

那智勝浦町の通いの場まとめ

宇久井エリア

No.	名称	活動場所	活動日時	主な活動内容
①	宇久井ゆうゆうクラブ	宇久井区民会館	毎週月曜 9:30～11:00	ゆうゆう体操
②	楽しいグループ	(旧)喫茶ダッタン	毎月1日・15日 13:00～15:00	茶話会
③	友愛クラブ	宇久井小学校グラウンド	毎週土曜 13:00～15:00	グラウンドゴルフ
④	いきいきサロン里区	県営団地	第2火曜 13:00～15:00	サロン活動
⑤	いきいきサロン湊区	湊区民会館	第3金曜 13:00～15:00	サロン活動
⑥	ニュータウン勝浦熟年クラブ	ニュータウン勝浦区コミュニティセンター和	毎週火曜 10:00～11:00	ゆうゆう体操
⑦	いきいきサロン高津気区	高津気区民会館	第2火曜 13:30～15:00	サロン活動

那智・勝浦エリア

No.	名称	活動場所	活動日時	主な活動内容
①	いきいきサロン浜ノ宮区	浜ノ宮会館	第4土曜 13:00～15:00	サロン活動
②	いきいきサロン浜ノ宮区・浜区	個人宅	第2水曜 13:00～15:00	サロン活動
③	那智の郷みやび会	那智の郷コミュニティセンター	毎週木曜 14:00～15:00	ゆうゆう体操
④	ゆうゆう体操	那智勝浦町福祉健康センター	毎週金 午前の部 10:00～11:30 午後の部 13:30～15:30	ゆうゆう体操
⑤	げんきアップ教室	那智勝浦町福祉健康センター	第2・4月曜 9:30～11:00	ゆうゆう体操
⑥	いきいきサロン大勝浦区	大勝浦漁民集会所	第3水曜 13:30～14:30	サロン活動
⑦	いきいきサロン脇入区	脇仲会館	第4土曜 13:00～15:00	サロン活動
⑧	いきいきサロン三四朗	個人宅・コミュニティ消防センター	第4木曜 13:30～15:00	サロン活動
⑨	寺小屋	光明宝院	毎週火・日 10:00～12:00	ヨガ、彫刻など
⑩	いきいきサロンさくら会	桜ヶ丘区民会館	第2月曜 14:00～15:00	サロン活動
⑪	わがらの会	教育センター	不定期(水 OR 土) 13:30～15:00	ソフトバレー
⑫	陽だまりファーム	那智勝浦町ふれあい農園	不定期	畑仕事、茶話会

色川エリア

No.	名称	活動場所	活動日時	主な活動内容
①	いきいきサロン南平野区	南平野生活改善センター	第1水曜 13:00～15:00	サロン活動
②	いきいきサロン小阪区	小阪集会所	第2月曜 13:00～15:00	サロン活動
③	いきいきサロン口色川区	口色川会館	第4日曜 13:00～15:00	サロン活動
④	いきいきサロン大野区	個人宅	第2木曜 13:00～15:00	サロン活動
⑤	いきいきサロン西部地区	籠ふるさと塾	第1金曜 13:00～15:00	サロン活動

太田エリア

No.	名称	活動場所	活動日時	主な活動内容
①	いきいきサロン庄区	庄区民会館	第1月曜 13:00～15:00	サロン活動
②	いきいきサロン中里	中里会館	第2月曜 13:00～15:00	サロン活動
③	太田の郷シニア体操教室	交流センター太田の郷	第1水曜 10:00～11:30	ゆうゆう体操
④	いきいきサロン南大居区	南大居会館	第2水曜 13:00～15:00	サロン活動
⑤	いきいき体操クラブ	南大居会館	第1・3木曜 10:00～11:00	いきいき百歳体操
⑥	いきいきサロン中ノ川区	中ノ川クラブ	第4水曜 13:00～15:00	サロン活動
⑦	太田つれもてしょうら会	下長井クラブ	第2・4木曜 9:30～11:00	ゆうゆう体操
⑧	いきいきサロン小匠区	小匠クラブ	第4火曜 13:00～15:00	サロン活動

