



つどいの場 一覧



【目次】

(内町・外町・物部・上物部・千草)

- ・内町地区 P.2～3
- ・外町地区 P.4～5
- ・物部、上物部地区 P.5～6
- ・千草地区 P.6～7

(加茂・納・大野)

- ・加茂地区 P.7～8
- ・納地区 P.8
- ・大野地区 P.8～9

(由良・上灘)

- ・由良地区 P.12
- ・上灘地区 P.12

(潮・安乎・中川原)

- ・潮地区 P.9～10
- ・安乎地区 P.10～11
- ・中川原地区 P.12

(五色地域)

- ・都志地区 P.13～14
- ・鮎原地区 P.14～15
- ・広石地区 P.15～16
- ・鳥飼、堺地区、その他 P.16～17

【掲載状況】

いきいき百歳体操 78グループ
ふれあいサロン 63サロン

ふれあい給食 12会場
すこやかクラブ洲本 33クラブ

元気はつらつ教室 5教室 ミニデイサービス 6会場

※参加を検討される際は各問合せ先にご確認下さい。

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

【洲本地区】

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先	
内 町	内町 全体	いき百	泉グループ	やまて会館 (2Fラウンジ)	水曜日 13:00～	6名	無料	かみかみ百歳体操実施 ※どなたでも参加可能	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
			さくらグループ	やまて会館 (2Fラウンジ)	金曜日 10:00～	4名	無料	かみかみ百歳体操実施 ※どなたでも参加可能	
			生励会	やまて会館 (2Fラウンジ)	土曜日 13:30～	7名	無料	かみかみ百歳体操実施 ※どなたでも参加可能	
		元気	元気はつらつ教室	やまて会館 (3階多目的室)	毎月第1木曜日 10:00～11:30	30名	無料	【内 容】血圧測定、健康相談、音楽療法/運動療法 ※どなたでも参加可能	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		サ ロ ン	内美会	洲本バスセンター 周辺花壇	第1・2日曜日 7:00～9:00	12名	無料	地域住民の交流の場(花壇清掃・茶話会など)	
			ふれあい喫茶 きさらぎ会	やまて会館	第1火曜日 9:30～11:30	—	随時	コーヒーなど(100円)、クッキー(100円) ※どなたでも参加可能	
			オレンジカフェ 「やすらぎ学園」	やまて会館 (多目的ホール)	第1・3金曜日 10:00～15:00	25名	—	コーヒー(50円)、軽食(200円) ※どなたでも参加可能	
	給食	ふれあい給食内町地区	やまて会館	随時(年5回) 11:00～12:30	90名	200円	概ね75歳以上のひとり暮らし高齢者対象 ※お弁当を配布 ※送迎なし		
	ミニ	デイハウス洲本カナリア	やまて会館 (2F研修室1)	毎週火曜日 9:00～15:00	30名	400円	年会費(1,000円) 送迎あり(要相談) *いき百も実施しています。		
	漁師町	サ ロ ン	はまゆう会	臨港道路など	第2日曜日 7:00～9:00	20名	随時	地域住民の交流の場(清掃活動・茶話会など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
			和い和いサロン	個人宅	毎週日曜日 10:30～14:30	25名	無料	ふれあい喫茶 コーヒー(100円)	
		すく	漁師町老人クラブ	内町消防コミュニ ティセンター	随時	30名	—	清掃・趣味の講座	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
西汐見町	いき百	汐見町グループ	やまて会館 (2Fラウンジ)	金曜日 13:30～	7名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600	

