通六丁目公会堂	毎週木	9 : 30～
南町	サロン	南町お達者クラブ	南町公会堂	第 2 水	9 : 30～12 : 00
	しまトレ	南町しまトレ体操		毎週木	9 : 00～10 : 00
高砂町	サロン	高砂町すこやか会	高砂町公会堂	第 3 水	9 : 30～11 : 30
	しまトレ			毎週木	9 : 30～
	居場所	高・宝同好会		第 1.3 金	13 : 00～16 : 00
幸町	居場所	いきいきすみよし	幸町公会堂	第 2 水曜	10 : 00～15 : 00
	しまトレ	幸町フレイル予防体操	幸町公会堂	毎週水・土	10:00～
柳町	しまトレ	元気会	柳町公会堂	毎週月 ※祝日休み	10:00～11:00
大津通	居場所	よか倶楽部「すみれ」	大津通公会堂	第 2 水	13 : 15～15 : 15
	しまトレ	しまトレ いけいけクラブ		毎週火	13 : 30～
本通七丁目	サロン	七丁目ふれあいの会	本通 7 丁目公会堂	第 2 火	13 : 30～15 : 30
	しまトレ	七丁目島トレ		毎週火	13 : 30～
	しまトレ	福屋	福屋百貨店	毎週金	14 : 00～
祇園町	居場所	くすの木サークル	祇園町公会堂	第 2 ・ 4 月	10 : 00～11 : 30
新田町	しまトレ	和楽おもと会	新田町公会堂	毎週火	13 : 30～
	居場所	おもと会		第 3 火	19 : 00～20 : 30
花みずき 中央	しまトレ	居場所花みずき（友楽会）	花みずき中央自治会館	毎週火	9 : 00～
	居場所	声声唱歌唄おう会		第 1.3 月	10 : 00～12 : 00
旗指	しまトレ	旗指しまトレクラブ	旗指公会堂	毎週水	9 : 30～
	居場所				9 : 30～11 : 00
	居場所	旗指寿楽会		毎週火・木	9 : 30～11 : 00 ※しまトレも実施中
元島田	しまトレ	かたつむり	元島田公会堂	毎週月・土	13 : 30・9 : 00
	サロン	けやき元島田		最終金	10 : 00～11 : 30
松葉町	居場所	健康サロン	島田市福祉館あけぼの	毎週火・土 ※第 2 土曜日は金曜日に変更	13 : 30～16 : 00
旭町	サロン	旭町健康サロン	旭町公民館	第 1.3 火	9 : 30～11 : 00
	しまトレ	旭町しまトレ		毎週水	9 : 25～10 : 15
	居場所	旭町おしゃべりカフェ		毎月第 2 火	9 : 30～11 : 00
御飯屋町	居場所	御飯屋町居場所	御飯屋町公会堂	毎週月・水・	13 : 00～15 : 30

	しまトレ	元宮の会		金	13:00~15:00 15:00~16:00
	サロン	御飯屋町健康と ふれあいサロン		基本第2水 (月によって 変更あり)	9:30~11:30
上野田	居場所	ひまわりさん	上野田公会堂	第2土 第3.4金	13:00~15:30
西野田	居場所	にしんだ広場	西野田公会堂	毎週木	9:30~11:30
	しまトレ				10:00~
東野田	居場所	いい場所若葉会	東野田公会堂	第3木	9:30~11:30
落合	居場所	落合でんでん	落合公会堂	毎週木	9:00~12:00
	しまトレ				9:30~11:30
	居場所	落合でんでん(手芸の会)		毎週金	9:00~12:00
大草	居場所	極楽とんぼ	大草公会堂	毎週木	9:00~12:00
	しまトレ			毎週木	10:00~
尾川	居場所	尾川居場所	尾川公会堂	第3日	13:30~15:30
ばらの丘	居場所	ばらの丘居場所	ばらの丘コミュニティセン	第2.4金	10:00~14:00
	しまトレ	ばらの丘しまトレ	ター	毎週月	13:30~15:00
全域	しまトレ	はなみずきしまトレ	保健福祉センター	毎週金	10:15~