下里・浦神エリア

No.	名称	活動場所	活動日時	主な活動内容
①	下里はまぼう会	下里青年研修所	第1・3土曜 13:00～15:00	郷土料理、カラオケなど
②	みんなで元気になろう会	下里青年研修所	第2・4水曜 9:00～11:00	ゆうゆう体操
③	下里とも子ガーデン	下里とも子ガーデン	月7回程度 不定期	ガーデニング
④	八尺鏡野区健康クラブ	八尺鏡野区民会館	毎週月曜 13:30～15:30	ゆうゆう体操
⑤	浦神サークル海っ子	浦神西区民会館	毎週月 午前の部 10:00～11:30 午後の部 13:00～14:30	ゆうゆう体操
⑥	いきいきサロン浦神西区	浦神西区民会館	第4木曜 13:30～15:00	サロン活動
⑦	げんきアップ教室(浦神東)	浦神東区民会館	第1火曜 13:30～15:00	ゆうゆう体操

※いきいきサロンのサロン活動とは、茶話会やゲーム、講話などがありますが、内容は場所によって異なります。

※活動日時は、おおよそです。

那智勝浦町

通いの場マップ

令和5年3月発行版

【お問い合わせ先】

- 通いの場に参加してみたいなど、通いの場全般に関すること
那智勝浦町役場 福祉課高齢者支援係 ☎0735(29)7039
- いきいきサロンに関すること
那智勝浦町社会福祉協議会(社協) ☎0735(52)5252

通いの場とは

地域の住民同士が気軽にあつまって、体操や茶話会などいろいろな活動を通して、「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所。気軽に社会参加ができる場所として、近年とても注目されています！

通いの場の体操はこんなにすごい！

町内では、主に次の体操が行われています。この体操ですが、じつは週1回(できれば週2回!)続けると、介護予防にとっても効果的ということがわかっています！

体操その1 ゆうゆう体操(わかやまシニアエクササイズ)

和歌山県と和歌山大学が共同開発した運動プログラム。準備運動から簡単な筋力トレーニング、有酸素運動などを1～2時間かけてゆっくりと行います。

体操その2 いきいき百歳体操

高知市発祥の介護予防体操。イスとおもりを使った簡単な筋力トレーニングを30分～1時間かけてゆっくりと行います。

通いの場の補助金があります

通いの場の運営を支援するための補助金制度があります。運営に関するご相談もお受けしています。お気軽にご相談ください。

補助金の額:(立ち上げ)最大で10万円/箇所
(運営費用)最大で5万円/年

くわしくは役場福祉課高齢者支援係まで(☎29-7039)

ホームページもご覧ください▶



補助金制度の
ホームページ

いきいきサロン

社協がすすめている高齢者向けの居場所づくりのこと。地域の世話人の方が中心となって、月1回程度開かれており、茶話会やゲーム、講話、手工芸など、いろいろな活動を通して、交流を深めています。

いきいきサロンのお問い合わせ先

☎ **那智勝浦町社会福祉協議会**
☎ 0735(52)5252
(那智勝浦町大字天満 1418-2)

シルバー人材センターのご案内

就労(草刈りや清掃などの軽作業が中心)を通して地域貢献や社会参加、仲間づくりをすすめることを目的としており、原則60歳以上の方を会員としています。

シルバー人材センターのお問い合わせ先

☎ **那智勝浦町シルバー人材センター**
☎ 0735(52)4680
(那智勝浦町大字天満 482-1)