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先	
内 町	馬場町	すく	馬場町老人クラブ	内町消防コミュニ ティセンター	随時	30名	—	運動会参加・清掃・友愛訪問・防災研修会・交通安全 教室・人権研修会・ウォーキング・三熊山登山	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	大工町	いき百	大工町クラブ	やまて会館 (2Fラウンジ)	火曜日 13:00～	17名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	大工町クラブ	大浜公園など	随時(年12回) 9:00～10:00	10名	無料	地域住民の交流の場(清掃活動・お出かけなど)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		すく	大工町寿会	内町消防コミュニ ティセンター	随時	30名	—	運動会参加・清掃・善意の日啓発活動・防災研修会・ 人権研修会・趣味の講座・ウォーキング	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	大工町 馬場町	いき百	大馬グループ	やまて会館 (2Fラウンジ)	木曜日 13:00～	8名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
	細工町	いき百	細工町グループ	やまて会館 (2Fラウンジ)	水曜日 14:30～	9名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
	小路谷	いき百	小路谷老人クラブ	小路谷公民館	月曜日 13:30～	10名	無料		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	にこにこサロン	小路谷公民館	毎週月曜日 13:30～15:00	15名	無料	地域住民の交流の場(茶話会など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		すく	小路谷老人クラブ	小路谷公民館	随時	40名	—	運動会参加・友愛訪問・料理教室・交通安全教室・人 権研修会・趣味の講座・ウォーキング	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	内通町	いき百	3丁目百歳体操の集い	内通老人憩いの 辻本嘉三郎会館	火曜日 13:30～	5名	200円/月		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		すく	内通町老人クラブ	内通老人憩いの 辻本嘉三郎会館	随時	40名	—	運動会参加・喫茶・料理教室・食事会	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	船場町	いき百	船場町グループ	やまて会館 (2Fラウンジ)	金曜日 14:30～	8名	無料		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	せんば・サロン	淡路クッキング スクール	日曜日(年12回) 11:00～14:00	15名	300円	地域住民の交流の場(食事会・茶話会など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		すく	船場町老人クラブ	内町消防コミュニ ティセンター	随時	50名	—	運動会参加・友愛訪問・交通立ち番・交通安全教室・ 人権研修会・防災学習会・ウォーキング	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先	
外 町	外町 全体	いき百	百歳体操交流会	洲本中央公民館	日曜日 10:00～	20名	無料	※どなたでも参加可能	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
			すつともシニア	SupportSquare ともす (Jモト 56商店街内)	火曜日 10:00～	6名	無料	※どなたでも参加可能	
			ビハーラとも	ビハーラの家 (浄光寺)	火曜日 14:00～	10名	無料	かみかみ百歳体操実施 ※どなたでも参加可能	
			NPO法人 知恵の和	ヘルスケア レストラン 知恵の和	月・水・金曜日 13:15～	5名	無料	※どなたでも参加可能 ※11:00～昼食(500円)要連絡	
		サロン	外町愛育班健康教室	洲本中央公民館	木曜日(年12回) 12:00～14:00	35名	200円	地域住民の交流の場(友愛訪問、食事会など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		給食	ふれあい給食外町地区	町内各会場	水曜日(年6回) 11:00～12:30	120名	200円	概ね75歳以上のひとり暮らし高齢者対象 ※お弁当を配布 ※送迎なし	
		ミニ	浄光寺べっちゃんない	浄光寺	第4火曜日 11:00～14:00	15名	350円	地域住民の交流の場(健康講話、ミニコンサートなど) ※いきいき百歳体操も実施しています。 ※会食(お弁当) ※送迎なし	
