この情報誌のことや、
その他お困りごとがありましたら、ご相談ください

小野市社会福祉協議会

（令和8年11月発行）

住所：小野市王子町801

TEL.0794-63-2575／FAX.0794-63-5191

趣味や健康づくりを目的に活動している
グループ・団体の情報誌



地域・活動ガイドブック

Link（リンク）



小野市社会福祉協議会

もくじ

【 グループ・団体紹介 】

1ページ
- No.1 あお陶遊館アルテ 指導ボランティア
- No.2 移送ボランティア「とんぼ」
- No.3 移動支援型訪問サービス「おのりんカー」
- No.4 英語でお話会ボランティア

2ページ
- No.5 エクラサポーターチーム アナウンスチーム
- No.6 エクラサポーターチーム カメラボランティア
- No.7 エクラサポーターチーム フロントチーム
- No.8 エクラ託児サポーター

3ページ
- No.9 NPO法人 生命の貯蓄体操普及会
- No.10 おの育児 ファミリーサポートセンター
- No.11 小野おもちゃ病院
- No.12 おの介護 ファミリーサポートセンター

4ページ
- No.13 おのガーデニングボランティア
- No.14 小野市いずみ会
- No.15 おの手話サークル 虹
- No.16 小野手話サークル ひまわり

5ページ
- No.17 小野託児サークル「このゆびと〜まれ♪」
- No.18 小野短歌会
- No.19 小野マジッククラブ
- No.20 おの要約筆記 うさぎ

6ページ
- No.21 お話会ボランティア
- No.22 おはなしサークル「ピッピ」
- No.23 介護予防サポーター ふれあい楽らくサークル
- No.24 ガイドヘルパー「やまなみの会」

7ページ
- No.25 カリタス点字
- No.26 カリタス朗読
- No.27 観光ボランティアガイド「小野ガイドひまわり」
- No.28 きすみの森林ボランティア

8ページ
- No.29 吉船の会
- No.30 着付けボランティア
- No.31 ぐるっといちば買援隊
- No.32 護身妙楽道

9ページ
- No.33 Con La Musica 夢詩歌 コン・ラ・ムシカ
- No.34 サークル陶
- No.35 3B体操（コミセンおおべ）
- No.36 修理ボランティア

10ページ
- No.37 書架ボランティア
- No.38 スマイルシャワ〜
- No.39 TEAM裏方
- No.40 チームオレンジ

11ページ
- No.41 調理ボランティア 味くらぶ
- No.42 配食ボランティア いなほの会
- No.43 パン の むら
- No.44 福祉ボランティア「ステップ」

12ページ
- No.45 フラ ハーラウオ アーヌエヌエ
- No.46 フルーレットバレエ
- No.47 美加志保 下東条短歌教室
- No.48 みんなの食堂（サドベリースクールゆ〜ゆう）

13ページ
- No.49 みんなの台所（特定非営利活動法人みらぽて）
- No.50 朗読会ボランティア
- No.51 朗読サークル こだま
- No.52 朗吟会

14ページ
- No.53 和布で小物をつくろう
- No.54 地域つながるサポーター（地域活動・イベントお手伝い）
- No.55 地域つながるサポーター（撮影ボランティア）
- No.56 地域つながるサポーター（子どものための活動お手伝い）

【 絆カフェ 】 **15**ページ

【 ふれあい・いきいきサロン ＆ いきいき100歳体操 一覧 】 **16・17**ページ

身近な地域のなかで「何か新しいことを始めたい」という方が、
やりがいや楽しさを発見するための一歩を踏み出すきっかけになることを目的として、
「地域とつながる」「仲間とつながる」をテーマに、
各種グループ・団体などを紹介する「地域・活動ブック Link（リンク）」をつくりました。

趣味を生かして社会貢献したい！趣味を見つけたい！活動を知りたい！健康づくりをしたい！
などのためにお役立てください。

No.1



あお陶遊館アルテ 指導ボランティア

1日陶芸体験の作陶指導や補助、陶芸教室の先生として指導（陶芸経験があり、当館のボランティア養成講座の受講が必要）。

- 活 動 日　1回3時間、月3〜4回程度
- 活動場所　あお陶遊館アルテ
- 連 絡 先　TEL.66-7789／FAX.66-7789

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.2



移送ボランティア「とんぼ」

車いすをご利用の高齢者などを、安全第一に病院などへ送迎する（運転者講習会を受講後に活動）。

- 活 動 日　平日8：00〜17：00で活動可能な時間
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会 TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.3



