



大仙市『通いの場』開設状況一覧

発行日：令和8年5月1日

発行元：大仙市健康福祉部高齢者包括支援センター

大仙市で自主的・定期的に集まって、健康づくりのための取り組みをされている団体を紹介しています。令和8年3月末日まで活動実績のある団体の活動内容を紹介させていただいております。記載内容は変更になる場合がありますのでご了承ください。なお、参加したい団体がある場合は、高齢者包括支援センターもしくは社会福祉協議会まで連絡願います。

も

く

じ

『通いの場』ってどんなもの？	1ページ
大仙市のサークル・サロン等開設状況一覧	2～4ページ
主な相談先・問い合わせ先	5ページ

『通いの場』に参加してみませんか？

仲間といきいき楽しみながら、元気づくりをしてみませんか？お近くの地域に様々なサークルやサロンがありますので、活動内容を確認し、ぜひ一度お立ち寄りください。「見学・参加してみたい！」という方は高齢者包括支援センターや社会福祉協議会までご相談ください。



『通いの場』を立ち上げてみませんか？



『通いの場』はどなたでも立ち上げることができます。協力して下さる方やお仲間と一緒に、お住まいの地域に「サークル」や「サロン」を立ち上げてみませんか？主に公民館や児童館・地域の自治会館等の会場が多いですが、個人の自宅で開催したり、少ない人数からでもかまいません。立ち上げには高齢者包括支援センターや社会福祉協議会の担当職員がお手伝いいたします。気軽にお声がけください。

なお、サークルやサロンの立ち上げにあたっては、社会福祉協議会の本所・神岡支所・仙北支所に配置されております生活支援コーディネーター(SC)が立ち上げに関する相談や必要な支援に対応しています。お気軽にご相談ください。

～ 高齢者包括支援センター～

生活支援コーディネーター(SC)もお手伝いします。気軽にお問い合わせください！



主な相談先・問い合わせ

大仙市高齢者包括支援センター

名称	住所	電話番号
高齢者包括支援センター（大仙市役所庁舎内）	大仙市大曲花園町1番1号	0187-63-1111
高齢者包括支援センター西部（西仙北庁舎内）	大仙市刈和野字本町5番地	0187-87-3970
高齢者包括支援センター東部（中仙庁舎内）	大仙市北長野字茶畑141番地	0187-56-7125
高齢者包括支援センター南部（大仙市健康福祉会館3階）	大仙市大曲通町1番14号	0187-88-8030

大仙市社会福祉協議会

(※にSCが配置されています)

名称	住所	電話番号
本所（大仙市健康福祉会館3階）	※ 大仙市大曲通町1番14号	0187-63-0277
神岡支所（神岡庁舎1階）	※ 大仙市神宮寺蓮沼16番地3	0187-72-2948
西仙北支所（西仙北高齢者ふれあいセンター）	大仙市刈和野字本町5番地	0187-75-1145
協和支所（協和庁舎2階）	大仙市協和境字野田4番地	018-892-3532
南外支所（南外庁舎1階）	大仙市南外字下袋218番地	0187-74-2097
中仙支所（中仙庁舎2階）	大仙市北長野字茶畑141番地	0187-56-4670
仙北支所（仙北庁舎1階）	※ 大仙市高梨字田茂木10番地	0187-73-7380
太田支所（おおたコミュニティプラザ内）	大仙市太田町横沢字窪関南501番地	0187-88-2940

