

## お互いさまのまちづくりネットワーク加入者一覧

| No. | 団体名                 | 活動場所(エリア)          | 校区名   | 活動について |                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----|---------------------|--------------------|-------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                     |                    |       | 開催頻度   | 活動概要                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 1   | ひなたぼっこ              | 高師校区市民館            | 高師    | 月3回    | ・第1水曜日10時～11時30分:カフェ、おしゃべり 参加費100円<br>・第3水曜日10時30分～13時頃:体操、講座、お楽しみ企画、食事会(500円)<br>・第4水曜日10時～12時:折り紙 参加費100円                                                                                                                                                  |
| 2   | 株式会社つむぎコーポレーション     | 地域交流型ディサービス つむぎ    | 飯村    | 月1回    | 地域の方に健康に関するイベントや楽しんでもらえるようなイベントを第3日曜日(変更あり)に開催しています。内容により無料のものとは有料のものがあります。                                                                                                                                                                                  |
| 3   | 岩田校区 支え合い活動「のん・ほい」  | 岩田校区               | 岩田    | 月1回    | 日常生活でちょっとした困りごとを地域のボランティアがお手伝い。岩田校区在住で65才以上の一人暮らしの高齢者または高齢者のみの世帯が対象。基本はボランティア1人が30分以内でできるお手伝い。実費弁償として、自治会加入者100円、未加入者200円。                                                                                                                                   |
| 4   | あんずカフェ              | 豊橋生協会館(牟呂・松崎町)     | 汐田    | 月1回    | 楽しくおしゃべりする場の一つとして、折り紙、オカリナの演奏、骨密度・血管年齢の測定、熱中症予防の学習など定期的に計画しています。<br>毎回10分程度体操や脳トレシートなどを行っています。                                                                                                                                                               |
| 5   | 彩幸クラブ               | 大清水校区と周辺           | 大清水   | 月1回    | 大清水彩幸グループホームを会場にして校区のハーモニカ同好会の伴奏で合唱や体操、おしゃべりを楽しんでいます。参加費は100円です。                                                                                                                                                                                             |
| 6   | きてみてひろばつつじ          | つつじが丘地域福祉センター      | つつじが丘 | 月1回    | 毎月第4水曜日を活動日としています。午前10時から12時の時間で、前半は主にゲストによる講演、講習などを行い後半は歌や簡単な体操、お茶とお菓子で自由におしゃべりを楽しんでいます。参加費は100円です。                                                                                                                                                         |
| 7   | しゃべらまい会前田南          | 県営前田南住宅 1階集会室      | 松山    | 月1回    | 10時～12時(片付け含む)までの間に①おしゃべり②三河弁ラジオ体操③手先を使ったり外部からの講師を招く等の脳トレ④コーヒータム⑤大きな声で歌を歌う。<br>1回100円を徴収。                                                                                                                                                                    |
| 8   | 新植田の会               | 新植田住宅 1.2号棟集会所     | 植田    | 月1回    | 毎月第2土曜日13:30～15:00まで 会費100円時々200円                                                                                                                                                                                                                            |
| 9   | ちいきカフェたけのこ          | 磯辺校区               | 磯辺    | 月1回    | 地域で世代を超えた交流の場所。誰でも気軽に立ち寄れ、交流し、支え合うための居場所づくり。                                                                                                                                                                                                                 |
