

# 集まり・健康づくりお宝マップ

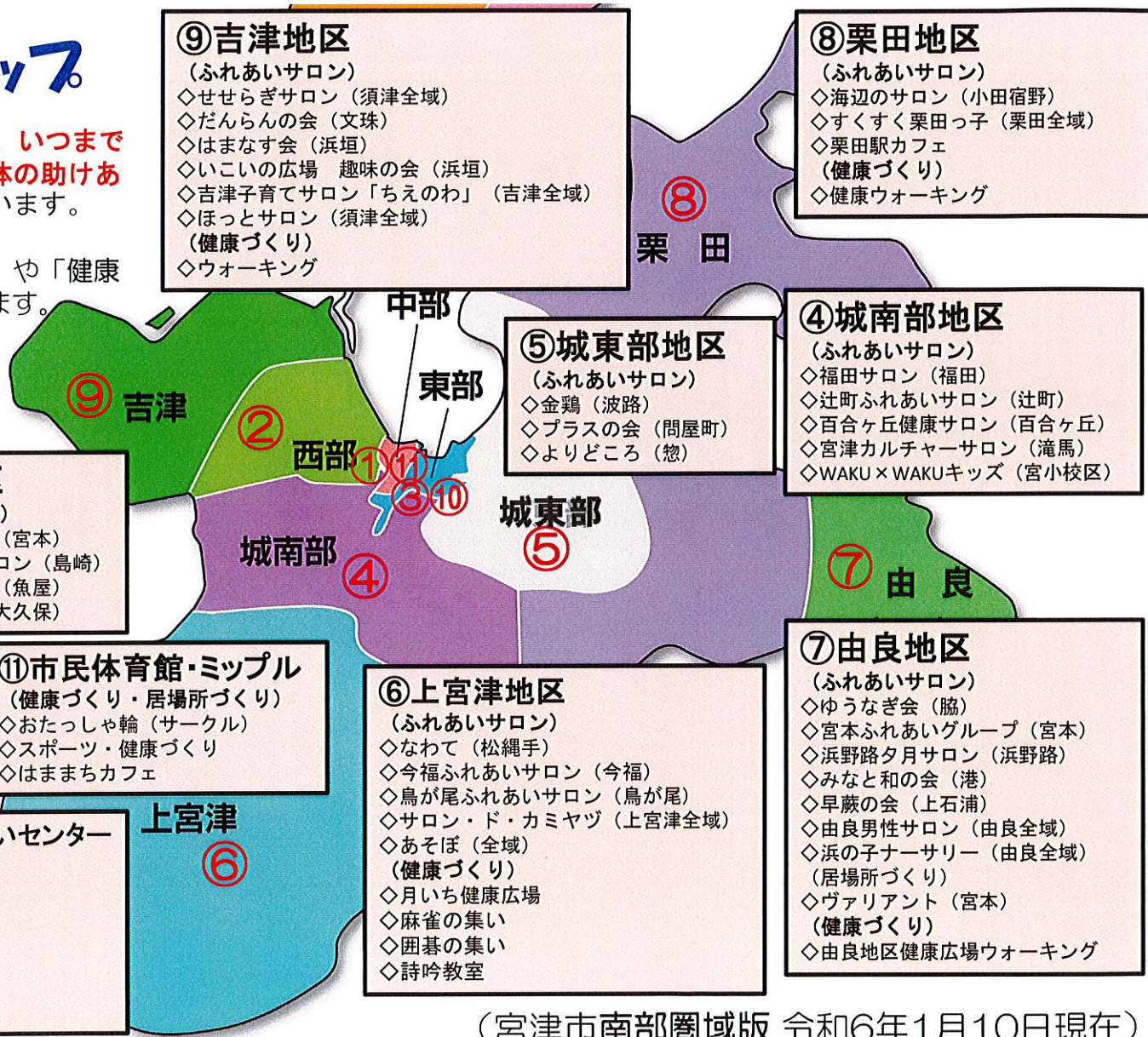
高齢化が進行している中で、宮津市が主体となって、**いつまでも元気で暮らせるようにご自身の健康づくりや住民主体の助けあい活動を進める**「生活支援整備体制事業」に取り組んでいます。

地域の方等が主体的に取り組まれている「集まりの場」や「健康づくり」（ウォーキング・体操等）の活動をご紹介します。

※ 活動をはじめたい場合など、ご相談ください。

※ ここに記載がない活動をお知らせください。

※ 順次追加をさせていただきます。



(宮津市南部圏域版 令和6年1月10日現在)



## 宮津市南部圏域 あつまり・健康づくりお宝マップ 詳細 <R6.1.10>

(※ 定期的に更新をしていきます)

### <中部>

サロン	たらちねクラブ	宮本自治会	宮本会館	月1回程度
	島崎なかよしサロン	島崎自治会	島崎会館	2ヶ月1回
	にこにこサロン	魚屋自治会	魚屋公民館	2ヶ月1回
	いさのサロン	大久保自治会	大久保公民館	毎月2回程度