那智勝浦町

通いの場マップ

令和5年3月版

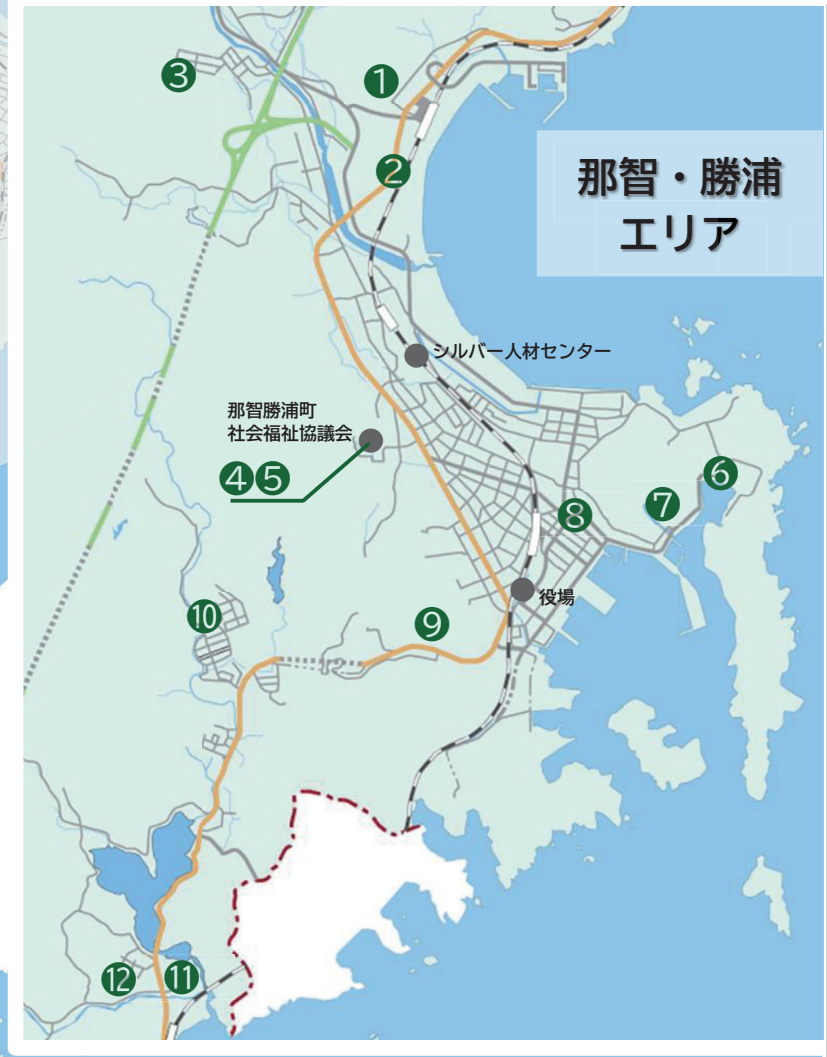
- ① いきいきサロン南平野区
場所：南平野生活改善センター
- ② いきいきサロン小阪区
場所：小阪集会所
- ③ いきいきサロン口色川区
場所：口色川会館
- ④ いきいきサロン大野区
場所：個人宅
- ⑤ いきいきサロン西部地区
場所：籠ふるさと塾



- ① いきいきサロン庄区
場所：庄区民会館
- ② いきいきサロン中里
場所：中里会館
- ③ 太田の郷シニア体操教室
場所：交流センター太田の郷
- ④ いきいきサロン南大居区
場所：南大居会館
- ⑤ いきいき体操クラブ
場所：南大居会館
- ⑥ いきいきサロン中ノ川区
場所：中ノ川クラブ
- ⑦ 太田つれもてしょうら会
場所：下長井クラブ
- ⑧ いきいきサロン小匠区
場所：小匠クラブ



- ① 下里はまぼう会
場所：下里青年研修所
- ② みんなで元気になろう会
場所：下里青年研修所
- ③ 下里とも子ガーデン
場所：下里とも子ガーデン
- ④ 八尺鏡野区健康クラブ
場所：八尺鏡野区民会館
- ⑤ 浦神サークル海っ子
場所：浦神西区民会館
- ⑥ いきいきサロン浦神西区
場所：浦神西区民会館
- ⑦ げんきアップ教室(浦神東)
場所：浦神東区民会館



- ① いきいきサロン浜ノ宮区
場所：浜ノ宮会館
- ② いきいきサロン浜ノ宮区・浜区
場所：個人宅
- ③ 那智の郷みやび会
場所：那智の郷コミュニティセンター
- ④ ゆうゆう体操
場所：那智勝浦町福祉健康センター
- ⑤ げんきアップ教室
場所：那智勝浦町福祉健康センター
- ⑥ いきいきサロン大勝浦区
場所：大勝浦漁民集会所
- ⑦ いきいきサロン脇入区
場所：脇仲会館
- ⑧ いきいきサロン三四朗
場所：個人宅・コミュニティ消防センター
- ⑨ 寺小屋
場所：光明宝院
- ⑩ いきいきサロンさくら会
場所：桜ヶ丘区民会館
- ⑪ わがらの会
場所：教育センター
- ⑫ 陽だまりファーム
場所：那智勝浦町ふれあい農園

宇久井エリア



- ① 宇久井ゆうゆうクラブ
場所：宇久井区民会館
- ② 楽しいグループ
場所：(旧)喫茶ダツタン
- ③ 友愛クラブ
場所：宇久井小学校グラウンド
- ④ いきいきサロン里区
場所：県営団地
- ⑤ いきいきサロン湊区
場所：湊区民会館
- ⑥ ニュータウン勝浦熟年クラブ
場所：ニュータウン勝浦区コミュニティセンター和
- ⑦ いきいきサロン高津気区
場所：高津気区民会館