| 10  | 天伯団地 ささえ合い活動 ひだまりの会 | 天伯団地               | 天伯    | 月4回    | 1 茶和会 第2土曜 歌声そよ風・おしゃべり 会費500円<br>2 茶和会 第4土曜 健康体操・おしゃべり 会費100円<br>3 手芸教室 第2金曜 手芸・健康麻雀・おしゃべり 会費100円<br>4 カラオケ教室 第3金曜 カラオケ 会費100円<br>助け合い活動 庭木の剪定ほか21項目                                                                                                         |
| 11  | 洗心会                 | 牛川町洗島地区            | 牛川    | 月1回    | ・交通安全のお話を聞く<br>・体操の正しいやり方(療法士の方)<br>・ふるさとのお話し(地域の方の自治会さん)<br>・童謡をみんなで歌う(コーラスの方の指導で)<br>・学生とボーリングや歌<br>・校区公民館のお掃除を全員で行う                                                                                                                                       |
| 12  | 八町リビング ほっこり         | 八町                 | 八町    | 月8回    | ほの国体操 脳トレ 手芸他 参加費100円                                                                                                                                                                                                                                        |
| 13  | げんき会 コミュニティカフェ「プチ」  | 東部老人会館             | 岩田    | 月1回    | 毎回40分ほどおしゃべり、お茶(コーヒー、パン、ゆでたまご)その時によりゲーム、歌、体操その他、囲碁もしています。<br>参加費100円<br>時:第4土曜日10時～11時30分                                                                                                                                                                    |
| 14  | オレンジカフェ 天伯          | 特別養護老人ホーム天伯 2F     | 天伯    | 月1回    | 毎月第4金曜日10:00～12:00<br>参加費無料、菓子・飲み物あり<br>出前講座、演奏会等40分×2 ほの国体操10分程度                                                                                                                                                                                            |
| 15  | ふれあい処華              | 富士見校区(富士見台二丁目29-8) | 富士見   | 週3回    | ・毎週木・金・土曜日9:30～15:00<br>・誰でも自由に、地域外からも可<br>・困った人の相談窓口になればと思っています。(現在、地域包括支援センターにつなげている)<br>・活動費のためにコーヒー代(350～400円) モーニング有り<br>・毎週木又は金曜日に将棋をしている。<br>・毎週金曜日1:30～豊橋とんとん体操(出前講座活用)、看護師による認知症体操、その他<br>・毎月第1月曜日 10:00～絵手紙教室 参加費300円<br>・毎月第4月曜日 手作り教室(手芸、料理、その他) |
| 16  | 牛川北町「友和会」           | 牛川北町               | 牛川    | 月1回    | 1 「お助け隊」活動を実施中(過去にかなり実績があります)<br>2 お手伝いに関する料金はすべて無料<br>3 さわらび地域包括支援センター、民生委員、自治会との交流会合を行っている                                                                                                                                                                 |

## お互いさまのまちづくりネットワーク加入者一覧

| No. | 団体名              | 活動場所(エリア)    | 校区名     | 活動について |                                                                                                                                                                                                      |
|-----|------------------|--------------|---------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                  |              |         | 開催頻度   | 活動概要                                                                                                                                                                                                 |
| 17  | もとまち集いカフェ        | 元町グループホーム    | 大清水     | 月1回    | 「食事やカフェ、イベントを楽しみながら、子どもからお年寄りまで、多世代で交流する場をつくりたい」そんな想いから地域のボランティアが運営しています。<br>参加費は子ども100円 大人300円です。                                                                                                   |
| 18  | あさひ元気会           | 旭校区市民館       | 旭       | 月1回    | あさひ元気会は、みんなで支え合う町づくりのために、お年寄りの居場所づくりとして結成されたもので、豊橋市及び豊橋市社会福祉協議会など関係機関、そして旭校区内各町自治会及び各種団体との緊密な連携を図り、住民の福祉向上並びに地域社会の発展に寄与することを目的としています。                                                                |
