

弘前市高齢者ふれあいの居場所一覧

弘前市では、高齢者同士や高齢者と各世代との交流を図り、地域の支え合い活動の拠点となる場「居場所」づくりを推進しております。
下記居場所への参加を希望する方は、直接ご連絡いただくか、介護福祉課（Tel：0172-40-7072）までご連絡ください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、開催を休止している居場所もありますのでご了承ください。

(令和3年7月1日時点)

No.	名称	開催場所	開催日	時間	内容	連絡先
1	日向の家	城南（個人宅）	毎週水・金曜	9時30分～12時30分	茶話会・書道会・趣味活動など	—
2	幸の鳥の会	山王町集会所	第2・4土曜	9時～12時	茶話会・運動・教養	—
3	かだんルン♪	岩木保健センター	第2・4水曜	13時～16時	茶話会・ダンベル体操	82-1516
4	ニコニコサロン	東部児童センター	第2・3金曜	13時～15時	茶話会	28-0900
5	松原健幸会	松原集会所	第1・3木曜	9時～12時	体操、歌、食事会、茶話会	—
6	なかよし会	蔵主町（個人宅）	毎週火曜	10時～12時	茶話会・健康チェック など	—
7	ヘルシーエイジング	ヒロロ3階 健康ホール	毎週月曜	13時15分～15時30分	体操、歌 など	34-2649
8	駒越「よいしょの会」	駒越会館	毎週火曜	9時～12時	運動・健康講話・お茶会	—
9	さくらカフェ	下白銀町（個人宅）	毎週月曜	10時～13時	茶話会	—
10	若がえろう会	高崎集会所	毎週水曜	9時30分～12時30分	体操・脳トレ	27-1530
11	樋の口ふれあいサロン	樋の口公民館	第2火曜・第4土曜	9時30分～12時30分	茶話会・趣味活動 など	36-5123
12	志村元気カフェ	宮園（個人宅）	月2回	9時30分～12時30分	茶話会・太極拳・中国語 など	33-2905
13	乳井ふれあいサロン	乳井町民会館	月4回	9時～15時	茶話会	92-3838
14	まごころ会	紺屋町集会所	毎週火・木曜	10時～13時	茶話会・出前講座など	26-7177
15	小沢みのり会	坂元字山下（借物件）	週5日	9時～12時	体操・踊り・趣味活動など	88-0451
16	若葉いきいきクラブ	若葉集会所	毎週火曜	10時～12時等	体操・レクリエーション 健康教室・食事会	31-5660
17	静修健康づくりの会	静修会館	月2回	9時～12時	体操・脳トレ・歌	34-4912
18	弘前を愛するエルダーの会	百石町（借物件）	隔週水曜	15時～17時	茶話会、勉強会	090-9743-1000
19	癒の園城東	田園（借物件）	月2回	10時～12時	茶話会、フェイシャルマッサージ	55-8848
20	手づくりの会	北辰学区高杉ふれあいセンター	月2回	10時～15時	手芸、料理教室、健康診断	95-3590
21	今楽会	城東みなみ会館	第1木曜、第3金曜	13時～15時（木） 17時30分～20時（金）	茶話会、歌、体操	27-4227
22	西地区生き生きサロン	茜町（個人宅）	第2・4土曜日	10時～12時	歌、ストレッチ、筋トレ、など	34-4162
23	大和沢ふれあいサロン	大和沢町会福祉会館	毎週月・水・金曜	9時～12時	茶話会	—
24	サロンつくし	津軽保健生協会館4階 びあす	第2・4木曜	9時45分～11時45分	津軽弁ラジオ体操、手芸教室、折り紙、盆踊りなど	090-4632-6931
25	三和愛老会	三和集会所	月4回	10時～15時	茶話会、レクリエーション	—
26	サークルみやかわ	宮川交流センター	月2回	10時～12時	体操、川柳、歌、茶話会等	—
27	桔梗野団地町会	桔梗野団地集会所	月1回	10時～12時	体操、脳トレなど	37-0097
28	紙漉沢ふれあい交流会	交流センター紙漉の里	月1回	9時～15時	茶話会、創作活動、食事会など	84-2711
29	沢田ふれあい交流会	沢田公民館	月1回	9時～15時	茶話会、創作活動、食事会など	84-2023
30	昴月曜会	昴集会所	月1回	10時～12時	茶話会、レクリエーション、食事会など	84-3453
31	サロン我が家	デイサービスセンター我が家	月1回	10時～12時	体操・歌・茶話会等	27-6801
32	じょっぱり弘前支部	三省地区交流センター（土） 町田地区ふれあいセンター（木） 宮川交流センター（火）	毎週木、土 月2回火曜日	13時30分～15時30分 （木、土） 13時～15時（火）	スポーツ吹矢、茶話会、レクリエーション等	090-7524-0462
33	ふれんず	千年交流センター	毎週水曜日	10時～13時	料理、手芸、講話など	—
34	弘前暮らしの保健室	清水交流センター	月2回	隔週（土） 9時30分～11時30分	健康相談、茶話会等	32-8693
35	にじいろクラブ	宮川交流センター	週1日	10時00分～15時00分	趣味活動、レクリエーション 体操、食事会など	090-6688-1896
36	ブリーズ	東長町（個人宅）	週6日	不定期	茶話会・趣味活動 など	33-6108
37	丹鶴庵	丹鶴庵（葛原）	不定期	不定期	茶話会・勉強会など	—
38	茂森新町ふれあいカフェ	茂森新町公民館	月4回	毎週水曜日 10時～12時	健康体操・茶話会・趣味の会など	35-2493
39	おしゃべりサロン野田	野田団地集会所	月2回	隔週土曜日 13時～15時	茶話会・健康体操・研修会など	35-0595
40	桔梗野地区ふれあい給食サービス(桔梗野町会)	桔梗野会館	月1回	10時30分～13時	血圧・健康相談、食事会、レクリエーション、教養講座など	090-4048-2389
41	桔梗野地区ふれあい給食サービス(桔梗野団地町会)	桔梗野団地集会所	月1回	10時30分～13時	血圧・健康相談、食事会、レクリエーション、教養講座など	
42	桔梗野地区ふれあい給食サービス(樹木町会)	樹木会館	月1回	10時30分～13時	血圧・健康相談、食事会、レクリエーション、教養講座など	
43	桔梗野地区ふれあい給食サービス(上桔梗野・緑ヶ丘町会)	緑ヶ丘集会所	月1回	10時30分～13時	血圧・健康相談、食事会、レクリエーション、教養講座など	
44	三大地区ふれあい給食サービス	南富田町体育センター/取上公民館	月1回	11時～14時	血圧・健康相談、食事会、アレンジフラワー教室など	38-8476
45	清水地区ふれあい給食サービス	清水交流センター	月1回	10時30分～15時	血圧・健康相談、食事会、しあわせネットワーク教室など	88-2083
46	東地区ふれあい給食サービス	城東団地集会所	月1回	9時～12時	血圧・健康相談、レクリエーション、食事会など	27-2519
47	藤代地区ふれあい給食サービス(楯子町会)	楯子集会所	月1回	11時～14時	料理教室、レクリエーション、食事会など	090-3644-1086
48	藤代地区ふれあい給食サービス	町田地区ふれあいセンター	月1回	11時～13時	血圧・健康相談、レクリエーション、食事会など	95-2298