



ご近所福祉サロン一覧表

ご近所福祉サロンは、各サロンが地域の市民活動団体、社会福祉法人等と協働しながら身近な地域で誰もが気軽に集い、様々な交流や活動を行う地域福祉活動の拠点だよ☆



NO	校区	サロン名	所在地	開催日時	主な活動内容	連絡先
1	東岐波	ご近所福祉サロン ゆずの会	大字東岐波5637番地 8	第1金曜日 13時15分～16時 第2・3・4金曜日 10時～12時	ペーパークラフト教室、編み物教室、体を動かそう会、昔の遊びを楽しむ会	34-2510
2		お元気サロン はまだ	波馬田自治会館	毎週土曜日 9時～11時	貯筋運動、体幹運動、残高チェック、腰痛・膝痛予防体操、脳トレ、茶話会	58-4832
3	西岐波	今村らしの相談室	今村南2-10-52	毎週月・木 第3日曜日 適時	交流サロン「もも」、ものづくり教室、クラフト教室、手話の会、ノルデック歩こう会、医療・介護・福祉のご相談	51-6233
4	常盤	iikotoメイト	則貞四丁目19番地	平日の日中	ぼちぼち体操、やわらかチェアピクス、絵手紙づくり、大正琴、歌、スクエアステップ等	21-6665
5	恩田	和の会 ご近所サロン	デイサービスなごみ横	毎週水曜日 10時～12時	健康教室、手芸教室、パッチワーク等	35-7530
6		ご近所福祉サロン にじ	協立病院横 虹の家訪問看護ステーション跡	毎週月曜日 13時30分～15時30分 毎週水曜日 10時～12時	健康チェック、物づくり、手芸、脳いきいき教室、手作りおやつカフェ、姿勢&体調改善体操等	34-2510
7	琴芝	ご近所Cafe 縁が和	神原町一丁目4番3号	毎週火～土曜日 11時～16時頃	苔玉体験教室、ステンシル体験教室、陶芸体験教室、フラワーアレンジメント体験教室等	22-7301
8		ふれあい場所 ことしば	琴芝町二丁目1-1	毎週月～金曜日 13時～17時	茶話会・マジック・フラワーアレンジメント等	-
9	上宇部	ゆうゆう ひらきファイブ	開四丁目14-24	毎週水曜日 14時～16時 毎月7のつく日 9時～10時	コーラス、茶話会、朝市	34-3376
10	川上	請川の里	大字西岐波6344番地	毎週水曜日 12時～15時 不定期日曜日	1人1品持ち寄り食堂、多世代交流体験	090-8362-2678
11		生涯健康推進G	高嶺自治会館	毎週木曜日 10時～12時	健康体操、講座、茶話会、花づくり等	-
12	小羽山	いっきゅう会	東小羽山集会所	毎週月・水・金曜日	卓球、グランドゴルフ、ころばん体操、銭太鼓、ボトルシップ、マーシャン教室等	-
13		どんぐり山の会	小羽山四区集会所	毎週水・金曜日等	脳トレ、ゲーム、本読み、囲碁クラブ、マーシャン、健康教室、ヨガ及びストレッチ等	31-3716
14	藤山	こおろぎ塾	浜田一丁目14番1号	毎週月・水・木・土曜日	DIY・日曜大工・小物修理、パソコン教室、畑の日、室内ゲーム、料理の日等	33-8652
15	西宇部	喫茶よりあい処 西ヶ丘	西ヶ丘自治会館	毎週土曜日、 第4日曜日等	喫茶、シアター、カラオケ、グランドゴルフ、健康体操教室等	41-6789
16	厚南	ほっとおもり	大森自治会館	毎週火・木・土曜日 第1・第3金曜日 第2月曜日	カラオケ喫茶、健康教室、なごみ会、グランドゴルフ	41-1422
17		際波台いきいき サロン	際波台自治会館	概ね火曜日以外	歌声サロン、元気アップ体操、グランドゴルフ、映画	41-3723 41-1785
18	黒石	東割ともだちの輪	東割集会所	毎週月・水曜日 13時～15時	手芸、マーシャン、健康体操、銭太鼓、3B体操、ヨガ、みんなで歌いましょう等	090-7549-3253
19	原	妻崎ハート会	妻崎公会堂	毎週水曜日 10時～12時	健康体操、ペタンク、手遊び	41-5048
20	厚東	誼会	宇部市立厚東川中学校	毎週月曜日 9時半～11時半	元気アップ体操、みんなの体操	62-0654

ご近所福祉サロン一覧表

NO	校区	サロン名	所在地	開催日時	主な活動内容	連絡先
21	小野	レインボウ・おの	小野ふれあいセンター横 ガソリンスタンド跡地	第1・3日曜日 第3火曜日 第2・4火曜日等	朝市、手芸教室、健美操、交流サロ ン	64-2636
22		大山いきいきサロン	大山公民館	毎週木曜日	グランドゴルフ、麻雀教室、体操	090-7379-6582
23	船木	どんと教室	アート・ギャラリー UOQ	毎週月曜日 13時～15時	絵画教室、小物作り	67-2165
24	万倉	古民家 倉～sou～	楠こもれびの郷 敷地内	月・木曜日 14時～16時	着物着付講座、お片付けセミナー、 自分磨きエステ	67-0880

- 【備考】
- ・開催日時により活動内容は異なります。又、参加費や材料費がかかる場合もあります。
 - ・開催日時の変更や休みとなる場合もあります。
 - ・各サロンに見学・参加してみたい方は、事前に各サロン又は宇部市社会福祉協議会までお問い合わせください。
 - ・各サロンの詳細は宇部市社会福祉協議会のホームページにて公開しています。是非ご覧ください。

【お問い合わせ先】



社会福祉法人 宇部市社会福祉協議会 地域福祉課 地域支援係

TEL：33-3134 FAX：22-4391