【いきいきクラブ】

自治会/町内会	名称	自治会/町内会	名称
高砂町	高宝会	旗指	寿楽会
旭町	喜楽会	本通七丁目	七福会
御飯屋町	元宮の会	元島田	元美会
中河町	友楽会		

☆いきいきクラブ連合会への
お問い合わせは
伊太なごみの里(☎ 37-7550)へ

【六合中学校区】

町内会	種別	名 称	会 場	開催日	開催時間
六合	しまトレ	ロクティしまトレ	六合公民館ロクティ	毎週月	10:00~
道悦島	サロン	道悦ふれあいの会		第4火	9:30~11:00
	居場所	きずなづくりナカヨシ 【休止中】	所有アパート一室	休止中	
	自主事業	陽だまりサロン「とちやま」	道悦1丁目公民館	第2木	9:30~11:30
	しまトレ			毎週木	9:30~
	居場所	宮下広場「友遊」	道悦島公民館	第2.4木	9:30~11:30
	自主事業	宮下カフェ	六合公民館ロクティ	年6回以上	9:30~11:30
	しまトレ	宮下島トレ	道悦島公民館	毎週木	9:30~

	しまトレ	八幡しまトレ		毎週月	9:00～ (8月のみ13:00)
	居場所	そら夢	道悦 そら夢	毎日	10:00～16:00
	自主事業	みんなのサロン「株木」	株木平公会堂	奇数月第2水	10:00～11:00
	居場所	みんなの居場所・株木		第2.4水※奇数月の第2水曜日はサロンを実施	9:30～10:15
	しまトレ	しまトレ株木		毎週水	9:30～
高島町	自主事業	高島カフェ	高島町公民館	奇数月第2水	9:30～11:30
	居場所	高島オープンデイ		偶数月第2水	9:30～11:30
東光寺	居場所	元気の会 東光寺	東光寺公会堂	毎週水	9:00～11:00
	しまトレ				9:00～10:00
阿知ケ谷	しまトレ	阿知ケ谷健康クラブ	阿知ケ谷公会堂 (阿知ケ谷防災センター)	毎週火	10:00～10:45
	自主活動	ゆかいな仲間たち ※令和8年4月から開催		毎週木	9:30～11:00
	自主活動	おどり		毎週土	9:30～11:00
	居場所	居場所ひまわり		第1.3土	13:00～16:00
岸町	サロン	岸町ふれあい交流会	岸町12組公民館	第1火	9:00～11:00
	しまトレ	岸町しまトレ		毎週木	10:00～
	居場所	岸町ひだまり	岸町1組公民館	第2・3・4木	9:30～11:30
	しまトレ	(かいどう・せんべやしまたトレ)			
東町	サロン	東町ふれあいタイム	東町公会堂ひなた	第3木	9:30～11:00
	しまトレ	しまトレひなた		毎週火	10:00～
	居場所	かがやき	六合東町1丁目1組公会堂	第1.3火 (変動あり)	13:00～15:00
	しまトレ	ひがし町しまトレ	あったか広場一会 地域交流室	毎週金	10:00～
	しまトレ	ひまわり	東町11組公民館	毎週木	13:30～
	しまトレ	16-1組 しまトレ	東町16-1組公会堂	毎週月	9:30～
	しまトレ	菜の花会	東町4丁目12組集会所	毎週水	10:00～
	居場所	東町トランポウォーク会	東町公会堂ひなた	毎週木	9:00～11:00
	居場所	駄菓子屋ひがしんち		第1.3水	15:00～16:30 ※8月休みあり