	西紺屋町	いき百	西紺屋町グループ	金光教洲本教会	水曜日 13:30～	8名	無料	かみかみ百歳体操、その他の体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	西紺屋町サロン	金光教洲本教会	水曜日(年6回) 11:50～15:00	12名	300円	地域住民の交流の場(健康講座など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		すく	西紺屋町老人クラブ	金光教洲本教会	随時	30名	—	運動会参加・世代間交流・清掃・趣味の講座	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	東幸町	サロン	幸会	こみち食堂	木曜日(年6回) 18:00～20:00	10名	300円	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	中幸町	すく	中幸町老人会	みんなの家 本町6丁目	随時	30名	—	友愛訪問・趣味の講座・防災研修・ウォーキング	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	西築地町	いき百	西築地町老人クラブ	江国寺・本堂	水曜日 10:00～	7名	無料	GENKIすもっと体操、その他の体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		すく	西築地町老人クラブ	江国寺・本堂	随時	70名	—	お茶会・清掃・運動会参加・友愛訪問・料理教室・防災 研修会・交通安全研修会	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
 ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先
外 町	常盤町	いき百	常盤町老人クラブ	常盤町 みんなの家	木曜日 10:00～	5名	無料	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	常盤町いきいきサロン	常盤町 みんなの家	随時(年6回) 13:00～15:00	10名	—	地域住民の交流の場(交流会など) 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		すく	常盤町老人クラブ	常盤町 みんなの家	随時	40名	—	運動会参加・友愛訪問・花いっぱい運動・市政を聞く 会・交通安全教室・歴史講座・防災学習会・ゲート ボール・グラウンドゴルフ すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	塩屋筋	いき百	ひまわり	エレガンスビル 2階	金曜日 18:30～	10名	100円/回	かみかみ百歳体操、すもぴら体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	ひまわり	エレガンスビル 2階	毎週金曜日 18:30～20:00	10名	随時	地域住民の交流の場(茶話会など) 百歳体操開始前・終了後に実施 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
物 部	山崎	サロン	なごみサロン	コミュニティプラザ 山崎	毎月14日(年12回) 9:30～12:00	10名	随時	地域住民の交流の場(茶話会など) 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		給食	ふれあい給食山崎地区	(活動休止中)				
	中島	いき百	下町会	中島公民館	金曜日 13:15～	11名	年会費有	体操後、昔遊びを実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
	本村	いき百	本村町内会百歳体操	本村会館	火曜日 10:00～	15名	無料	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	本村ふれあいサロン なごやか	本村会館	第3水曜日 10:00～12:00	10名	500円～ 1,000円	遊びを通しての地域住民の交流の場 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	物部県住	いき百	はなみずき	物部県住 コミュニティプラザ	火曜日 10:00～	10名	無料	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	はなみずきサロン	物部県住 コミュニティプラザ	第4火曜日 10:00～11:00	10名	随時	地域住民の交流の場(食事会など) 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
上 物 部	仲山水	いき百	仲山水町内会	仲山水会館	月曜日 13:30～	10名	無料	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		給食	ふれあい給食仲山水地区	(活動休止中)				