| 19  | らく楽クラブ           | 仁連木老人福祉センター  | 東田      | 月2回    | 豊橋とんとん体操、口腔ケア、レクリエーションなど年齢層の幅が広く、90歳代の方もみえます。参加費は無料です。                                                                                                                                               |
| 20  | 前芝カフェ運営委員会       | 前芝校区         | 前芝      | 週1回    | おしゃべりを楽しみながら、ときには牛乳パックで絵葉書づくりやマジックの披露など、やることは決めず、ふらっと立ち寄れる場所です。<br>【開催日時】毎週水曜日13:00～15:00<br>【参加条件】どなたでも<br>【参加費用】200円                                                                               |
| 21  | 高師本郷町芳令会         | 高師校区         | 高師      | 月1回    | 清掃、草取り                                                                                                                                                                                               |
| 22  | 吉田町万歩会           | 吉田町公民館       | 新川      | 月1回    | ・健康づくり活動の推進<br>・趣味などレクリエーションのグループ活動<br>・一品寄付<br>・一声運動<br>・新川小学校草取り                                                                                                                                   |
| 23  | 歴史を緋く会           | 豊橋共同職業訓練協会他  | 新川      | 月2回    | 参加料金200円(ただし現地見学会は800～1,000円/人)<br>豊橋に残る古文書の読み合わせ、歴史的施設見学ツアー等                                                                                                                                        |
| 24  | みんなの居場所「しあわせクラブ」 | 植田一区公民館      | 植田      | 月1回    | ・毎月第4火曜日午後1時30分～午後3時30分<br>・参加費100円<br>・出前講座<br>・大正琴、ハーモニカ、キーボード&ギターの演奏で歌う<br>・折り紙とおしゃべり<br>・地域包括支援センターによるお話と体操                                                                                      |
| 25  | 小松町 みんなの居場所      | 小松町          | 栄       | 月1回    | 参加料金100円<br>「赤ちゃんからどなたでも一緒に時を過ごしましょう」のフレーズをもとに高齢者等気軽に集まりお茶、コーヒー等で会話を楽しむ。                                                                                                                             |
| 26  | 鉄山カフェ            | 小池鉄山町集会所     | 福岡      | 月1回    | 参加料金1人100円 他に自治会より予算措置あり<br>出前講座、社会福祉団体の研修、食事会、童謡等歌唱<br>原則はおしゃべりの会                                                                                                                                   |
| 27  | オアシス 笑顔          | デイサービス寄りあい内  | 牟呂・吉田方  | 月1回    | ・開催 毎月第2日曜日<br>・時間 午後1時30分～午後3時30分<br>・場所 デイサービス寄りあい内<br>・会費 200円(お茶、お菓子代等)<br>・内容 お話、カラオケ、体操、マッサージ等<br>※マスク着用でお願い致します。                                                                              |
| 28  | とまり木クラブ なごやかカフェ  | 自宅敷地内        | 吉田方     | 月1回    | ・軽いストレッチ、脳トレ<br>・おしゃべり<br>・皆さんの希望により勉強会。<br>・地域包括支援センターベルビューハイツとも連携しています。                                                                                                                            |
| 29  | 特定非営利活動法人 Mix up | 市内全域         | 特定の校区なし | 月2回    | 多世代・多文化交流を通した「自分らしくいられる居場所」づくりを行っています。<br>○多世代の交流事業<br>・多世代の方々が集えるイベントを企画・運営(親子釣り教室、英語でヨガ、メイクレッスン、薬膳料理とスキンケアなど)<br>・勤労マッチング(たまねぎ収穫、高齢者施設草取り、就職支援セミナー講師など)<br>○居場所づくり<br>・子育て支援・カウンセリング<br>※入会金、年会費あり |
| 30  | いちよう倶楽部          | 南陽地区市民館      | 中野      | 月1回    | 市民の方が閉じこもりにならないよう、楽しく過ごしていただくために、ストレッチ、筋トレ、リズム体操をしたり、お茶や饅頭を食べたりします(現在はコロナ禍のため持ち帰り)。会費はお一人300円です。                                                                                                     |
| 31  | いーばしょサロン花田       | 自宅または花田校区市民館 | 花田      | 月1回    | 平成30年3月に発足し、月1回第2土曜日の13:30～15:00に活動。地域包括支援センターの職員や民生委員を交え、過去には落研、映画会などを実施。現在はコロナ禍のため休止中。会費は1回200円(飲食代)。                                                                                              |
| 32  | 第一和来会            | 校区内          | 多米      | 月2回    | ・サロン活動、手作りの作成<br>・CDに合わせて体操<br>・トランプ、ゲーム等<br>・参加料一人100円                                                                                                                                              |
