

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
今市	中町サロン	居場所ひろば	毎週木曜日
	ふたふたクラブ	今市コミュニティセンター	毎週金曜日
	一の谷お元気会	パークタウン集会所	毎月第2火曜日
	元宮だんだんクラブ	ビッグハート出雲	毎月第3月曜日
	今市健康マージャンサロン	今市コミュニティセンター	①毎月第3火曜日、②6月16日、11月17日
	町東区ふれあいサロン	①市外施設②今市小学校	年2回(①5/22②9/3)
	中東区ふれあいサロン	今市コミュニティーセンター他	年2回(①5月②10月)
	塚根区ふれあいサロン	①市外施設 ②③今市コミュニティセンター	①10/26、②毎月第2月曜日、③毎月第3木曜日
	西区ふれあいサロン	①扇町②県内施設③市内	年3回(①5～6月、②10～11月、③2～3月)
	中央西区お元気会	市内／県外施設	年2回(①6月、②10月)
	南区ふれあいサロン	①②今市コミュニティセンター ③市外	年3回(①5月、②7月、③10月)
	11		
大津	いきいきサロン	大津コミュニティセンター	※4.5.3月を除く月1回
	ひまわりサロン	大津コミュニティセンター	年3回(6～7月、9～10月、12～1月)
	やよいの森サロン	大津コミュニティセンター	年3回
	あすりサロン	大津コミュニティセンター	年3回
	三谷、桃山サロン	来原水源地交流館	年3回(6～8月、9～11月、12～2月)
	あさくらサロン	朝倉集会所	年3回
	えだおおつサロン	さんびーの出雲	年3回(6月、10月、2月)
	くすの木サロン	くすの木プラザ	年3回
	学童クラブサロン	大津コミュニティセンター	年3回(7月、10月、2月)
		9	
塩冶	宮松・築山サロン会(宮松・築山茶飲ん話会)	宮松公会堂	年2回(6/25、12/20)
	宮松健康体操の会	宮松公会堂	第2、第4火曜日
	菅沢・下沢サロン会	下沢会館、上塩冶スポーツセンター他	年2回(6/25、2/18)
	弓原サロン会	弓原集会所	年1回(10/18)
	高西さわやかサロン会	高西公会堂	年1回(10/19)
	大正海上サロン会	ドレミホール	年3回(7/11、11/7、12/5)
	天神サロン会	塩冶コミュニティセンター	年3回(7/18、10/3、1/28)
	半分ふれあいサロン会	半分集会所	年2回(6/13、2/13)
	半分サロン会	半分集会所	毎月4回(木曜日) ※1月及び8月は3回開催
	揚西サロン会	揚集会所	年2回(6/8、12/8)
	揚東サロン会	JALまね塩冶支店・塩冶コミセン	年3回(6/15、10/19、1/25)
	11		

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
古志	さくらんぼサロン	古志コミュニティセンター	毎月第2、第4月曜日
	古志元気サロン	古志コミュニティセンター	毎月第3水曜日
	上新宮B型サロン	上新宮集会所	毎月第3木曜日
	サロンサニーハイツ	宇賀集会所	毎月第1水曜日
	新宇賀さわやか会	新宇賀集会所	毎月第2土曜日
	井上B型サロン	井上公会堂	第1水曜日
	思案橋サロン	思案橋集会所	毎月第3木曜日
	本郷東B型サロン	本郷東集会所	第2土曜日
	町サロン	町集会所	毎月第3木曜日
	夕陽丘北あやめ会	ことぶき交流棟	毎月第2月曜日
	徳連B型サロン	徳連集会所	毎月第1水曜日
	11		