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先	
上 物 部	仲山水	サロン	仲山水いきいきサロン	仲山水会館	月曜日(随時) 9:00~11:00	20名	無料	地域住民の交流の場(茶話会など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	仲津	いき百	いきいきいちご 百歳体操	いちごの家 上物部	火曜日 13:00~	13名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
	川西	いき百	川西みどり会	川西公会堂	火曜日 9:30~	25名	無料	かみかみ百歳体操、GENKIすもっと体操等実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
			ヘルスケアクラス	川西公会堂	金曜日 18:00~	12名	無料	すもピラ体操、その他の体操実施	
		給食	ふれあい給食川西地区	川西公会堂	随時(年8回) 11:30~14:00	60名	300円	概ね75歳以上のひとり暮らし高齢者対象 ※会食(手作り) ※送迎なし	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		サロン	川西サロン	川西公会堂	毎週木曜日 13:30~15:00	10名	200円	地域住民の交流の場(茶話会、囲碁ボールなど) ふれあい喫茶	
		すく	川西みどり会	川西公会堂	—	120名	—	世代間交流・勉強会・百歳体操・ハイキング・敬老祝 い会・旅行・吹き矢・モルック・定時制、支援学校生徒 との交流	
千 草	千草 全体	いき百	千草すみれ会	千草公民館	火曜日 10:00~	4名	1,000円/年	かみかみ百歳体操実施 ※どなたでも参加可能	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
			千草ひまわり	千草公民館	木曜日 13:30~	10名	500円/年	かみかみ百歳体操実施 ※どなたでも参加可能	
		元気	元気はつらつ教室	千草公民館	毎月第3水曜日 10:00~11:30	15名	無料	【内 容】血圧測定、健康相談、音楽療法/運動療法 ※どなたでも参加可能	
		給食	ふれあい給食千草地区	千草公民館	第3月曜日(年5回) 9:00~15:00	15名	300円	概ね75歳以上のひとり暮らし高齢者対象 ※会食(手作り) ※送迎なし	
	野旦田	すく	野旦田老人クラブ	野旦田公会堂	—	50名	—	清掃・防災学習・世代間交流・交通安全教室・ウォー キング	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	上田原	すく	上田原老人クラブ	上田原 老人憩いの家	—	60名	—	清掃・世代間交流・防災研修会・健康教室	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	猪鼻	すく	猪鼻老人クラブ	猪鼻公会堂	—	30名	—	運動会参加・清掃・趣味の講座・ウォーキング・世代 間交流・友愛訪問	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先
千 草	中村	すく	中村老人クラブ	中村公会堂	—	50名	—	世代間交流・清掃・趣味の講座・防災研修会・人権研修会・ウォーキング・健康教室 すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	東	すく	千草東老人クラブ	東公会堂	—	30名	—	世代間交流・清掃・喫茶・防災研修会・趣味の講座・料理教室 すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	青葉台	いき百	ロングライフ青葉	青葉台自治会館	金曜日 10:00～	14名	50円/1回	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	ジョイフル青葉会	青葉台自治会館	第3水曜日 13:00～15:00	15名	100円	地域住民の交流の場(食事会・遠足など) 社会福祉協会洲本支部 ☎26-0022
			サロンロングライフ	青葉台自治会館	第1金曜日 10:30～12:00	10名	随時	地域住民の交流の場(茶話会・レクリエーションなど)
		すく	青葉台老人クラブ	青葉台自治会館	—	40名	—	清掃・世代間交流・花いっぱい運動・健康教室・交通安全教室・趣味の講座・グラウンドゴルフ すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
加 茂	加茂全体	いき百	加茂地域県民交流広場	上桑間会館	土曜日 13:30～	13名	無料	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		元気	元気はつらつ教室	加茂公民館	毎月第3月曜日 13:30～15:00	10名	無料	【内 容】血圧測定、健康相談、音楽療法/運動療法 ※どなたでも参加可能 在宅介護支援センター加茂 ☎26-0801
	里	いき百	里たいそうクラブ	里公会堂	金曜日 10:00～	10名	100円/月	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		すく	里すこやかクラブ	里公会堂	—	60名	—	清掃・世代間交流・趣味の講座・グラウンドゴルフ・スポーツ大会 すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	大森谷	すく	大森谷老人クラブ	大森谷憩いの家	—	60名	—	清掃・友愛訪問・趣味の講座・営農教室・ウォーキング すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	下内膳	いき百	下内膳すこやかクラブ	下内膳会館	火曜日 10:00～	13名	無料	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	下内膳いきいきサロン	下内膳会館	第4火曜日 10:00～12:00	13名	無料	年間費(1,000円) 地域住民の交流の場(茶話会など) 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		給食	ふれあい給食下内膳地区	加茂公民館	火曜日(年3回) 11:30～14:00	13名	300円	概ね75歳以上のひとり暮らし高齢者が対象 ※会食(お弁当) ※送迎なし