| 33  | PPKサークル          | 市内           | 牟呂      | 週1回    | ・健康体操<br>・年2回程度の出前講座<br>・月500円/1人(インストラクターを招へいするため)                                                                                                                                                  |
| 34  | 木曜会              | 大崎町民会館       | 大崎      | 月1回    | ・令和3年3月4日から活動開始。<br>・体操、ストレッチ、健康チェック、レモンティーとおしゃべり<br>・地域包括支援センターの方のお話<br>・ベタンク等のゲーム<br>・活動費(チラシのコピー代)あり。飲食代は実費。                                                                                      |
| 35  | 金田住宅ふれあいサロン      | 石巻地区         | 石巻      | 月2回    | 高齢の方のフレイルを防ぎたい、孤独に苦しむ人を少なくしたいという思いで月に2度の茶話会を金田住宅集会所で開いて9年になります。参加料月200円(金田住宅以外の方は300円)。懐かしい歌や踊り、健康体操、脳トレゲーム、ビンゴゲーム等、内容盛りだくさん。あつという間に時間が過ぎてしまうと評判です。                                                  |

## お互いさまのまちづくりネットワーク加入者一覧

| No. | 団体名              | 活動場所(エリア)        | 校区名   | 活動について       |                                                                                                                                                  |
|-----|------------------|------------------|-------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                  |                  |       | 開催頻度         | 活動概要                                                                                                                                             |
| 36  | ありがたや            | まちかどステーション南栄(1F) | 栄     | 週1回          | 毎週木曜日午後3時～5時開設。おしゃべり、遊び、絵本の読み合いなどを多世代交流として行っています。(本の貸し出しの際には登録料として一家族100円/年)                                                                     |
| 37  | 松山・新川健康体操        | 松山・新川校区市民館       | 松山・新川 | 月4回          | ・健康体操など<br>・会費月500円                                                                                                                              |
| 38  | 大清水ささえあいの会       | 大清水町内            | 大清水   | 2か月に1度(役員会)※ | ※会の活動は支援依頼があれば随時<br>・訪問型ささえあい活動が主体。日常のちょっとした困り事を地域の中でお互いにささえあいながら安心して住み良い町づくりを推進している。<br>・活動地区:大清水町限定<br>・利用料金 100円/30分(自治会員)<br>200円/30分(非自治会員) |
| 39  | いしまきクラブ          | 石巻校区市民館          | 石巻    | 週1回          | ほの国体操、口腔ケア等 参加費 月500円<br>毎週火曜日 13:30～14:30                                                                                                       |
| 40  | やまおくジム 石巻の風      | 石巻の風 カフェ         | 石巻    | 月1回          | 介護予防のための「やまおく体操」をやります。日々の生活に困らない体づくりを目的としています。初回～10回目まで参加費用無料。11回目～ 1回550円                                                                       |
| 41  | 笑ら輪まい会           | 多米               | 多米    | 月1回          | 助け合い活動を中心とした生活支援活動                                                                                                                               |
| 42  | カリオン広場           | 松山地区             | 松山    | 月1回          | 運動・脳トレ 参加費300円                                                                                                                                   |
| 43  | やまぐちさんちのハピネス食堂   | 向山校区             | 向山    | 月2回          | ほの国体操、ストレッチ、脳トレ、歌、レクリエーション<br>今後の活動で子どもとの交流を考えています。                                                                                              |
| 44  | 草間町助け合いの会        | 草間町、内張町          | 磯辺    | 月2回          | 草間町に住む住民の有志がボランティアとして草間町の75歳以上の高齢者の日常生活を支援する活動。実費弁償額は30分100円/人                                                                                   |
