

能代市全域 通いの場一覧（令和7年6月30日現在）

「通いの場」は、高齢者をはじめとした地域の住民が集い、つながりが生まれる場であり、地域の介護予防の拠点となる場所でもあります。住み慣れた地域でいきいきと安心して暮らしていくために、体操・趣味・生涯学習・多世代交流など様々な活動を通して、「生きがいつくり」や「仲間づくり」の輪を広げてみませんか？ 自分のお住まいの地域にある通いの場をチェックし、ぜひ参加してみましょう。

【問い合わせ先 電話番号】

- | | | | |
|---------------|-----------------------|----------------|---------|
| ○能代市社会福祉協議会 | 89-6000 | ○南地域包括支援センター | 74-6700 |
| ○本庁地域包括支援センター | 74-7156、080-6448-3804 | ○ニツ井地域包括支援センター | 73-6662 |
| ○北地域包括支援センター | 74-7730 | ○能代市長寿いきがい課 | 89-5355 |

No.	地区	団体名	活動場所	活動日	活動時間	参加費	主な活動内容	問い合わせ先
1	本庁地区	ぬくもり喫茶	代表者宅	毎月最終木曜日	12時～15時半過ぎ	100円/回	手芸等	能代市社会福祉協議会
2	本庁地区	精神保健福祉ボランティア ア萌の会	サンピノ	毎月第2木曜日	13時～		おしゃべり	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
3	本庁地区	むつみ会	代表者宅	月1回（1～3月 はお休み）		300円	おしゃべり、歌、体操、出前講座等	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
4	本庁地区	ちゅちゅ	働く婦人の家 ほか	月2回程度		無料	子ども用品のリユース会、 傾聴ひろば	能代市社会福祉協議会
5	本庁地区	傾聴の会・ひとやすみ	サンピノ	毎月第3土曜日	13時～15時	無料	傾聴、体操、ゲーム、脳トレ等	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
6	本庁地区	あそびのひろば・ぱれっと	広域交流センター	毎月第4水曜日		200円	子どもと一緒に遊んで食べておしゃべりをする会	能代市社会福祉協議会

No.	地区	団体名	活動場所	活動日	活動時間	参加費	主な活動内容	問い合わせ先
7	本庁地区	虹の音サロン	能代キリスト教会	毎月最終火曜日	10時～11時半	無料	手持ちの楽器で音楽を楽しむ、茶話	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
8	本庁地区	家族介護者の集い ドリームの会	サンピノ	毎月第2金曜日	13時～15時	1,300円/年	「楽する介護」を目標に、 お話会、交流会を開催	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
9	本庁地区	ゴッコサロン	保坂福祉会館 「松寿園」	毎月第3金曜日		無料	お茶のサービス、歌、体操	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
10	本庁地区	らく・楽 サロンさんぽ 道	健康館	毎月第4木曜日	13時半～15時半	無料	健康教室、楽器演奏の鑑賞、 歌の交流、クイズ等	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
11	本庁地区	絵手紙あじさいの会	サンピノ	毎月第1月曜日		無料	絵手紙、ゲーム、軽体操等	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
12	本庁地区	健康教室スマイルサロン	能代弘道館、サンピノ	毎月第1・3火曜日、 第2・4木曜日	火曜：18時半～20時半 木曜：13時20分～14時20分	500円/月	ストレッチ、リズム運動、 バランスボール、筋トレ、 脳トレ、おしゃべり等	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
13	本庁地区	あったかい“わ”	のしろ交流プラザCoco Wa（予定）	毎月第1日曜日	13時～15時	100円/回	語り合い、軽運動、頭の体操、 イベント	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
14	本庁地区	健康華齢教室	サンピノ	毎月3～4回	平日13時半～14時45分	400円/回	健康運動指導士による中高年向けの 体操教室	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター
15	本庁地区	おしゃべりサロン	能代市富町7番7号	毎月第3金曜日		200円	高齢者が安心・安全に暮らすための 情報交換	能代市社会福祉協議会 本庁地域包括支援センター