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先	
加 茂	上桑間	すく	桑間老人クラブA	上桑間公会堂	毎週土曜日 13:30～	40名	—	運動会参加・清掃・友愛訪問・防災研修会・人権研修会・趣味の講座・グラウンドゴルフ・ウォーキング・健康教室、子ども見守り活動、いき百	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
			桑間老人クラブB	薬師集会所	囲碁ボール 毎水13:30～ 和太鼓 毎月14:00～	30名	—	運動会参加・清掃・友愛訪問・防災研修会・人権研修会・趣味の講座・グラウンドゴルフ大会参加・ウォーキングの会・健康教室、子ども見守り活動、いき百	
	桑間 1丁目	ミニ	みどりの会	洲本市立人権文化センター	第3木曜日 10:30～14:00	15名	300円	地域住民の交流の場(出前講座、レクリエーションなど) ※会食(お弁当) ※送迎(要相談)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
納	納	いき百	納老人クラブ	納会館	木曜日 10:00～	12名	無料	その他の体操、出前講座実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		すく	納老人クラブ	納会館	—	70名	—	清掃・花壇手入れ・友愛訪問・募金活動・地域奉仕活動・健康づくり教室・交通安全教室・人権研修会・民謡、カラオケ教室・納涼祭参加・グラウンドゴルフ・ウォーキング・モルック	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
大 野	大野 全体	いき百	いきいき百歳体操 陽だまり愛好会	大野陽だまり館	水曜日 10:00～	20名	100円/月	かみかみ百歳体操、ラジオ体操実施 ※どなたでも参加可能	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
			大野公民館百歳体操	大野公民館	木曜日 9:45～	11名	500円/年	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施	
		ミニ	大野ひまわりの会	大野陽だまり館	第3月曜日 10:00～14:30	40名	600円	地域住民の交流の場(出前講座、レクリエーションなど) ※年会費(保険料など 1,000円)送迎あり(福祉委員) ※会食(お弁当)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		給食	ふれあい給食 大野鮎屋地区	大野公民館	第2水曜日(年6回) 11:00～12:00	25名	300円	概ね75歳以上のひとり暮らし高齢者の方対象 ※お弁当を配達	
	大野下	サロン	大野白髭サロン	大野白髭会館	随時(年18回) 11:00～17:00	25名	—	年会費(1,000円) 地域住民の交流の場(健康講座、お出かけなど)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	宇原	いき百	宇原のじぎくクラブ	宇原会館	月曜日 10:00～	10名	無料		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	宇原のじぎくクラブ	宇原会館	第2月曜日 10:50～11:50	10名	無料	地域住民の交流の場(茶話会など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		すく	宇原老人クラブ	宇原会館	—	50名	—	清掃・世代間交流・平成学園・健康教室・百歳体操	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	戎ヶ丘	いき百	戎ヶ丘老人クラブ	戎ヶ丘会館	水曜日 10:00～	20名 ₈	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先	
大 野	戎ヶ丘	サロン	戎ヶ丘サロン	戎ヶ丘会館	随時 13:30~15:30	16名	—	地域住民の交流の場(ふれあい喫茶など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	宇原県住	いき百	宇原県住体操クラブ	1号棟106号室	火曜日 10:00~	9名	無料	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
	赤坂	いき百	赤坂町内会	赤坂コミュニティ プラザ	水曜日 10:00~	20名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	サロン赤坂	赤坂コミュニティ プラザ	第3水曜日 11:00~13:00	12名	500円	地域住民の交流の場(茶話会、レクリエーションなど)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
潮	塩屋	いき百	塩屋笑の会	塩屋会館	火曜日 13:30~	4名	無料		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		その他	リハビリ教室	みなと元気館	火曜日 9:00~11:30 火・水曜日 13:00~16:00	20名	無料	病院のリハビリ終了後も継続してリハビリが必要な方、 介護保険サービス利用者は対象外(*要相談)	
		サ ロ ン	洲本リハビリ友の会	みなと元気館	月曜日(月1回) 10:00~15:00	12名	12名	年会費(2,000円) 午前:調理実習 午後:出前講座、レクリエーション等	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
			筋力アップサークル	みなと元気館	毎週木曜日 8:40~11:30	75名	500円	地域住民の交流の場(ウォーキング、体操など)	
		すく	塩屋老人クラブ	塩屋会館	—	40名	—	清掃・運動会参加・防災研修会・人権研修会・趣味の講座・ 世代間交流・グラウンドゴルフ・ウォーキング	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	炬口	いき百	炬口いきいき百歳 体操クラブ	炬口公民館	月曜日 13:00~ (7.8.9月 10:00~)	15名	100円	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	炬口北花壇サロン	炬口公民館	第3日曜日(年12回) 7:00~8:30	10名	無料	地域住民の交流の場(茶話会など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	宇山	いき百	宇山いきいき百歳体操	宇山公会堂	月曜日 13:30~	13名	300円/月	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サ ロ ン	愛宕クラブ	宇山公会堂	毎週月曜日 13:30~15:00	20名	月300円	地域住民の交流の場(茶話会・清掃活動など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
			健康麻雀サロン	個人宅	水・木曜日 水10:00~12:00 木13:00~16:00	6名	100円	地域住民の交流の場(茶話会・健康麻雀など)	