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
高松	高松町番茶会	高松町内各集会所	年5回
	白枝番茶会	白枝公会堂	年1回（10月）
	白枝ミニ番茶会（新明、旭、松陽台、芦田）	白枝公会堂	年1回（7月）
	白枝ミニ番茶会（白原1.2、南平台、上、中、土手、堀西東）	白原集会所	年1回（2月）
	白枝ミニ番茶会（白1.2、北、東、末広、若葉ヴィレッジ）	白枝公会堂	年1回（9月）
	八幡番茶会	八幡二会館	年1回（11月）
	余付地区番茶会	余付団地集会所	年1回
	稲葉番茶会	高松コミュニティセンター	年2回（6月、11月）
	鳥井田・中横引、むつみ団地他2自治会番茶会	高松コミュニティセンター	年1回（11月）
	余小路番茶会	余小路集会所	年2回（6月、11月）
	川成番茶会	川成集会所	年1回（11月）
	浜一番茶会	若宮公民館	年2回（7月、2月）
	砂子田番茶会	砂子田公会堂	年3回（7月、10月、12月）
	下横町親和会	波美入集会所他	年3回（6/9、9/8、2/9）
	シニアのスマホ講座	高松コミュニティセンター	年22回
	アグリふれあい抹茶の会	高松コミュニティセンター	年5回（5/21、7/23、9/27、11/22、3/11）
	ひまわりコーラス	高松コミュニティセンター	毎月第3木曜日（8月、3月除く）
	高松健康マージャンサロン	高松コミュニティセンター	毎月第2・4水曜日
18			
四絡	四絡全体サロン会	四絡コミュニティセンター	年2回（11月、2月）
	矢野ふれあいサロン会	矢野集会所	年4回（6月、10月、12月、3月）
	小山ふれあいサロン会	四絡コミュニティセンター	年4回（6月、10月、12月、3月）
	大塚ふれあいサロン会	大塚改善センター	年4回（6月、9月、12月、3月）
	姫原ミニサロン会	姫原集会所	年4回（6月、9月、12月、2月）
	渡橋まめな会	四絡コミュニティセンター	年4回（5月、9月10月、1月）
	6		
高浜	矢尾友愛サロン	神門谷集会所、三和会場、矢尾西集会所	年6回（6月、7月、8月、10月、11月、2月）
	矢尾東番茶会	神門谷集会所	年1回（9月）
	下平西番茶会	下平西会場	年6回（6月、7月、8月、11月、12月、1月）
	別所中番茶会	別所中北公民館	年3回（7月、10月、1月）
	いちろく会	日下中集会所	毎月第2日曜日（4月、5月、3月を除く）
	高浜地区慶人会	高浜コミュニティセンター	5月、9月（2回）、10月（3回）、12月、1月（2回）、2月（2回）
	えにし会の会	きたのさと	毎月第1、第3、第4火曜日
	なかよし会	きたのさと	毎月第1、第3、第4木曜日
	ミニデイサービスたんぽぽの会	高浜コミュニティセンター	年6回（6月、7月、9月、12月、1月、3月）
	健康麻将クラブ「平和」	高浜コミュニティセンター	年10回（5月、6月、7月、8月、9月、10月、11月、12月、1月、2月）
10			

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
川跡	いきいき交流会	川跡コミュニティセンター	年6回（5月～3月）
	武志茶のん話し会（上・下）	川跡コミュニティセンター	毎月第2木曜日 4月～3月
	中野茶のん話し会（上・下）	さんぴーの出雲	年6回（5月～3月）
	荻杼茶のん話し会（南・北）	川跡コミュニティセンター	年6回（4月～3月）
	稲岡茶のん話し会（上・下）	川跡コミュニティセンター	年4回（5月～3月）
	高岡茶のん話し会（上・下）	川跡コミュニティセンター	年4回（5月～3月）
	6		
鳶巣	鳶巣サロン会	鳶巣コミュニティセンター（集会室、アリーナ）	年7回（6月、7月、8月、9月、10月、11月、12月、3月）
	ペタンクサロン会	鳶巣いこい広場	第一月曜日
	グラウンドゴルフサロン会	すぱーく出雲、鳶巣いこい広場	年6回
	ゲートボールサロン会	すぱーく出雲	年4回
	町内サロン会	各町内集会所・鳶巣コミュニティーセンター	年22回
	はっぴートレーニングサロン会	鳶巣コミュニティセンター	毎週水曜日
	いきいき健康教室サロン会	鳶巣コミュニティーセンター	毎週木曜日
7			
上津	Aサロン	上津コミュニティセンター	毎月1回
	Bサロン全体会	上津コミュニティセンター	年2回（10月、3月）
	丸ヶ谷Bサロン	丸ヶ谷集会所	年2回
	中央Bサロン	中央公会堂	年1回
	大谷Bサロン	大谷生活改善センター	年1回
	三田谷Bサロン	三田谷集会所	年1回
	ハイハイサロン	上津コミュニティセンター、うるおいの郷	年3回
	船津Bサロン	船津交流館	年2回（7月、10月）
8			