『いきいきクラブ』

自治会/町内会	名称
道悦	寿会
東町	延寿会

☆いきいきクラブ連合会への

お問い合わせは

伊太なごみの里(☎37-7550)へ

【初倉中学校区】

町内会	種別	名 称	会 場	開催日	開催時間
初倉全域	サロン	はつくら健康クラブ	初倉公民館くらら	第 3 木	10：00～11：30
		はつくら健康クラブ (ひだまり)		第 5 木	
	しまトレ	はつくらでん伝		毎週水	9：30～10：30 13：15～14：15
	自主事業	楽遊会		第 2 金	9：30～11：30
湯日	サロン	しろやまサロン	初倉西部ふれあいセンター	第 2 水	9：00～13：00
	しまトレ	湯日でんでんおちゃのみ会		毎週火	13：30～14：30
下湯日	サロン	下湯日悠遊クラブ	下湯日公民館	基本第 3 水	9：00～12：30
色尾	しまトレ	色尾西元気クラブ	色尾西公民館	毎週月	9：30～10：30
谷口	サロン	谷口ふれあいひまわり会	谷口下公民館	第 2 木	9：15～11：30
	居場所	谷口 元気の会		毎週火	9：30～11：30
大柳	サロン	大柳の健康を守る会	大柳公民館	第 3 水	10：00～11：30
	居場所	繭のなか（シニア・食事）	代表者宅	第 2 水	12：00～14：00
中河	サロン	中河ほのぼの会	中河公民館	第 1 水	9：30～12：30
	しまトレ	みどりの園しまトレ	みどりの園	毎週木	10：00～10：30
井口	サロン	井口ふれあいクラブ	井口公会堂	第 2・4 火	9：30～11：30
	しまトレ	井口げんき体操		毎週月	9：30～11：00
南原	居場所	南茶カフェ	南原公民館	第 2.4 火	13：00～15：30
	サロン	南原いきがいクラブ		第 2 木	10：00～12：00
	しまトレ	南原しまトレクラブ		毎週月	9：30～10：30
岡田	サロン	サロンおかだ	岡田公会堂	第 2 火	9：30～11：30
	しまトレ	岡田でんでん		毎週月・金	9：30～10：30
月坂	サロン	ほっと月坂	月坂一丁目公会堂	第 1 月	10：00～11：30
	しまトレ	月坂でんでん		毎週金	13：30～
	しまトレ	月坂二丁目しまトレ	月坂二丁目公民館	毎週金	13：30～14:30
	居場所	ゆったり月坂		毎週水	9：00～12：00 13：00～15：30

【いきいきクラブ】

自治会・町内会	名称	自治会・町内会	名称
色尾	むつみ会	井口	ときわ会
谷口	敬満会	岡田	長生会
大柳	満月会	月坂一丁目	翡翠会

☆いきいきクラブ連合会への
お問い合わせは
伊太なごみの里(☎ 37-7550)へ

【金谷中学校区】

町内会	種別	名 称	会 場	開催日	開催時間
神谷城	しまトレ	神健会	神谷城西公民館	毎週火	9：30～10：30
	居場所				9：30～11：00
菊川	しまトレ	菊川しまトレ	菊川の里会館	毎週日	9：00～
牧の原	サロン	陽だまり広場	さんらいむ	年 6 回	10：00～14：00
猪土居	しまトレ	ハートマックス	猪土居老人憩いの家 (猪土居公民館)	毎週火・水・木 ※水曜日は体操なし	13：00～16：00
	居場所				
城山	しまトレ	城山しまトレ【休止中】	城山町公民館	毎週日	9：30～
金谷南町	居場所	おいでや～会	南町公民館	第 2.4 火	9：00～11：30
金谷清水	居場所	清水憩いの会	清水公会堂	第 2.4 木	13：30～15：00
金谷 天王町	サロン	PPK てんのう・にけんや	天王町公会堂	毎週月・木 (祝日休み)	9：30～11：00
	しまトレ				9：30～
	居場所				13：00～16：00
金谷 二軒家	しまトレ	しまトレ二軒家	二軒家公会堂	毎週土	9：00～10:30
金谷 宮崎町	居場所	宮崎町見守る会	金谷地区社会福祉協議会事 務所（金谷宮崎町）	毎週火	9：00～
	しまトレ				9：30～
金谷中町	居場所	中町居場所福祉の会	金谷中町公民館	第 3 土	10:00～12:00
	しまトレ	しまトレ金谷中町町内会		毎週木	9:30～10：30
金谷扇町	しまトレ	扇町しまトレ	扇町公民館	毎週金	10：00～
金谷栄町	しまトレ	栄寿会	栄町公会堂	毎週月	9：30～
	居場所	よってこ会		第 3 金	9：30～12：00
	しまトレ	ケアパークそよ風しまトレ	ケアパークそよ風	毎週水	13：30～
金谷 代官町	しまトレ	きらく	代官町公民館	毎週木	9：00～12：00
	居場所				
金谷 根岸町	しまトレ	金谷根岸町しまトレ	根岸町公民館	毎週火	9：00～
	居場所	みんなの居々場所		第 2.4 土	9：00～12：00
下志戸呂	しまトレ	下志戸呂しまトレ	下志戸呂公民館	毎週火	9：30～
金谷泉町	サロン	ふれあいいずみ	泉町公会堂	毎週水	9：30～11：30
	しまトレ				10：00～
	居場所	居場所 わっ・わっ・いずみの輪		第 2.4 月	10：00～12：00
金谷東町	サロン	エミデルサロン	東会館	11 日・第 4 土	9：00～12：00
	しまトレ			11 日・15 日 第 4 土	9：45～10：15
北五和	しまトレ	しまトレ北五和	北五和会館	毎週木	9：30～