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先	
潮	宇山	サロン	うやま花の会	宇山花壇	第1土曜日 8:00～9:00	20名	—	年会費(1,000円) 地域住民の交流の場(茶話会など)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
			うやまさろん	個人宅	土曜日(随時) 13:00～15:00	12名	200円	地域住民の交流の場(茶話会・お出かけなど)	
		給食	ふれあい給食宇山地区	宇山公会堂	月曜日(年6回) 11:30～13:00	22名	300円	概ね75歳以上のひとり暮らし高齢者対象 ※会食(お弁当) ※送迎なし	
		すく	宇山百杖会	宇山公会堂	—	40名	—	世代間交流・清掃・喫茶・健康教室・人権研修会・趣味の講座	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	下加茂	いき百	下加茂健康クラブ	下加茂公会堂	月曜日 13:30～	8名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	ふれあいレディース 下加茂	下加茂公会堂	日曜日(年6回) 13:30～15:00	10名	300円	地域住民の交流の場(茶話会・お出かけなど)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
安 乎	安乎 全体	給食	ふれあい給食安乎地区	安乎公民館	随時(年4回) 10:00～11:30	15名	300円	概ね75歳以上のひとり暮らし高齢者対象 ※お弁当を配布 ※送迎なし	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	古宮	いき百	古宮老人クラブ	古宮コミュニティ プラザ	月曜日 8:30～	17名	500円/年	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		すく	古宮老人クラブ	古宮コミュニティ プラザ	—	70名	—	運動会参加・清掃・エコステーション管理・高齢者交通講座・オレオレ詐欺研修・健康料理講習・グラウンドゴルフ・ウォーキング	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	中田	いき百	なかよし	中田安心コミュニ ティープラザ	水曜日 10:30～	7名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		すく	中田老人クラブ	中田安心コミュニ ティープラザ	—	70名	—	清掃・友愛訪問・世代間交流・交通パトロール・健康教室・趣味の講座・防災講習会・ラジオ体操・ウォーキング・運動会参加	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	南	いき百	安乎南いきいき百歳体操	南公会堂	日曜日 9:00～	6名	無料		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	南ふれあい・ いきいきサロン	南公会堂	土曜日(年12回) 13:30～14:30	20名	無料	地域住民の交流の場(茶話会・レクリエーションなど)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	浜	いき百	さざなみクラブ	浜公会堂	火曜日 14:00～	15名	無料	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先	
安 乎	浜	サロン	さざなみクラブ	浜公会堂	随時 13:00～15:00	25名	—	年会費(1,000円) 地域住民の交流の場(茶話会・レクリエーションなど)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		すく	安乎浜老人クラブ	浜公会堂	—	40名	—	清掃・運動会参加・世代間交流・いきいきサロン・防 災講習会・趣味の講座・健康教室・囲碁ボール	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	宮野原	いき百	すこやか宮野原	宮野原公会堂	木曜日 10:00～	5名	無料		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		すく	宮野原老人クラブ	宮野原公会堂	—	90名	—	清掃・お楽しみ茶会・友愛訪問・運動会参加・パソコン 教室、防災研修・人権研修・健康教室	すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
中 川 原	中川原 全体	いき百	中川原ふれあいクラブ	中川原高齢者・障害者 地域ふれあいセンター	木曜日 9:30～	10名	無料	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施 ※中川原住民可(送迎 要相談)	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		給食	ふれあい給食中川原地区	(活 動 休 止 中)					社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		サロン	中川原ふれあい喫茶	中川原公民館など	毎週木曜日 9:00～11:00	20名	随時	ふれあい喫茶 コーヒー(100円)	
	厚浜	いき百	厚浜元気クラブ	(活 動 休 止 中)					洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
	二ツ石	いき百	二ツ石百歳体操の会	二ツ石公会堂	火曜日 9:00～	20名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サ ロ ン	フリーサークル	大照寺	毎月17日 13:00～15:30	10名	200円	地域住民の交流の場(茶話会・レクリエーションなど)	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
			二つ石ふれあいサロン	二ツ石公会堂	火曜日(年6回) 10:00～12:00	15名	無料	地域住民の交流の場(茶話会など)	
	三木田	いき百	三木田 いきいき体操クラブ	三木田公会堂	月曜日 9:00～	10名	無料		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先
由良	由良 全体	いき百	由良公民館 いきいき百歳体操	由良公民館	火曜日 10:00～	27名	700円/年	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		元気	元気はつらつ教室	由良公民館	毎月第2月曜日 13:30～15:00	15名	無料	【内 容】血圧測定、健康相談、音楽療法/運動療法 ※どなたでも参加可能 在宅介護支援センター由良 ☎27-0146
		給食	ふれあい給食由良地区	由良公民館	随時(年5回) 11:00～11:30	40名	300円	概ね75歳以上のひとり暮らし高齢者対象 ※お弁当を配布 ※送迎なし 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	内田	いき百	内田明神クラブ	プラザ内田	水曜日 10:00～	15名	無料	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
	天川	いき百	すこやかクラブ天川	天川集会所	水曜日 9:30～	11名	無料	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	お茶しましょう！会	天川集会所	第2火曜日 11:00～12:30	30名	650円	地域住民の交流の場(食事会など) ※会食なし 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
		すく	天川老人クラブ	天川集会所	—	30名	—	清掃・防災研修会・趣味の講座・料理教室・健康教室・ ウォーキング すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	四丁目	いき百	ハマボウの会	由良四丁目会館 老人憩いの家	水曜日 10:00～	23名	無料	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	ハマボウの会	由良四丁目会館 老人憩いの家	第2火曜日 10:00～12:00	20名	随時	地域住民の交流の場(茶話会など) 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	南	すく	由良南老人クラブ	由良公民館	火曜日(随時) 10:00～	60名	—	清掃・趣味の講座・お花見・年末のイベント(味噌作 り・鉢植え) すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
上 灘	相川	ミニ	上灘 ミニデイサービス	上灘出張所	第1金曜日 10:00～15:30	15名	300円	送迎(社協) 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
	畑田	ミニ	はまなでしこの会	畑田集会所	第1水曜日 10:00～16:00	10名	300円	みんなで昼食づくり 社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
 ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