### <西部>

スポーツ	滝上グラウンドゴルフ		滝上グラウンド	毎週2回(火曜)
サロン	ええもん会	金屋谷自治会	金屋谷会館	毎月2回
	えびす会	松が岡自治会	松が岡会館	毎月1回
	なにわたまりば	浪花自治会	浪花会館	毎月1回
	あたごの会	池ノ谷自治会	池ノ谷会館	毎月1回
	杉の子会	杉末自治会	杉末会館	毎月1回
	ほのぼのサロン	日吉自治会	日吉会館	3ヶ月1回
	漁師町ふれあいサロン	漁師町自治会	漁師町会館	毎月1回
	子育てサロン smile	松が岡自治会	オンライン	毎月1回
	子育てサロン松っ子	松が岡自治会	松が岡会館	毎月1回

### <東部>

公民館	歩きナーレフェスタ☆EAST			毎月1回
サロン	和の会	鶴賀自治会	地域ささえあいセンター	3ヶ月1回
	城東ふれあいサロン	城東自治会	城東会館	2ヶ月1回
	城南ふれあいサロン	城南自治会	城南公民館	毎月1回
	旭が丘ひまわりサロン会	旭が丘自治会	旭が丘会館	3ヶ月1回
	子育てサロン ひかり	全域	丹後宮津教会	毎月2回

### <城南部>

サロン	福田サロン	福田自治会	福田会館	毎週2回
	辻町ふれあいサロン	辻町自治会	辻町公民館	毎週1回
	百合ヶ丘健康サロン	百合ヶ丘自治会	百合ヶ丘会館	月1回
	宮津カルチャーサロン	滝馬自治会	代表者宅	2ヶ月に1回
	WAKU×WAKU キッズ	全域	地域ささえあいセンター	1ヵ月1回～2回

### <城東部>

サロン	金鶏(きんけい)	波路自治会	波路地区公民館	月1回
	プラスの会	間屋町自治会	間屋町会館	月1回
	よりどころ	惣自治会	惣会館	不定期

### <上宮津>

公民館	月いち健康広場			
	麻雀の集い		上宮津地区公民館	毎月第1、3(土)
	囲碁の集い		上宮津地区公民館	毎月第1、3(土)
	詩吟教室		上宮津地区公民館	毎月第1、3(月)
サロン	なわて	松縄手自治会	松縄手会館	2ヶ月1回(火曜)
	今福ふれあいサロン	今福自治会	今福会館	不定期
	鳥が尾ふれあいサロン	鳥が尾自治会	鳥が尾会館	3ヶ月1回

サロン	サロン・ド・カミヤツ	全域	上宮津地区公民館	3ヶ月1回
	あそぼ	全域	上宮津保育所	月1回

### <由良>

公民館	健康広場ウォーキング			毎月1回
サロン	ゆうなぎ会	脇自治会	脇会館	毎月1回
	宮本ふれあいグループ	宮本自治会	宮本会館	毎月1回(金曜)
	浜の子ナーサリー	全域	由良の里センター	毎週1回(火曜)
	浜野路夕月サロン	浜野路自治会	浜野路会館	毎月1回
	みなと和の会	港自治会	港会館	2ヶ月1回
	早蕨の会	上石浦自治会	上石浦公民館	3ヶ月1回
居場所	由良男性サロン	全域	由良の里センター	2ヶ月1回
	ヴァリアント	宮津市全域	個人宅(宮本)	毎月2～3回

### <栗田>

公民館	健康ウォーキング			
サロン	すくすく栗田っ子	全域	栗田区民センター	毎月1回(第3(木))
	海辺のサロン	小田宿野自治会	小田宿野公民館	月1回
	栗田駅カフェ	全域	栗田駅	月1回(第1(火))

### <吉津>

公民館	ウォーキング			
サロン	せせらぎサロン	須津全域	吉津地区公民館	毎月1回(第3(水))
	だんらんの会	文珠自治会	文珠公民館	毎月1回
	吉津子育てサロン「ちえのわ」	吉津全域	吉津地区公民館	毎月1回
	はまなす会	浜垣自治会	浜垣会館	毎月1回
	いこいの広場 趣味の会	全域	吉津地区公民館	毎月1回
	ほっとサロン	須津全域	岩滝口駅	毎月1回

### <宮津市地域ささえあいセンター>

体操	ぶらぶら体操	宮津市社会福祉協議会	地域ささえあいセンター	毎週火曜日 午前
	スローエアロビ	RAINBOW(レインボー)		毎週水曜日 午前
居場所	お茶の間サークル	宮津市社会福祉協議会		毎週木曜日 午前
介護予防	通所型サービスA「きらりん」			毎週土曜日 午前

### <市民体育館・ミッブル>

市	おたっしや輪(サークル)	介護予防係	市民体育館	毎月1回10～11時
NPO	スポーツ・健康づくり等	RAINBOW(レインボー)	市民体育館	毎日
認知	はままちカフェ	宮津市社会福祉協議会	ミッブル4F	毎月第3木曜日 午後

### <制作> 南部生活支援サービス研究会

・この取組みは、宮津市が実施主体として取組んでいる生活支援整備体制事業(介護予防や助けあい活動の推進)の一環です。  
 ・南部生活支援サービス研究会は、南部圏域(中部・西部・東部・城南部・城東部・上宮津・栗田・由良・吉津地区)の方々の協力を得ながら「居場所づくり」や「健康づくり」、「生活支援(ゴミ出し等)」などの活動を地域に広げていくことを目的に取組みを進めています。

### <問合せ> 宮津市社会福祉協議会

(宮津市宇鶴賀2109番地の2 地域ささえあいセンター 電話 0772-22-2090 / FAX0772-25-2414)