| 45  | ほのぼのサロン          | 東大清水、南大清水        | 大清水   | 月1回          | 月1回デイサービスを借り、地域のハーモニカ同好会の伴奏で合唱や、「ほの国体操」などを行い、地域の方の交流の場となるようにしていきます。<br>参加費 200円                                                                  |
| 46  | 集いカフェ「おいでん」      | 植田               | 植田    | 月1回          | 高齢化、一人暮らしの人が多くなっているため、認知症を防ぐ雑談・脳トレ・体操・歌・演奏・折り紙等を行います。                                                                                            |
| 47  | ゆたかな暮らし          | アンキカフェ           | 牟呂    | 月1回          | 豊橋市神野新田町にある「ぼかぼかの森アンキカフェ」にて、月に1回体験会(無料)を開催中。<br>片付け作業現場でよくある事柄を読みれにしたかるたで、片付けから始める生前整理を始めてみませんか。                                                 |
| 48  | 本郷お互いさまの会        | 本郷校区             | 高師・芦原 | 週1回          | 本郷地区に住んでいる方は、高齢者のみならず誰でも利用可能です。生活のお困りごと(庭木の伐採、粗大ごみ・危険ごみの回収、電球の交換など)を支援します。また、見守り・声かけを行います。<br>利用料金 100円/自治会員<br>200円/非自治会員                       |
| 49  | やよい脳トレ体操         | 弥生自治会館           | 栄     | 月4回          | 5分間の簡単な脳トレ筆記を行う。DVDを使い、数種類の童謡を歌いながらの体操・脳すっきり体操・ストレッチ・筋力アップの運動・豊橋とんとん体操を行います。<br>参加費 月100円                                                        |
| 50  | 下条を考える会          | 下条校区             | 下条    | 月1回          | おしゃべりをしたり、講話やハーモニカ演奏を聞いたりするなど回によって内容は異なります。子どもから大人まで誰でも参加できます。                                                                                   |
| 51  | はなぞの広場           | 豊橋別院             | 松山    | 月1回          | スローエアロビックスを取り入れて身体を動かします。レクリエーションは手指等を使ってやっていますが、将来的には歌を歌ったり、言語聴覚士などから講習を受ける予定です。<br>参加費 200円/回(会場使用料が発生するため)                                    |
| 52  | 横さと会             | 横須賀町内            | 津田    | 月2回          | コスモスの迷路作りや、歩道沿いの花作りなどの農業体験を共同で行います。<br>参加費 年間2000円程度                                                                                             |
| 53  | にこにこサロン          | 曙若松町公民館          | 幸     | 月1回          | 茶話会、体操、講座などを行います。<br>参加費 100円/回                                                                                                                  |
| 54  | まりさん家            | 願成寺              | 旭     | 月1回          | 食事提供、地域交流、持ち寄りマルシェ、学習支援などを行います。<br>参加費 大人300円 子ども100円                                                                                            |
| 55  | シクラメン            | 富士見台             | 富士見台  | 月3回          | 体操教室、認知症予防の活動、お茶を飲みながらのおしゃべりなどを行います。<br>参加費 100円/回                                                                                               |
| 56  | 特定非営利活動法人 ぼかぼかの森 | 神野新田町            | 牟呂    | 月4回          | 脳トレ体操、歌、ゲームなど高齢者が気軽に集う多世代交流を行います。また居場所カフェを運営しています。                                                                                               |

## お互いさまのまちづくりネットワーク加入者一覧

| No. | 団体名             | 活動場所(エリア)         | 校区名     | 活動について          |                                                                                                                                                         |
|-----|-----------------|-------------------|---------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                 |                   |         | 開催頻度            | 活動概要                                                                                                                                                    |
| 57  | お気楽会            | 豊橋南部              | 杉山      | 月2回             | 脳トレ体操を主に行っています。気軽に話ができる、コミュニケーションがとれる場所です。地域の集会所で第1・第3水曜日に行っています。<br>参加費 300円/回(初回無料)                                                                   |