No.	地区	団体名	活動場所	活動日	活動時間	参加費	主な活動内容	問い合わせ先
16	本庁地区	わなあお	サンピノ集会交流室	毎月第4金曜日 (金曜日が祝日の場合はその前日)		要問合せ	不登校・ひきこもりのケアをしている親や家族のための情報交換会	能代市社会福祉協議会
17	本庁地区	チームオレンジ遊	元町オレンジカフェ	毎週水曜日	13時～16時	無料	趣味・健康活動等	長寿いきがい課
18	本庁地区	チームオレンジちゃん ちゃん	サンピノ	毎週火曜日	10時～11時半	800円/月	健康体操、脳トレ、参加者の交流	長寿いきがい課
19	本庁地区 など	クローバー友の会	東部・南部公民館、サンピノ	第2・4金曜日	第2金曜：13時半～15時半 第4金曜：10時～12時	200円/月	体操・手芸・ヨガ ※女性限定	本庁地域包括支援センター 南地域包括支援センター
20	榊地区	にこにこサロン	松長自治会館	毎月第3水曜日	13時～	100円	新年会、忘年会、日帰りレクリエーション、出前講座、情報交換、雑談	能代市社会福祉協議会
21	榊地区	傾聴ボランティア「絆の会」	長崎集会所	毎月5日		無料	歌、ゲーム、季節ごとの遊び、工作、踊り、お話等	能代市社会福祉協議会
22	榊地区	松長布ラージボールの会	松長自治会館	毎週火・土曜日		100円/回	ラージボールでの適度な運動、トークタイム	能代市社会福祉協議会
23	向能代地区	おらほの産科小児科を守る会	代表者・会員自宅、カフェ	2か月に1回		500円/回 (食事は別で実費)	育児等の座談会、助産師を招いた勉強会	能代市社会福祉協議会
24	向能代地区	向能代子ども食堂	向能代公民館	毎月第4土曜日		子ども・学生：無料 大人：300円	子ども食堂としての居場所づくり	能代市社会福祉協議会

No.	地区	団体名	活動場所	活動日	活動時間	参加費	主な活動内容	問い合わせ先
25	向能代地区	たけちゃんサロン	たけや商店	毎月20日	10時～15時	無料	折り紙、脳トレ、パズル等	能代市社会福祉協議会 北地域包括支援センター
26	向能代地区	オカリナの花	向能代公民館	毎月第2・4金曜日		無料	オカリナの演奏	能代市社会福祉協議会
27	向能代地区	成田宗豊社中	代表者宅	週3回	午前中	500円/回	茶話会	北地域包括支援センター
28	鶴形地区	鶴形いきいきサロン 「語るべ！！」	鶴形地域センター	月1回程度（月の下旬の木曜日）		無料	お菓子を食べながら歓談、脳トレ、軽体操、健康相談	能代市社会福祉協議会
29	常盤地区	ときわ会	常盤地域センター	年10回（不定期）	午前中	500円（昼食代）	作品づくり、健康づくり、ゲーム遊び、観光地巡り	能代市社会福祉協議会 北地域包括支援センター
30	常盤地区	とどろき会	轟集会所	不定期	主に午前中	開催内容により徴収有	茶話会、イベント等	北地域包括支援センター
31	二ツ井地区	いきいきサロン おばちゃんズ	杉ホールひびき	毎月第1・3土曜日	10時～15時	100円（手芸代金は100～300円位）	手芸をしながらお茶・お菓子でおしゃべり、脳トレ、料理	能代市社会福祉協議会
32	二ツ井地区	和の会	二ツ井公民館二ツ井分館	毎月8日		年会費1,000円	おしゃべり、歌、スポーツ、講師を呼んだ講座等 ※松寿会への加入が必要	能代市社会福祉協議会
33	二ツ井地区	切石なでしこ	切石コミュニティセンター	第2・4木曜日	13時～15時	400円/回	ストレッチ、有酸素運動、談話	二ツ井地域包括支援センター
34	二ツ井地区	なやめ～る会	安井整骨院	第2・4金曜日	13時～15時	200円/回	ストレッチ、有酸素運動、談話	二ツ井地域包括支援センター
35	二ツ井地区	宝来町おとこ組	安井整骨院	第2・4火曜日	13時～15時	なし	ストレッチ、有酸素運動、談話 ※男性限定	二ツ井地域包括支援センター