No	地区	団体名	開催場所	開催日	開催時間	参加対象者	参加費	主な活動
63	西仙北	地域お楽しみくらぶ喜楽	西仙北高齢者ふれあいセンター	第3水曜日	10時～11時半	地域住民	300円/月	レ
64	西仙北	ザ☆ラプリー・コンパニオンス	鏡宮地区多目的研修施設	第4水曜日	10時～11時半	地域住民		レ
65	西仙北	金山沢サロン	金山部落会館	第3水曜日	10時～11時半	地域住民		レ
66	西仙北	おてだまサロン	西仙北高齢者ふれあいセンター	第1火曜日	10時～11時半	地域住民	200円/月	レ
67	神岡	神岡さわやかサークル	大仙市役所神岡支所/鏡宮館	毎週月曜日	10時～11時半	地域住民	2,000円/月	運
68	神岡	ふれあいがっこ茶広場①	神岡農村環境改善センター	第2・4水曜日	10時～14時	地域住民	300円～/月	レ 食
69	神岡	ふれあいがっこ茶広場②	北檜岡公民館	第3水曜日	10時～14時	地域住民	300円～/月	レ 食
70	神岡	北檜岡さわやかサークル	北檜岡公民館	毎週金曜日	13時半～15時	地域住民	冷暖房費	運
71	神岡	宇船ふれあいサロン	神岡水コミュニティセンター	第2金曜日	10時～15時	地域住民	昼食代	運 食
72	神岡	だけサロン	神岡農村環境改善センター	第2金曜日	10:00～11:30	地域住民	100円/月	レ
73	神岡	新丁おしゃべり会	新丁会館	奇数月 第4火曜日	13時半～15時半	地域住民	100円/月	レ 運
74	南外	南外さわやかサークル	南檜岡コミュニティセンター	毎週水曜日	13時半～15時	地域住民		運
75	南外	南外はつらつサークル	南外コミュニティセンター	第2・4水曜日	13時半～15時	地域住民	必要時、材料代等	運 食
76	南外	ぬくもりサロン	ぬくもりの郷	毎週木曜日	10時～12時	地域住民	必要なものは各々持参で運営	運 食
77	南外	女性にやさしいストレッチサロン	南外コミュニティセンター	毎週木曜日	13時半～15時	地域住民	300円/回	運
78	南外	南外いきいきサークル	ぬくもりの郷	毎週金曜日	10時～11時半	地域住民	500円/月	運
79	南外	南外さいかい市健康サロン	南外民俗資料交流館	第2木曜日	10時～11時半	地域住民	200円/月	レ
80	南外	おらたのサロン 「どやくのたまり場」	南外民俗資料交流館	第3土曜日	10時～13時	地域住民	200円/月	レ
81	南外	軽運動サロン	南外コミュニティセンター	第3木曜日	10時～11時半	地域住民	200円/月	運
82	南外	荒沢サロン	荒沢自治会館	不定期 (年2～3回)	10時～15時	地域住民	各回集金500円前後	レ 食
83	協和	小種元笑気くらぶ	小種世代交流福祉館	10月～2月 第1・2月曜日	13時半～15時	地域住民	冷暖房費	運
84	協和	ステーションクラブ	境会館	毎週月曜日	10時～15時	地域住民	200円/回	レ
85	協和	おたがいさま	荒川福祉会館	第2・4月曜日	10時～11時半	地域住民	100円/回	運 食
86	協和	船岡さわやかサークル	船岡共学館	毎週火曜日	13時半～15時	地域住民	冷暖房費	運
87	協和	サロンよどがまち	上淀川会館	第4水曜日	9時半～11時半	地域住民	150円/回	レ
88	協和	サロンぶらりよしか	幡音川基幹集会所	第2・4水曜日	10時～11時半	地域住民	100円/回	運 食
89	協和	荒川地区サロン	荒川福祉会館	月1回不定期	10時～12時	地域住民	材料代	レ
90	協和	協和さわやかサークル	協和市民センター(和ピア)	毎週火・金曜日	13時半～15時	地域住民	冷暖房費	運 食
91	協和	サロン船岡	船岡共学館	第4木曜日	10:00～15:00 (12時以降は自由参加)	地域住民	100円/月	レ

『通いの場』では、しっかりと感染症予防対策につとめながら開催しています！(令和8年5月1日現在)

主な活動： 運 運動 食 会食 ボ ボランティア活動 趣 趣味活動 レ レクリエーション

『通いの場』ってどんなもの？

『通いの場』とは、高齢者をはじめ地域の住民同士が月1回以上定期的に集い、自分たちで一緒に企画や活動内容を決め、交流・ふれあいを通して「健康づくり」「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所です。地域の健康寿命の延伸の拠点としての役割もあります。

健康づくり

- ・介護予防
- ・フレイル予防
- ・認知症予防

仲間づくり

- ・顔なじみ
- ・安心

地域のつながり
(見守り・居場所)

生きがいづくり

- ・はりあい
- ・楽しみ

贈り物

サークル
サロン
カフェ

『通いの場』の効果と介護予防



「フレイル」とは年齢とともに心身の活力(筋力や認知機能など)が低下して、要介護状態となるリスクが高い状態のことです。上の図の健康と要介護の中間のことを指します。早めに「フレイル」に気づき、予防することが「介護予防」にもつながります。『通いの場』を上手に活用して、仲間と一緒に元気づくりをしてみませんか。

大仙市のサークル・サロンなど 開設状況一覧

一覧に関するお問い合わせは、お近くの大仙市高齢者包括支援センターまたは大仙市社会福祉協議会までお願いいたします。なお、参加費(冷暖房費など)がかかる場合や開催場所や内容など一部変更になる場合がありますので、お問い合わせのうえご確認願います。