移動支援型訪問サービス「おのりんカー」

要支援者等の高齢者を、マイカーを使って病院などへ送迎する（生活支援サポーター養成講座及び運転者講習会の受講が必要）。

- 活 動 日　平日8：00〜17：00で活動可能な時間
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会 TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.4



英語でお話会ボランティア

英語絵本の読み聞かせ（図書館が実施するスキルアップのための講習や研修には必ず参加が必要）。

- 活 動 日　図書館が指定した日時（1回30分ほど、第2日曜日15：00〜）
- 活動場所　小野市立図書館
- 連 絡 先　TEL.62-0456／FAX.62-0606

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.5



エクラサポーターチーム
アナウンスチーム

うるおい交流館エクラで開催されるコンサートや式典で各種案内のアナウンス。

活 動 日　月１回程度
活動場所　小野市うるおい交流館エクラ
連 絡 先　NPO法人北播磨市民活動支援センター
TEL.63-8156／FAX.62-2400
E-mail. eclat-group@eclat-hall.com

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.6



エクラサポーターチーム
カメラボランティア

うるおい交流館エクラで開催されるコンサートや各種イベントで、写真を撮影。撮影した写真はチラシやSNSなどで活用。

活 動 日　月１回程度
活動場所　小野市うるおい交流館エクラ
連 絡 先　NPO法人北播磨市民活動支援センター
TEL.63-8156／FAX.62-2400
E-mail. eclat-group@eclat-hall.com

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.7



エクラサポーターチーム
フロントチーム

うるおい交流館エクラで開催されるコンサートや映画で受付、会場でのお客様のご案内。

活 動 日　月１～２回
活動場所　小野市うるおい交流館エクラ
連 絡 先　NPO法人北播磨市民活動支援センター
TEL.63-8156／FAX.62-2400
E-mail. eclat-group@eclat-hall.com

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.8



エクラ託児サポーター

うるおい交流館エクラ及びアルゴ利用者のお子さまの託児をとおした子育て支援活動（養成講座の受講が必要）。

活 動 日　不定期　１回２時間ほど
（託児内容により変更あり）
活動場所　小野市うるおい交流館エクラ
託児ルーム
連 絡 先　NPO法人北播磨市民活動支援センター
TEL.63-8156／FAX.62-2400
E-mail. takuji@ksks-arche.jp

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

ポイント対象 =おのスキッとポイント

No.9



NPO法人 生命の貯蓄体操普及会

丹田呼吸法×身体を緩める体操。心と体を調える、誰でもできるセルフケア。自律神経を調える、全身性の調整運動。

活 動 日　月４回
活動場所　大部、河合、市場、下東条の各コミセン
王子町、高田町、神明町、天神町、
片山町の各公民館
連 絡 先　河上すみよ（090-1489-9733）
TEL.63-3051／FAX.63-3051

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.10



おの育児 ファミリーサポートセンター

保育所・アフタースクール・習い事などへの子どもの送迎や自宅での預かり（講習会受講後から都合のよい時間に活動）。

活 動 日　５:00～22:00のうち
活動可能な時間
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-3611／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.11



小野おもちゃ病院

壊れたおもちゃを修理するボランティア。特別な技術は必要なし。初心者歓迎、見学OK。

活 動 日　原則、第４日曜日
（10:00～12:00）
活動場所　小野市うるおい交流館エクラ
サークル室
連 絡 先　NPO法人北播磨市民活動支援センター
TEL.63-8156／FAX.62-2400

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.12



おの介護 ファミリーサポートセンター

高齢者のお困りごと（掃除・買物・ゴミ出しなど）のお手伝い。男性も大歓迎（生活支援サポーター養成講座の受講が必要）。

活 動 日　平日８:00～17:00のうち
活動可能な時間
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2880／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

小野市の市外局番は 0794 です

No.13



おのガーデニングボランティア

種から花を育て、公共花壇に植えるほか、市内の教育機関・自治会・緑化団体へ配布する活動。

活 動 日　１回２時間、月２～３回程度
活動場所　ひまわりの丘公園 ほか
連 絡 先　小野市地域振興部 まちづくり課
TEL.63-2182／FAX.63-2614