| 58  | 健幸カラダづくり        | 牟呂・花田             | 牟呂・花田   | 月1回             | 高齢者を中心としたフレイル予防を目指し、身体づくりの情報コミュニケーション(雑談)を行います。体力測定(握力)や片足立ちも行います。                                                                                      |
| 59  | あさ丘カフェ          | コープあいち地域交流スペースサロン | 岩田      | 月1回             | 第3金曜日の13:30～15:00に開催。高齢の方の参加が多いですが、どなたでもどうぞ。気軽に集まりお茶を飲みながらおしゃべりしましょう。演奏や歌を楽しみ、体を動かし、役立つ情報を学んだりして健康寿命を伸ばしましょう。お気軽にどうぞ。<br>参加費 100円/回(飲み物代)               |
| 60  | 和やかサロン          | 津田校区              | 津田      | 月1回             | 第3木曜日の10:00～12:00に開催。輪投げ・室内ペタンク・玉入れ・テレビゲーム・間違い探し・折り紙・カラオケなどを行います。<br>参加費 100円/回(子どもは無料)                                                                 |
| 61  | とよはしちよいボラの会     | 豊橋市内全域            | 特定の校区なし | 月1回<br>※(連絡係の会) | 困りごとのある人の依頼を受け、適宜活動している。依頼者から足代として1回300円をいただく。                                                                                                          |
| 62  | 介護予防カフェ 珈音の森    | 本郷地区              | 高師      | 週6回             | 介護予防体操(脳トレ体操)を月2回実施。その他に、歌、ゲーム、出前講座を行い、高齢者が気軽に集うことのできる居場所カフェを運営しています。                                                                                   |
| 63  | オレンジカフェ 大河      | 茶房「大河」            | 新川      | 月1回             | 毎月第1火曜日15:00～16:00に開催。参加費500円/回(ドリンク代+茶菓子代)<br>「認知症を正しく理解しよう」というお気持ちのある方なら、どなたでも参加できます。地域の有志の方と地域包括支援センターで運営しており、主にお茶を飲みながらおしゃべりを楽しんでいます。レクリエーションもあります。 |
| 64  | ふれあい食堂 きりん堂     | 新川校区              | 新川      | 月1回             | 毎月1回、ふれあい食堂を開催しています。多世代交流を目的に、子どもから高齢者までどなたでも参加できる居場所づくりを目指しています。子ども100円、高校生以上200円で運営しています。                                                             |
| 65  | NPO法人 BlueHeart | 吉川町               | 吉田方     | 月8回             | 地域高齢者の見守り活動を実施しています。毎週土曜・日曜9時から、子どもから高齢者までの多世代交流を目的とした食堂を開催しています。子ども200円、大人300円で運営しています。                                                                |
| 66  | もちよりカフェ 森の葉     | 植田校区              | 植田      | 月1回             | 毎月第3金曜13:00～15:00に開催。大人のみ1回100円。みんなで考えみんなでつくる集いの場です。小さな子のいる方からシニアの方まで多世代の交流が目的です。                                                                       |
| 67  | みんなの広場          | 多米3区集会所           | 多米      | 月1回             | 毎月第3水曜10:00～12:00に開催。参加費は無料です。健康体操、歌、クイズ、おしゃべりなどを行っています。                                                                                                |
| 68  | 若ガエル            | 花田校区市民館           | 花田・羽根井  | 月4回             | 毎月第1・3・5水曜日 10:00～12:00、第2・4金曜日 13:00～15:00に開催。参加費は無料です。体操、歌、はり絵、折り紙、ハンドベル練習、遠足などを行っています。                                                               |
| 69  | モルックくつろぎ場きりんのむれ | 吉田公園、きりん堂         | 新川      | 月1回             | 「モルック」というスポーツを通じた地域づくり、多世代交流を行います。申込は不要です。毎月第2土曜日10:00～11:00モルック(無料)、11:00～11:30くつろぎ場(参加費100円)<br>雨天時はきりん堂でのくつろぎ場のみ開催です。                                |
| 70  | 鷹丘みどり会          | 鷹丘校区              | 鷹丘      | 月1回             | 偶数月の第4日曜10:00～12:00に中沢公民館にて、お茶を飲みながらおしゃべりをします。また、学校の夏休み・冬休み期間に地域食堂を開設します。<br>助け合い活動も依頼があれば随時行います。                                                       |
| 71  | 森の家 シルバーの会      | にじの森幼稚園 森の家       | 飯村      | 月1回             | 開催日: 第3木曜日 10:00～11:30<br>参加費: 100円(お茶代)<br>活動内容: 茶話会、ビーズ細工、体操<br>その他: 活動内容は参加者と話し合って決めています                                                             |
| 72  | えがおうボ           | 新栄町公民館            | 吉田方     | 月1回             | 毎月第3日曜日(予定)に高齢者の方が楽しめる企画を開催<br>参加費300円(内容により変動)                                                                                                         |

※ 掲載内容は随時変更する可能性があります。