No	地区	団体名	開催場所	開催日	開催時間	参加対象者	参加費	主な活動
1	大曲	サンクエストシニアくらぶ	サンクエスト大曲	第1・3月曜日	10時～11時半	地域住民	あり	運
2	大曲	元笑気・金谷くらぶ	金谷児童館	毎週火曜日	10時～11時半	地域住民		運
3	大曲	大曲はつらつサークル	はなび・アム	毎週火曜日	10時～11時半	地域住民	100円/月	運 レ
4	大曲	コスモス会 (大花町内会連合サークル)	大花町内会館	月1回火曜日	18時半～21時	地区住民限定	100円/回	運
5	大曲	花館さわやか教室	花館公民館	毎週水曜日	13時半～15時	地域住民	2,000円/月	運
6	大曲	大川西根はつらつ会	大川西根公民館	第2水曜日	13時半～15時	地域住民		運 レ
7	大曲	内小友さわやかサークル	内小友公民館	第2・4水曜日	13時半～15時	地域住民	100円/回	運 レ
8	大曲	角間川さわやかサークル	角間川公民館	毎週水曜日	13時半～15時	地域住民		運 レ
9	大曲	四ツ屋PPKサークル	四ツ屋公民館	第3水曜日	13時半～15時	地域住民		運 レ
10	大曲	笑の口シニアくらぶ	笑の口住宅集会所	月2回水曜日	13時半～15時	地域住民	100円/月	運 レ
11	大曲	イエローソックス	大仙市ひだまり児童館 他	毎週水曜日	10時半～11時半	地域住民	3,000円/月	運
12	大曲	わくわくサークル	はなび・アム	第1・3木曜日 ※変更あり	13時半～15時	地域住民	100円/月	運
13	大曲	すみれ会	樋渡児童館	月1回木曜日	10時～15時	地域住民	500円/月	レ 食
14	大曲	藤木さわやかサークル	藤木公民館	第1・3金曜日	13時半～15時	地域住民	必要時冷暖房費	運 レ
15	大曲	大川西根スローストレッチの会	大川西根公民館	毎週金曜日	10時～11時半	地域住民	100円/回	運
16	大曲	朝日町シニアクラブ	朝日町会館	第2・4火曜日	14時～15時半	地域住民		レ
17	大曲	宮崎式健康体操会	はなび・アム	毎週金曜日	9時半～11時	地域住民	冷暖房費	運
18	大曲	俺たちの体カアップサークル	花館公民館	第1・3金曜日	14時～15時半	地域住民 男性限定		運
19	大曲	はなび体操サークル	はなび・アム	第2・4水曜日	14時～15時半	地域住民	冷暖房費	運
20	大曲	のびのびサロン	のびのびらんどG通町	第2金曜日	13時半～15時	地域住民	200円/月	運 レ
21	大曲	ほっぺサロン	ほっと大曲ほっぺ(中通町)	第4金曜日	13時半～15時	地域住民	200円/月	運 レ
22	大曲	まるこそサロン	ひだまり児童館	第3金曜日	13時半～15時	地域住民	200円/月	運 レ
23	大曲	にこにこサロン	南会・豊後野担い手センター	第1月曜日	14時～15時半	地域住民		運
24	大曲	エクササイズかわせみの会	四ツ屋公民館 ※変更あり	毎週水曜日	13時半～15時	地域住民	300円/月	運
25	大曲	ダンディストレッチ	サンクエスト大曲	毎週木曜日	13時半～15時	地域住民 男性限定	500円/回	運
26	大曲	ひまわり会	石堂会館	毎月1回	基本10時～、内容により日時の変更あり	地域住民	1,500円/年	レ 運
27	大曲	たのしい麻雀教室	内小友公民館	毎週水曜日	9時～12時	地域住民	随時	運
28	大曲	まいにち元気体操	①大曲武道館 ②はなび・アム	①毎週火曜日 ②毎週木曜日	①13:30～15:00 ②18:30～20:00	地域住民	500円/回 (初回無料)	運
29	大曲	栄町シニアくらぶ	中央児童館	第3金曜日	10時～11時半	地域住民		運 レ
30	大曲	大花町千歳会(大花町老人クラブ)	大花町会館	第2・4木曜日	10時～11時半	地区住民限定		運 レ
31	大曲	四ツ屋3B体操	四ツ屋公民館	月2回	10時～11時半	地域住民		運 レ

