

# 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	地区	サロン名	会場	開催日時・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 (虹の訪問看護ステーション東岐波の後ろ)	第1金曜日13時15分～ 第2金曜日10時～ 第3水曜日9時30分～ 毎週金曜日16時30分～ 活動内容:ペーパークラフト、編み物、映画を楽しむ会、「にじっこ」子どもの居場所	34-2510
2		お元気サロンはまだ	波馬田自治会館 (株大和丸尾店の近く)	毎週土曜日9時～11時 活動内容:健康体操(貯筋運動)、操体法、脳トレ、茶話会等	58-4832
3	西岐波	今村くらしの相談室	今村南2-10-52	毎週月・木曜日 活動内容: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26	月曜日～土曜日半日程度 活動内容: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	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 (イコー電機の近く)	毎週月曜日13時30分～15時30分 毎週水曜日10時～12時 活動内容: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
6	神原	みんなのサロンきらら	松山町1-14-13 早稲田イーライフきらら (勤労青少年会館の近く)	毎週月・水曜日17時30分～20時 毎月第1日曜日13時～15時 活動内容:体操、会食、茶話会、認知症予防、趣味活動等	39-8817
7		神原いきいきサロン	神原ふれあいセンター	第1・3金曜日10時～13時30分 第2・4水曜日10時～13時30分 活動内容:体操、会食、茶話会、認知症予防、趣味活動等	39-9915
8	琴芝	ご近所Cafe縁が和	神原町一丁目4番3号 (サンライフ宇部の近く)	毎週火～土曜日11時30分～14時、13時30分～15時 活動内容: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
9		ふれあい場所ことしば	琴芝町二丁目1-1 (リンガーハットの前・元藤本商店)	毎週月～金曜日13時～17時 活動内容:茶話会、マジック、花のアレンジメント	-

NO	地区	サロン名	会場	開催日時・活動内容	連絡先
10	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の日 9時～10時 活動内容:コーラス、茶話会、朝市	34-3376
11	川上	生涯健康推進G	高嶺自治会館 (障害者支援施設 高嶺園入口の近く)	毎週木曜日10時～12時 活動内容:健康体操、栄養講座、茶 話会、花づくり等	35-3368 090-5698- 3337
12		写楽サロン	西岐波364番地8 (川上中学校の近 く)	毎週火・金曜日10時～12時 活動内容:健康体操、カラオケ、手 品、ボール遊び、茶話会	52-2378
13	小羽山	いっきゆう会	東小羽山集会所お よび広場	毎週月・水・金・土曜日 活動内容:卓球、グランドゴルフ、ころ ばん体操、銭太鼓、ポトルシップ、 マーじゃん教室等	-
14		どんぐり山の会	小羽山四区集會 所	毎週月・金曜日10時～12時 活動内容:脳トレ、ゲーム、本読み、 囲碁クラブ、マーじゃん、健康教室、 ヨガ及びストレッチ等	31-3716
15	新川	ご近所福祉サロ ンしんかわ	新川ふれあいセン ター別館	毎週火曜日10時～16時 活動内容:小物づくり、手芸、茶話会 等	31-6345 090-3747- 7584
16		TONTONクラブ まちエール	ケアマネセンターT ONTON (中央町2丁目3- 2)	毎週土曜日10時～12時 活動内容:トントン体操、パン作り、書 字など	93-1171
17	藤山	こおろぎ塾	浜田一丁目14番1 号 (浜田自治会館の 近く)	毎週水曜日10時～12時 活動内容: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
18	西宇部	喫茶よりあい処 西ヶ丘	西ヶ丘自治会館 (セブンイレブン宇 部西が丘店の近く)	毎週土曜日、第4日曜日等10時～ 12時 活動内容: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
19		おいこらサロン	おいこら気ママ館 (宇部駅ロータリー 前)	毎週土曜日10時～13時 活動内容:健康体操、レクリエーショ ン、茶話会	090-4802- 7874
20	厚南	ほっとおおもり	大森自治会館 (宇部鴻城高校と 厚南小学校の間)	毎週火・木・土曜日、第1・第3金曜 日、第4月曜日等 活動内容:カラオケ喫茶、健康教室、 なごみ会、グランドゴルフ、卓球	41-1422

NO	地区	サロン名	会場	開催日時・活動内容	連絡先
21	厚南	際波台いきいきサロン	際波台団地内(際波台自治会館および公園)	毎週月～土曜日13時～16時 活動内容:元気アップ体操、フラダンス、カラオケ、麻雀、映画鑑賞、茶道、グランドゴルフ	41-3723 41-1785
22	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 活動内容:手芸、マーじゃん、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
23	原	妻崎ハート会	妻崎公会堂	毎週水曜日10時～12時 活動内容:健康体操、ペタンク、フォークダンス、茶話会	41-6462
24	厚東	誼会	宇部市立厚東川中学校	毎週月曜日9時30分～11時30分 活動内容:健康体操、レクリエーション、講座、茶話会	62-0654
25	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月曜日、第2・3・4火曜日等 活動内容:朝市、手芸教室、健美操、交流サロン	64-2636
26		大山いきいきサロン	大山公民館	毎週木曜日 活動内容:グランドゴルフ、麻雀教室、体操	64-2421
27	万倉	古民家 倉～sou～	楠こもれびの郷敷地内(駐車場入口の近く)	月・金曜日14時～16時 活動内容: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ので、ぜひご覧ください。



【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 地域福祉係  
TEL:33-3134 FAX:22-4391  
ホームページ [www.ubeshishakyo.or.jp/](http://www.ubeshishakyo.or.jp/)



宇部市社会福祉協議会

検索