【五色地区】

地 区 名		種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先
五色全体		元気	元気はつらつ教室	中山間総合 活性化センター	毎月第1金曜日 10:00～11:30	15名	無料	【内 容】血圧測定、健康相談、音楽療法/運動療法 ※どなたでも参加可能	在宅介護支援センター中 川原 ☎28-0321
		その他	おれんじランブ ごしき	旧たかた クリニック	第3金曜日 10:00～11:30	10名	200円	地域住民交流の場(茶話会など) ※コーヒーとおやつセット付	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	Zakkury	西田荘	日曜日(月1回) 10:00～16:00	9名	随時	障害のある子供達と家族が集える場と地域住民の 交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
都 志	大浜	いき百	えびすいきいき百歳体操	大濱クラブ	月曜日 9:00～	10名	無料	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	えびすサロン	大濱クラブ	曜日未定(月1回) 10:00～14:00	15名	随時 1,000円	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	本村	いき百	都志町内会(本村)	弘道館	火曜日 13:30～	10名	500円/月	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	たかたやいきいき サロン	弘道館	毎週火曜日 14:30～15:30	5名	随時 500円	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	大宮	いき百	都志大宮クラブ	大宮 ふるさと会館	木曜日 9:30～	7名	無料	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
	万歳	いき百	万歳体操グループ	万歳公民館	金曜日 13:00～	8名	100円/月	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	まんざいサロン	万歳公会堂	金・日曜日(年12回) 10:00～14:00	5名	1,000～ 1,200円	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	新在家	いき百	新在家すこやかサロン	新在家コミュニ ティプラザ	木曜日 13:30～	13名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所 ☎26-0600
		サロン	新在家すこやかサロン	新在家コミュニ ティプラザ	木・金曜日(年6回) 11:15～14:30	15名	無料	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先	
都 志	新在家	サロン	新在家輝サロン	新在家コミュニ ティプラザ	日曜日(年6回) 12:00～14:00	11名	随時 2,000円	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	大日	いき百	大日ひまわり	(活 動 休 止 中)					洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
			アイリスいきいき百歳 体操グループ	五色トレーニング センター	木曜日 13:30～	10名	無料	かみかみ百歳体操、器具を使った体操実施 ※どなたでも参加可能	
			すずめ百まで体操 クラブ		土曜日 9:30～	15名	無料	かみかみ百歳体操、器具を使った体操実施 ※どなたでも参加可能	
		サロン	大日いきいきサロン	大日コミュニティ プラザ	土曜日(年6回) 10:00～15:30	7名	1,500円	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
			筋力アップサークル	五色トレーニング センター	毎週水曜日 9:45～12:00	25名	月500円	ウォーキング、器具を使った体操等	
鮎 原	鮎原 全体	いき百	いきいきクラブ	中山間総合 活性化センター	木曜日 14:00～	8名	無料	※どなたでも参加可能	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
			元気クラブ	鮎原公民館	木曜日 14:00～	10名	無料	かみかみ百歳体操実施 ※どなたでも参加可能	
	塔下	いき百	塔下いきいきクラブ	塔下公会堂	火曜日 9:00～	7名	500円/3か月	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
	上	サロン	上いきいきサロン	鮎原上 ふるさと会館	毎月12日(年12回) 9:00～	16名	随時 2,000円	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	下	サロン	弁天サロン	下安心コミュニ ティプラザ	土曜日(年6回) 11:00～13:00	10名	随時 1,000円	地域住民の交流の場(茶話会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	葛尾	サロン	サロン竜宝寺	竜宝寺集会所・ 多賀の浜別荘	日・火曜日(年12回) 9:00～15:00	20名	随時 1,000円	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名	種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先
鮎 原	西	いき百	彗星クラブ(鮎原西)	西ふるさと会館	日曜日 10:00～	7名	100円/月	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	毘沙門サロン	西ふるさと会館	毎週水・日曜日 10:00～12:00 (時折14:00～)	6名	無料	地域住民の交流の場(食事会など) 社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	鮎の郷	いき百	鮎の郷 いきいき百歳体操	鮎の郷 町おこし会館	月曜日 8:30～	5名	無料	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サ ロ ン	鮎の郷ほかほか広場	鮎の郷 町おこし会館	土・日曜日(年48回) 9:00～12:00	6名	無料	地域住民の交流の場(健康麻雀、卓球など) 社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
			若鮎サロン	(活 動 休 止 中)				
	神陽台	いき百	やすらぎ喫茶	神陽台集会所	金曜日 13:00～	12名	100円	かみかみ百歳体操、しゃきしゃき体操実施 ※どなたでも参加可能 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	やすらぎ喫茶	神陽台集会所	毎週金曜日 12:30～16:00	10名	100円	地域住民の交流の場(食事会など) 社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
広 石	広石 全体	いき百	ほほえみ百歳体操	みやまホール	木曜日 14:00～	17名	無料	かみかみ百歳体操実施 洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	ほほえみ喫茶	みやまホール	第2木曜日(年12回) 14:30～16:00	8名	100円	地域住民の交流の場(ゲーム、カラオケなど) 社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	上	サロン	ほほえみサロン上	広石上公会堂	毎月20日(年12回) 11:00～15:00	9名	随時	地域住民の交流の場(食事会など) 社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
		すく	広石上老人クラブ	広石上公会堂	—	40名	—	清掃・運動会参加・世代間交流・交通安全研修・グラ ウンドゴルフ・モルック・緑化活動 すこやかクラブ洲本 ☎24-5877
	中	サロン	ほほえみサロン中	広石中公会堂	曜日不定(年12回) 13:00～15:00	9名	随時 200円	地域住民の交流の場(茶話会など) 社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
		すく	広石中老人クラブ	広石中公会堂	—	30名	—	清掃・世代間交流・交通立番・オープンスクール・防災 センター見学・スポーツ大会・健康ウォーク すこやかクラブ洲本 ☎24-5877