主な活動： 運 運動 レ レクリエーション 趣 趣味活動 食 会食 ボ ボランティア活動

No	地区	団体名	開催場所	開催日	開催時間	参加対象者	参加費	主な活動
32	中仙	中仙はつらつサークル	道の駅なかせん	第2・4月曜日 ※変更あり	13時半～15時	地域住民		運 レ
33	中仙	豊川さわやかサークル	豊川分館	第2・4水曜日	13時半～15時	地域住民	必要時冷暖房費	運
34	中仙	中仙さわやか教室	道の駅なかせん	毎週木曜日	10時～11時	地域住民	2,000円/月	運
35	中仙	鶯野シニアくらぶ	鶯野分館	第2・4木曜日	9時半～11時	地域住民		運
36	中仙	清水健康体操	清水分館	毎週木曜日	9時半～11時半	地域住民		運
37	中仙	清水お茶っ子サロン	清水分館	第1水曜日	10時～11時半	地域住民	200円/月	レ
38	中仙	豊岡シニアくらぶ	豊岡分館	第1・3木曜日	10時～11時30分	地域住民		運
39	中仙	豊川メンズシニア倶楽部	豊川分館	第3水曜日	10:00～11:30	地域住民 男性限定	1,000円/年	運 レ
40	仙北	仙北さわやかサークル	さくら園ふれあい文化センター	毎週月曜日	13時半～15時	地域住民	冷暖房費1人200円	運
41	仙北	荒巻シニアくらぶ	荒巻会館	第2火曜日	13時半～15時	地域住民		レ 運
42	仙北	秘密基地「男たちの隠れ家」	個人宅	第2水曜日	13時～15時	地域住民 男性限定	1,200円/年	レ ボ
43	仙北	仙北スローストレッチの会	ふれあい体育館	毎週水曜日	13時半～15時	地域住民	200円/回	運
44	太田	すまいるサークル	敬愛館	毎週月曜日	13時半～14時半	地域住民		運
45	太田	横沢・中島地区ふれあいサロン	横沢会館	第1月曜日	9時半～14時	地域住民	500円/月	レ
46	太田	太田のたまり場	おおたコミュニティプラザ	月1回水曜日	10時～14時	地域住民	500円/月	レ
47	仙北	下払田女子会	下払田会館	毎月10日	13時～15時	地域住民		レ 運 食
48	太田	小神成地区ゆいゆいサロン	上小神成会館	月1回水曜日	10時～11時半	地域住民	100円/月	レ
49	太田	東今原ふれあいきいきサロン	敬愛館	月1回木曜日	10時～14時	地域住民	500円/月	レ 食
50	太田	太田さわやかサークル	生活支援センター(田太田公民館)	毎週金曜日	9時半～11時	地域住民	必要時暖房費	運
51	太田	駒場ふれあいきいきサロン	おおたコミュニティプラザ	毎月1回	10時～14時	地域住民	昼食代	レ 食
52	西仙北	強首さわやかサークル	強首地区公民館	毎週月曜日	13時半～15時	地域住民	冷暖房費	運
53	西仙北	寺楽来家	寺楽地区ふれあいセンター	毎週月曜日 第3除く	9時～11時半	地域住民		レ
54	西仙北	にしせんはつらつサークル	西仙北高齢者ふれあいセンター	第1火曜日	13時半～15時	地域住民	100円/月	レ
55	西仙北	刈和野地域サロン「はっぴー」	西仙北高齢者ふれあいセンター	第3火曜日	10時～11時半	地域住民	200円/月	レ
56	西仙北	あったけえクラブ	西仙北高齢者ふれあいセンター	第2・4火曜日	10時～11時半	地域住民	100円/月	運
57	西仙北	西仙北地域母子寡婦福祉会	西仙北高齢者ふれあいセンター	毎週水曜日	13時～16時	地域住民	100円/月	レ
58	西仙北	荒屋敷シニアくらぶ	西仙北スポーツセンター	第1木・第3水	10時～11時半	地域住民		レ
59	西仙北	げんき会	西仙北スポーツセンター	第2・4木曜日	10時～11時半	地域住民	100円/月	レ 運
60	西仙北	輪中堤サロン	強首上会館	第4金曜日	10時～11時半	地域住民	300円/月	レ
61	西仙北	サロンドオンチ	強首地区多目的研修施設	第1・3金曜日	13時半～14時半	地域住民		レ
62	西仙北	みゆき町サロンスマイル	大綱交流館	第3木曜日	10時～11時半	地域住民		運 レ

主な活動： 運 運動 レ レクリエーション 趣 趣味活動 食 会食 ボ ボランティア活動