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
稗原	稗原いきいきクラブ	稗原コミュニティセンター	年8回 (4/19、5/17、6/21、9/20、10/18、11/15、12/20、3/14)
	井戸端工房	稗原コミュニティセンター	年2回 (6月、12月)
	野尻わくわく体操	野尻公会堂	毎週木曜日
	野尻おおばなし会	野尻公会堂	年1回 (6月、10月、2月)
	仏谷サロン	仏谷公会堂	年2回 (11月、3月)
	角谷Bサロン	角谷公会堂	年3回 (8月、12月、2月)
	市森サロン	稗原交流センター	年2回 (9月、11月)
	戸倉サロン	戸倉集会所	年1回 (7月)
	山寄自治会ふれあいサロン	白石集会所・やまびこ館	週1回(水曜日)
	石畑ふれあいサロン	石畑生活改善センター、サルーンやまぼうし	年2回 (9月、12月)
	鐘築ふれあいサロン	鐘築ふれあい会館	年2回 (11月、2月)
	宇那手上ふれあいサロン	宇那手上自治会館	年3回 (7月、9月、11月)
	宇那手下福祉部サロン	宇那手下交流館	年2回 (8月、2月)
	輝らきら体操	稗原交流センター	毎週水曜日
	14		

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
朝山	いきいきサロン	朝山コミュニティセンター	高齢者の集い:10月 健康マージャン:6月、9月、12月、2月 男の料理教室:6月、11月
	馬木町分団健康サロン	馬木町集会所	年2回
	朝山町分団健康サロン	朝山町公会堂	年2回
	所原下分団健康サロン	朝山コミュニティセンター	年2回
	所原中分団健康サロン	南部交流センター	年2回
	所原上分団健康サロン	堂原公会堂	年2回
	見々久分団健康サロン	見々久中央公会堂	年2回
	馬木上町内番茶会	馬木上集会所	年2回
	馬木中町内番茶会	馬木町集会所、町内圃場	年2回
	馬木下町内番茶会	馬木下集会所	年2回
	馬木北町内番茶会	馬木北会館	年2回
	馬木西町内番茶会	福祉委員宅	年2回
	朝山下町内番茶会	ふれあい会館敷地	令和7年1月
	朝山下の上町内番茶会	ふれあい会館敷地	令和7年1月
	朝山中町内番茶会	朝山公会堂	年2回
	朝山上町内番茶会	朝山上集会所(鞍掛荘)	年2回
	西田上町内番茶会	朝山公会堂	年2回
	西田下町内番茶会	西田下集会所	年2回

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
	祝廻町内番茶会	福祉委員宅	年2回
	知谷町内番茶会	知谷公民館	年2回
	桜下町内番茶会	町内住民園場	年2回
	桜谷町内番茶会	朝山コミュニティセンター	年2回
	桜上町内番茶会	朝山コミュニティセンター	年2回
	木村町内番茶会	木村公会堂	年2回
	安谷町内番茶会	安谷集会所	年2回
	殿森上町内番茶会	殿森集会所	年2回
	殿森中町内番茶会	殿森集会所	年2回
	殿森下町内番茶会	南部交流センター	年2回
	大月町内番茶会	大月集会所	年2回
	堂原町内番茶会	堂原公会堂	年2回
	須原町内番茶会	須原公会堂	年2回
	見々久下町内番茶会	見々久下集会所、園場	年2回
	御方町内番茶会	上向寺(福祉委員宅)	年2回
	畑町内番茶会	畑公会堂、町内広場	年2回
	段町内番茶会	段公会堂	年2回
	35		

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
乙立	健康マーじゃん	乙立コミュニティセンター	毎月第3水曜日
	見田原まめな会	見田原集会所	年2回
	上田代まめな会	上田代集会所	年2回
	田代まめな会	田代集会所	年2回
	立久恵まめな会	立久恵集会所	年2回
	森原まめな会	森原集会所	年2回
	殿川内まめな会	殿川内集会所	年2回
	向名まめな会	向名集会所	年2回
	森原健康体操	森原集会所	第2金曜日
	殿川内健康体操	殿川内集会所	第2木曜日
	向名健康体操	向名集会所	第1木曜日
		11	