横岡	しまトレ	横岡公会堂しまトレ	横岡老人生きがいセンター	毎週火	9：30～
	居場所	しまトレかまや	横岡上地域農業技術センター	第 2.4 金	9：00～12：00
	しまトレ				
竹下	居場所	竹下区居場所 竹ちゃん	竹下公民館	第 1.3 土	9：30～11：30
牛尾	しまトレ	牛尾自治会	牛尾区構造改善センター	毎週水	9：00～10：00
	居場所	笑みの会		最終水曜	9：00～10：30
島	サロン	おしゃべり会	島公民館	第 2 月	9：30～11：30
				第 1. 2 火	9：00～12：00
	しまトレ	島しまトレ会		毎週金	9：00～
	居場所		ひだまりカフェ内	第 1.3 水	10：00～15：00
		ひだまりサロン		第 4 日	10：00～15：00 ＊昼で終了あり
番生寺	しまトレ	番しまトレ	番生寺会館	毎週火	10：00～10：30
志戸呂	自主活動	志戸呂ふれあいサロン	志戸呂上簡易老人憩いの家 谷北会館	第 3 土	9：30～11：30
	しまトレ	志戸呂上・谷北団地		毎週月	10：00～11：30
	居場所	ふれあいカフェ志戸呂		毎週月	10：00～11：30
大代	サロン	大代ふれあいサロン	大代公民館	第 3 土（基本）	9：30～11：30
	しまトレ	大代自治会しまトレ		毎週金	9：30～
	しまトレ	栗島しまトレ	栗島公民館	毎週月	9：30～
金谷全域	居場所	居場所ぽればれ	金谷地区社会福祉協議会事務所（金谷宮崎町）	第 2.4 水	9：00～15：00
		みんなの居場所駄菓子屋 ぽればれ堂		毎週水 毎週土	15：00～16：30 9：00～12：00
	サロン	わたげの広場		第 1.3.5 水	9：00～15：00
	しまトレ	元気しまトレかなや		金谷南地域交流センター 2 階	毎週木 （祝日休み）

金谷中学校区 『いきいきクラブ』

自治会/町内会	団体名	自治会/町内会	団体名
猪土居	猪老会	根岸町	千歳会
宮崎町	姫寿会	代官町	若葉会
金谷栄町	栄寿会	泉町	弥生会

【川根中学校区】

町内会	種別	名 称	会 場	開催日	開催時間
家山	居場所	ちゃのみ	西向集会所	毎週金	9：00～12：00
	しまトレ				9：15～
	居場所	居場所さくら	ふれあい健康プラザ	毎週木	13：00～15：00
	しまトレ				13：30～
	しまトレ	家山しまトレ	鈴木医院	毎週土	13：30～
	しまトレ	東部千歳会	川根地区センターちゃくら	毎週火	13：00～
	しまトレ	しまトレちゃくら		毎週水	13：30～
石風呂	居場所	明寿会 石風呂	石風呂集会所	毎週木	9：00～11：00
	しまトレ				9：00～
葛籠	居場所	いい友 いっぷく	旧茶工場	毎日	8：30～21：00 ※常時開放
	居場所	元気な葛籠	葛籠集会所	毎週木	9：00～11:00
	しまトレ				8：30～
抜里	居場所	まちなかサロン	ぬくり交流センター	第3木	9：30～11：30
	居場所	ふれあいプラザぬくり		毎週月	9：30～16：00
	しまトレ				9：30～
身成	居場所	ばあばカフェ	ふる里茶屋	第2火	10：00～12：00
	しまトレ	ウエルシアシニア応援隊	ウエルシア島田川根店	毎週月・水	10：00～
	しまトレ	原八坂 あがりはな	原地区多目的集会施設	毎週木	9：30～
	しまトレ	身成クローバー会	北堀集会場	毎週金	9：30～
笹間	サロン	笹間ボランティアグループ まめったい会	山村都市交流センター ささま	年8回	9：30～12：00
	自主活動	ひまわりの会		年4回	13：00～15：00
	しまトレ	笹間しまトレ		毎週月	13：00～
	居場所	みんなでいかっ会		不定期	13：30～15：00
	居場所	みんなの居場所かたるや	旧入屋宅	第2・4木	10：00～16：00
川根全域	しまトレ	しまトレ「川根温泉」	川根温泉	毎週水	10：30～