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

地 区 名 種別			グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先
広石	北	サロン	ほほえみサロン北	広石北公会堂	曜日未定(年6回) 13:30~16:00	4名	無料	地域住民の交流の場(茶話会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	鳥飼	上	いき百	鳥飼上いきいきクラブ	鳥飼上公会堂	日曜日 9:00~	5名	無料	
サロン			鳥飼上さわやかサロン	鳥飼上公会堂	金曜日(年6回) 10:00~13:00	20名	随時 1,000円	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
中		サロン	ごくらくサロン	鳥飼中公会堂	日曜日(年12回) 10:00~14:00	8名	500円	地域住民の交流の場(カラオケなど)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
鳥飼浦 (北)		いき百	サンセットクラブ	鳥飼北 舟だんじり伝承館	金曜日 13:30~	15名	500円/月	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	鳥飼北やすらぎサロン	鳥飼北 舟だんじり伝承館	曜日不定(年48回) 13:00~14:00	15名	随時	地域住民の交流の場(食事会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
鳥飼浦 (浜)		いき百	鳥飼浜いきいきクラブ	實盛神社集会所	月曜日 9:00~	6名	100円		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
鳥飼浦 (南)		いき百	鳥飼南あすなろ会	鳥飼南 ふるさと会館	水曜日 13:30~	5名	無料	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
鳥飼浦 (奥の内)		いき百	奥の内いきいきクラブ	奥の内安心 コミュニティプラザ	土曜日 9:00~	5名	100円		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
堺	上堺	いき百	100歳体操クラブ	上堺ふるさと 会館	月曜日 13:30~	10名	無料		洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600
		サロン	片山牧場	片山牧場	日曜日 9:00~12:00	50名	無料	地域住民交流の場(ユニバーサル卓球、お譲り交換 会など)	社会福祉協議会五色支部 ☎35-1166
	下堺	いき百	下堺いきいき百歳 体操グループ	下堺集落センター	金曜日 13:15~	7名	必要に応じて	かみかみ百歳体操実施	洲本市役所介護福祉課 ☎26-0600

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ 洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ

種別	グループ名	場 所	開 催 日	概ね 参加人数	参加費	備 考	問合せ先
生涯学習	洲本市老人大学 おのころ学園	洲本中央公民館	5月～2月 概ね木曜日(年11回)	-	年4,000円 別途費用 あり	和菓子体験、コンサート鑑賞、スポーツ吹き矢体験、 健康講座、視察研修、寄せ植え等	洲本中央公民館 ☎22-1280
	老人大学 淡路学園	中山間総合 活性化センター	5月～2月 火曜日(年10回)	-	年3,000円 別途費用 あり	教養講座 9:30～10:45 (健康、歴史、社会見学旅行等) 専門講座11:00～12:30 (①生活文化②生涯学習のどちらかのコースを選択)	中山間総合活性化センター ☎32-1211
	高齢者生きがい教室	中山間総合 活性化センター	各教室により 月1～3回実施	-	3ヶ月分 会費制	【教室内容】 水墨画、カラオケ、書道、陶芸、コーラス、健康体操、社交 ダンス、卓球バレー	
料 理	男の居場所「団デイズ」	やまて会館 (2階 調理室)	水曜日(月1回)	25名	1,000円/回	【持ち物】エプロン・三角巾	社会福祉協議会洲本支部 ☎26-0022
公民館講座	各公民館の公民館講座については、直接お問い合わせ下さい。 【洲本中央公民館】 22-1280 【千草公民館】 23-0516 【加茂公民館】 24-4783 【大野公民館】 24-3602 【安乎公民館】 28-0007 【中川原公民館】 28-1024 【由良公民館】 27-2167 【五色中央公民館】 33-1930 【都志公民館】 33-0388 【鮎原公民館】 32-0382 【広石公民館】 35-0214 【鳥飼公民館】 34-0924 【堺公民館】 35-0902 *五色地区の公民館講座についてのお問い合わせは、五色中央公民館(33-01930)をお願いします。						

略称について いき百→いきいき百歳体操 サロン→ふれあいサロン 給食→ふれあい給食
ミニ→ミニデイサービス すく→すこやかクラブ洲本 元気→元気はつらつ教室 その他→その他自主グループ