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
神門	ふれあいサロン	神門コミュニティセンター他	毎月第3火曜日(7月と3月を除く)
	ふれあい全体サロン	神門コミュニティセンター	7/16、3/3
	保一町内B型サロン	保一集会所	年3回
	町一町内B型サロン	町一集会所	年1回
	両下町内B型サロン	両下会館	年1回
	保三町内B型サロン	保三集会所	年5回
	町北町内B型サロン	神門コミュニティセンター	年1回
	嘉儀町内B型サロン	嘉儀集会所	年1回
	8		
神西	ふれあいサロン	神西コミュニティセンター	4月・8月・9月・2月を除く毎月1回、第3火曜日(7月は第2火曜)
		1	
長浜	長浜サロン全体会	長浜コミュニティセンター	年12回
	あじさい会	中南公会堂	年12回
	かもめ会	はまぼうふう会館	年12回
	はまぼうふう会	くにびきの郷	第2月曜日
	ひばり会	中組ふれあい会館	年5回
	上向お茶会	上向公会堂	年24回
	境島サロン会	境島公会堂	年6回
	7		
計	173		

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
平田	ひらた1区にこにこサロン	ふれんどりーハウス、各町内集会場等	年6回 (5,7,9,10,11,12月)
	平田2区にこにこサロン	平田ふれんどりーハウス、TAMiハウス	全体サロン2回:6月、2月 小サロン6回:8月、10月、12月(各2回)
	ひらた3区にこにこサロン	アール・ムシケー・ワカミー	年4回 (6,9,10,11月)
	ひらた4区にこにこサロン	キャンパス(元町)	月1回:4月、5月、7月、9月、10月、12月、2月、3月
	ひらた5区にこにこサロン	ふれんどりーハウス他	年4回 (6,10,11,1月)
	平田6区にこにこサロン	木綿街道交流館等	年3回 (5,7,9月)
	ひらた7区にこにこサロン	町内集会場	年2回 (6,11月)
	ひらた8・9区にこにこサロン	船田会館	年2回 (6,11月)
	ふれんどりー健康体操サロン	ふれんどりーハウス	毎月第2水曜日(8月のみ第3水曜日)
	平田いきいき会	コミセン、ふれんどりーハウス等	毎月第1水曜日
	平田シニアサロン 燦々	平田ふれんどりーハウス、TAMiハウス	月2回
11			
灘分	灘分体操サロン	灘分コミュニティセンター新館	毎月第3月曜日
	みずほサロン	灘分コミュニティセンター新館	毎週木曜日
	歌謡サロン会	灘分コミュニティセンター新館	毎月第3金曜日
	コスモスサロン	灘分会館(元JA灘分支店)	第1・3木曜日
4			

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
国富	ほほえみ会	西谷生活改善センター	毎月 第2日曜日
	すみれ会	プラッツ金山館	毎月 第3月曜日
	三葉会	東谷前集会所	毎月 第2月曜日
	万笑会	美談コミュニティセンター	第2月曜日
	西代茶のん会	西代会館	第1日曜日
	中村サロン	国富コミュニティセンター	毎月 第3火曜日
	口宇賀茶のん会	口宇賀民和会館	第3土曜日
7			
西田	いきいき奥さま体操クラブ	西郷東公民館	毎月 第2、第4水曜日
	西田地区ふれあいサロン	西郷東公民館、西郷西公民館、本庄会場、平成会館、光尾下会館、和田会館	年16回
2			
鱈淵	唐川サロン	唐川館	年5回
	中町サロン(せせらぎ会)	みなと館	年10回
	親睦サロン	親睦会館	年5回
	灘平サロン	灘平会場	年5回
	猪目サロン	猪目集会所	年3回
	報徳サロン	鱈淵コミュニティセンター	年2回
	別所サロン	別所集会所	年2回
7			