★生活支援サービス

日常生活の「ちょっとした困りごと」をお手伝い



※サービス利用は該当する地域にお住まいの方に限ります。

名称	利用詳細	実施日時／問合せ
さくら応援隊 (河原町・稲荷町・ 向谷町・向谷元町・ 三ツ合町)	◆利用したい <利用料> 500 円/時間 ※ゴミ出しは 150 円/回 <内容> 買い物代行、住居の清掃、話し相手等	月曜～土曜 8:00～17:00
道悦島応援隊	◆サポートしたい <内容> 自分にできる活動。 <手当> ゴミ出し 100 円/回 ゴミ出し以外 400 円/時間	
岸町応援隊		
東町応援隊	◆利用したい <利用料> 500 円/時間 ※ゴミ出しは 150 円/回 <内容> 草取り、ゴミ出し ◆サポートしたい <内容> 自分にできる活動。 <手当> ゴミ出し 150 円/回 ゴミ出し以外 500 円/時間	月曜～金曜 8:00～17:00
金谷応援隊	◆利用したい <入会費> 1,000 円 <利用料> 500 円/時間 ※ゴミ出しは 150 円/回 <内容> 買い物代行、住居の清掃、話し相手等 ◆サポートしたい <内容> 自分にできる活動。 <手当> ゴミ出し 100 円/回 ゴミ出し以外 400 円/時間	月曜～土曜 8:00～17:00
月坂生活支援サービス隊	◆利用したい <利用料> 500 円/時間 ※ゴミ出しは 100 円/回 <内容> 住居の清掃、話し相手等 ◆サポートしたい <内容> 自分にできる活動。 <手当> ゴミ出し 100 円/回 ゴミ出し以外 500 円/時間	月曜～日曜 8:30～18:00
NPO 法人 未来クリエート 21	賛助会費：3,000 円/月 1 時間：700 円 <内容> 家の掃除、調理、ゴミ出し、草取り等	TEL：36-4520 (午前中のみ)