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
久多美	浜サロン	浜集会所	毎月 第4火曜日
	日の出サロン	日の出会場	毎月 第4木曜日
	久多見サロン	久多見中会場	每期 第3木曜日
	臼井サロン	臼井会場	毎月 第3水曜日
4			
檜山	シクラメン	多久谷下集会所	毎月 第4木曜日
	さえずり	苅藻谷公会堂	毎月 第4水曜日
2			
東	東健康体操サロン	東コミュニティセンター 集会所	毎月 第2・第4月曜日
	ひがし中央サロン	東コミュニティセンター 集会所	毎月 第2木曜日
	東歌声の集い	東コミュニティセンター 集会所	毎週最終日曜日とその前週日曜日
3			

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
北浜	相代サロン	相代集会所	毎月 第3金曜日
	小津ふれあいサロン	小津漁村センター	毎月 第2日曜日
	塩津高齢者ふれあいサロン やまぶき会	塩津漁民センター	毎月 第4木曜日
	十六島ふれあいサロン ひまわり会	十六島集会所	毎月 第2日曜日
	多井ふれあいサロン	多井ふれあいセンター	毎月 第3月曜日
	5		
佐香	あじさいの会	佐香コミュニティセンター	毎月 第2水曜日
		1	
伊野	大畑サロン	大畑集会場	年10回
	さんさんサロン会	東地合集会所	毎月 第4木曜日
	にこにこ健康サロン	伊野コミュニティセンター	毎月 第2、第4火曜日
	三の谷サロン	三の谷集会所	毎月 第3火曜日
	4		
計	50		

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
佐田	原田いきいきサロン	原田公民館	8月・1月・2月を除く毎月第三木曜日
	須佐さわやかサロン	潮の井ふれあいセンター	毎月第二木曜日
	西山中地区せせらぎサロン	なかよし会館	第3土曜日
	八幡原川はあとふるサロン	窪田コミュニティセンター	原則毎月第4日曜日および第4月曜日
	城川ふれあいサロン	萱野公民館	1月を除く第三木曜日
	飯栗東地区ふれあいサロン	吉栗の郷	毎月第二火曜日
	窪田中央ふれあいサロン	窪田中央会館	毎月第1月曜日
7			
多伎	奥田儀サロン	奥田儀センター	毎月第3木曜日
	ふれあいサロン福寿	中郷産業文化センター	毎月第1火曜日
	口田儀サロン	多伎文化伝習館	毎月第2火曜日
	すみれ会サロン	田儀寿会館	毎月第2・4金曜日
	円寿会サロン	小田西会館	毎月第3木曜日
	ふれあいサロン富士	高木公民館	毎月第3月曜日
	小田町サロン	小田東会館	毎月第3水曜日
	睦会ふれあいサロン	頭名会館	年10回
	多岐ふれあいサロン	多岐会館	毎月第1水曜日
	ティーパーティ	多岐会館	毎月第4水曜日
	久睦楽サロン	多伎勤労者体育センター (かくれい館)	毎月第4火曜日
	宝寿会サロン	久村中央自治会館	毎月第4水曜日
	親和サロン	久村西会館	毎月第2月曜日
13			
湖陵	常楽寺ふれあいサロンたんぽぽの会	常楽寺公民館	原則月2回
	大池ふれあいの里	大池公民館	原則月2回
2			

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
杵築	南本通ふれあいサロン	南本通公会堂	年4回
	小土地一区北・南町内会	山辺会館	年2回
	新町サロン会	新町集会所	年2回
	上中村サロン	上中村公会堂	年2回
	小土地二区町内会	円通寺会館	年1回
	四本松南サロン会	四本松南公会堂	年2回
	東新町サロン会	新町集会所	年1回
	四本松東サロン会	四本松南公会堂	年1回
	馬場北サロン会	神光寺会館	年1回
	山辺囲碁会	山辺会館	毎月第2・4水曜日
	赤塚キラキラ会	赤塚公会堂	毎月第2・4木曜日
	東立小路 まめな会	東立小路公会堂	年1回
	すみれ会(中町)	越峠会館	年1回
	まめなか会(坪の内)	坪の内集会所	年1回
	元気会(永徳寺坂)	永徳会館	年1回
15			
荒木	カフェおんぼら〜と(一文橋町内)	一文橋公会堂	年12回
	健やか昭令会(駅通一区町内)	駅通り一区公会堂	年9回
	原町オープンカフェ(原町町内)	原町会館	毎月第2金曜日
	上北東町内会	上北東公会堂	年1回
	えにしだサロン会(上北上町内)	上北上公会堂	年12回
	藤の会(上北西町内)	上北西集会所	年12回
	はまひるがいの会	荒木サポートセンター	毎月第2月曜日
	野の花サロン	荒木サポートセンター	毎月第3・第4月曜日
	童謡を歌って元気になる会	荒木コミュニティセンター	毎月第2・第4水曜日
	健康マーじゃん	荒木サポーターセンター	毎月第1・第2木曜日
10			

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
遙 堪	上遙堪いきいきサロン	上遙堪総合センター他	年12回
	上遙堪健康クラブ	上遙堪総合センター	毎月第2木曜日
	下遙堪ふれあいサロン	町内会の集会所	年26回
	ひしねふれあいサロン	菱根総合センター、菱根原地内	5月、7月、9月(2回)、11月、12月、1月(2回)、3月
	入南自治会福祉活動の会	入南総合センター	年15回
	鐘ヶ崎いきいきサロン	鐘ヶ崎総合センター 遙堪コミュニティセンター	年6回
	6		
日御碕	宇龍サロン会	宇龍区民会館	毎月第1火曜日(4月~9月) 毎月第3火曜日(10月~3月)
	御碕サロン会	御碕区民会館	毎月第3火曜日(4月~9月) 毎月第1火曜日(10月~3月)
	ふれあいサロン会	日御碕コミュニティーセンター	毎月第2・4火曜日
	3		
鵜 鷺	鷺浦地区ふれあいサロン	ほっとやちよのさと	毎週木曜日
	鵜峠地区ふれあいサロン	ほっとうたほ	毎週水曜日
	2		
計	36		

令和6年度 出雲市ふれあいサロン活動一覧表

地域の高齢者の方が中心となって、身近な場所で体操などを通し、
交流や健康づくりに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

地区	サロン名 ※てごナビ掲載欄	主な会場 ※てごナビ掲載欄	実施予定日 ※てごナビ掲載欄
荘原	おいでませの会	荘原コミセン	第2火・第3木・第4金曜日(3班体制)
	幸町サロン	幸町公民館	第1火曜日
	秋桜サロン	羽根東ふれあい会館秋桜	第3火曜日
	北寿会	北田波研修館	毎週水曜日
	川東ミニミニサロン	川東公民館	第2・第4火曜日
	5		
阿宮	阿宮地区ふれあいサロン(えびす会)	阿宮コミセン	第2水曜日(8月は第1水曜日)
	はつらつサロン	下阿宮3自治会公民館	第3火曜日
	平成会	上阿宮3自治会公民館	第4木曜日
	3		
出西	出西まめなが一番の会	出西コミセン 集会室	毎月概ね第2木曜日
	かんなびサロン	氷室研修館	偶数月(8月は9月実施)
	神立サロン	神立コミュニティセンター	第3火曜日
	神和サロン	神守第5公民館	第2月曜日
	下出西3・4ミニサロン	下出西3又は下出西4公民館	第2月曜日
	中出西元気サロン☺	出西水源地記念館	第2日曜日
	新川サロン	下出西第7自治会集会所	第3火曜日
	7		
伊波野	伊波野いきいきくらぶ	伊波野コミセン	第2・第3金曜日
	富上、富上北お話し会	富上、富上北公民館	年4回(4月、7月、10月、1月)
	カフェ・グリーン	みどりヶ丘集会所	毎月2回(8月と1月は1回)
	3		
直江	直江ふれあいサロン	直江コミセン	第4水曜日
	結サロン	結研修センター	第2木曜日
	2		
久木	久木なごみ会	ふれあいプラザ	第2水曜日(4月・8月を除く)
	1		
出東	出東ふれあいサロンの会	出東コミセン	第1木・第4水曜日
	北島サロン	北島公民館	第2日曜日
	2		
計	23		
	304		

※サロンによっては、参加要件がある場合があります。

お問い合わせは出雲市社会福祉協議会にお願いします
(地域福祉課または各支所)。