※応援隊の詳細は、島田市社会福祉協議会地域つながり推進班（TEL 3 5 - 6 2 4 4）へ
お問合せください。

★認知症カフェ

* 認知症の方やそのご家族、地域の誰もが気軽に参加できる場所です。

認知症に関する相談に応じます

・さんなか+カフェ

不定期開催 13:30~15:15

介護老人保健施設アポロン（中溝町）

☎ 33-0882（高齢者あんしんセンター第一）

・東町オレンジカフェ

毎月第3土曜日 10:00~12:00

あったか広場一会（東町）

☎ 32-9699

・オレンジサークル

不定期開催（概ね4か月に1回）

10:00~11:30

初倉公民館「くらら」多目的ホール（阪本）

☎ 30-0617（高齢者あんしんセンター初倉）

・さくらお茶のみ会

毎月第1木曜日 14:00~15:00

川根力おでかけさくら（川根町家山）

☎ 53-2010（グループホーム汽笛）

・島田オレンジカフェ

不定期開催土曜日 14:00~15:30

みどりや健康ステーション（中央町）

☎ 34-5577（みどりや薬局）

・はつくらカフェ

不定期開催（概ね4か月に1回）

10:00~12:00

特別養護老人ホーム ほたるの丘（阪本）

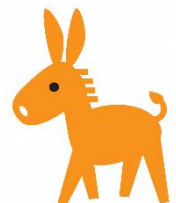
☎ 30-0617（高齢者あんしんセンター初倉）

・ひなたぼっこカフェ

毎月第3土曜日 13:30~15:00

かなうえる（金谷代官町）

☎ 45-5610（高齢者あんしんセンター金谷）



★介護する家族のためのつどい

・認知症家族のつどい

毎月第2もしくは第3月曜日 13:30~

15:00

島田市役所 会議室 203

★身近なことからお手伝い「ボランティア活動」

【こども食堂】

＊地域のこどもたちのために、食事づくり等のお手伝い

＊詳細は、島田市社会福祉協議会にお問合せください ☎35-6244



名 称	開催日	開催場所
はつくらこども食堂	毎月最終土曜日 11：30～	初倉公民館くらら
あい愛カフェ	基本 毎月第4日曜日	東町公会堂ひなた
おおつこども食堂	毎月第2土曜日 11：30～12：30	大津農村環境改善センター
いなりなるちゃん食堂	毎月第4土曜日	稲荷町公会堂
ひだまりカフェCCキッチン	火曜日以外 10：00～14：00	フリースペースうえるび～内
陽の気こども食堂	毎月1回日曜日 11：00～13：30	天理教西駿分教会（三ッ合町）
いけがやさんち	毎月第3土曜日	代表者宅（中溝町）
まごころ職人食堂	土曜日（月1～2回） ※会場都合により変動	六合公民館ロクティ
子ども食堂ベベちゃん	基本 毎月最終日曜日	東町公会堂ひなた

【おうちボランティア】

○自宅でコツコツボランティア

- ＊ベルマークの仕分け、点数計算
- ＊使用済切手の整理
- ＊雑巾、ウエスの作成
- ＊新聞紙のゴミ箱づくり など

○月1回、仲間とボランティア

【島田地区】

日時：毎月第4水曜日 9：30～11：30

場所：島田市社会福祉協議会

【金谷地区】

日時：毎月第2木曜日 10：00～11：30

場所：金谷地区生活交流拠点 かなうえるロビー

内容：ベルマークの仕分け、使用済み切手の整理



★他にも、マスコット作りや絵手紙など、ご自身の「得意」「特技」がボランティア活動につながります！

詳しくはお問い合わせください（島田市社会福祉協議会 ☎35-6244）

お 問 合 せ 先

◇居場所、自主活動クラブ、生活支援サービス、 こども食堂、ボランティア活動 について…

島田市社会福祉協議会

住所 島田市大津通 2 番の 1

電話 0 5 4 7 - 3 5 - 6 2 4 4



◇サロン、しまトレ、認知症カフェについて…

島田市健康福祉部包括ケア推進課

住所 島田市中心部 1 番の 1 (市役所本庁舎 1 階 11 番窓口)

電話 0 5 4 7 - 3 4 - 3 2 8 8



◇高齢者のための総合相談窓口は・・・

中学校区	担当の高齢者あんしんセンター
第一中学校	高齢者あんしんセンター第一 住所 島田市中溝町 1714 番地の 1 (介護老人保健施設「アポロン」内) 電話 0547-33-0882
第二中学校	高齢者あんしんセンター第二 25 番窓口 住所 島田市中央町 1 番の 1 (島田市役所庁舎内 1 階) 電話 0547-34-3240
六合中学校	高齢者あんしんセンター六合 住所 島田市道悦五丁目 13 番 3 号 (六合公民館「ロクティ」内) 電話 0547-32-9699
初倉中学校	高齢者あんしんセンター初倉 住所 島田市阪本 1336 番地の 1 (初倉地域総合センター「くらら」内) 電話 0547-30-0617
金谷中学校	高齢者あんしんセンター金谷 住所 島田市金谷代官町 3400 番地 (金谷地区生活交流拠点施設かなうえる内) 電話 0547-45-5610
川根中学校	高齢者あんしんセンター川根 住所 島田市川根町身成 3298-8 電話 0547-58-0321

この冊子に関する問い合わせ先

島 田 市 役 所

〒427-8501 島田市中央町 1 番の1

長寿介護課 総合窓口 電話(0547)34-3298

長寿介護課 高齢者政策係 電話(0547)34-3293

包括ケア推進課 地域支援係 電話(0547)34-3288

包括ケア推進課 連携推進係 電話(0547)34-3296

申請書は、各支所でも受け付けています。

金 谷 支 所 金 谷 地 域 総 合 課 地 域 総 合 係

〒428-0012 島田市金谷代官町3400番地

電話(0547)46-3566

川 根 支 所 川 根 地 域 総 合 課 地 域 総 合 係

〒428-0104 島田市川根町家山4153番地の6

電話(0547)53-4581

「高齢者見守りネットワーク」シンボルマーク



「クローバー」に青いS字（島田市ネットワーク、大井川）
温かい心（赤いハート）で地域団体等（緑のハート）が
気持ちを一つにして高齢者を支援する。

 島 田 市 緑 茶 化 計 画