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.14



小野市いずみ会

食生活を中心とした健康づくり、食育の推進活動。食生活改善推進員として料理教室、研修会などを開催。

活 動 日　１回３時間程度
連 絡 先　小野市市民福祉部 健康増進課
（いずみ会事務局）
TEL.63-3977／FAX.63-1425

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.15



おの手話サークル 虹

手話通訳など、聴覚障がい者の支援。聴覚障がい者団体の協力により、実戦的に手話を学び手話技術のスキルアップを図る。

活 動 日　毎週木曜日
活動場所　コミセンおの
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.16



小野手話サークル ひまわり

手話通訳など、聴覚障がい者の支援。
手話通訳者の資格を目指すもあり、手話でのコミュニケーションを楽しむもあり。

活 動 日　毎週金曜日、毎月第２土曜日
活動場所　コミセンおの
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

ポイント対象 =おのスキッとポイント

No.17



小野託児サークル
「このゆびと～まれ♪」

講座・講演会・議会などでの託児活動。
研修旅行や養成講座など、託児活動以外でも会員同士が交流できる場あり。

活 動 日　保健センター、図書館、各コミセンの講座開催日
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.18



小野短歌会

短歌一首を事前に提出し、当日は全員で合評を行う。事前に連絡すれば、見学は自由。

活 動 日　第１土曜日（13:00～15:00）
活動場所　コミセンおの
連 絡 先　芝本政宣（090-3895-5022）
FAX.62-3798

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.19



小野マジッククラブ

施設などへ訪問し、マジックを披露し、高齢者や地域の方と交流。スキルアップのため他グループの鑑賞会も実施。年間12回以上のマジックショーに出演。

活 動 日　第１水曜日（14:00～16:00）
活動場所　コミセンおの ほか
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.20



おの要約筆記 うさぎ

要約筆記など、難聴者の支援。
難聴者との交流、パソコン要約筆記、手書き要約筆記のスキルアップを図る。

活 動 日　不定期
活動場所　コミセンおの ほか
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

小野市の市外局番は 0794 です

No.21



お話会ボランティア

絵本の読み聞かせ、ストーリーテリング、わらべうたなど（図書館が実施するスキルアップのための講習や研修には必ず参加が必要）。

- 活 動 日　図書館が指定した日時（１回30分ほど、第２・４土曜日14:00～）
- 活動場所　小野市立図書館
- 連 絡 先　TEL.62-0456／FAX.62-0606

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.22



おはなしサークル「ピッピ」

保育所などで子どもたちに絵本の読み聞かせ。絵本やストーリーテリングの勉強など、スキルアップ講座やおはなし会もあり。

- 活 動 日　月1回程度
- 活動場所　図書館、チャイコム、保育園
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会 TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.23



介護予防サポーター
ふれあい楽らくサークル

脳いきいき麻雀くらぶでの麻雀指導やいきいき100歳体操フォロー講座での体力測定、ONO健康・福祉フェアなどのイベント補助など。

- 活 動 日　１回３時間程度（会場への行き帰りの時間を含む）
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会（小野市地域包括支援センター 担当：大山）TEL.63-2174／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.24



ガイドヘルパー
「やまなみの会」

視覚障がい者の外出支援（ガイドヘルプ活動）。小野市視覚障害者協会の活動時の支援など、安全な手引きを心がけている。

- 活 動 日　不定期
- 活動場所　コミセンおの ほか
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会 TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

ポイント対象 =おのスキッとポイント

No.25



カリタス点字

広報やカレンダーなどを点訳し、視覚障がい者へ情報提供。スキルアップのための学習会や研修会もあり。

- 活 動 日　毎週火曜日
- 活動場所　小野市社会福祉協議会
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会 TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.26



カリタス朗読

新聞、雑誌、エッセイ、小説などを録音し、CDにして、視覚障がい者へ定期的に発送。

- 活 動 日　第２水曜日、第１・２土曜日（13:30～17:00）
- 活動場所　コミセンおの
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会 TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.27



観光ボランティアガイド
「小野ガイドひまわり」

国宝浄土寺、広渡廃寺跡歴史公園、金鑵城遺跡広場など観光スポットを案内。
必要な知識などは先輩ガイドの指導あり。

- 活 動 日　１回１時間～月２・３回程度
- 連 絡 先　小野市観光協会（小野市地域振興部観光交流推進課内）TEL.63-1929／FAX.63-2614

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.28



きすみの森林ボランティア

「小野アルプスハイキングコース」ほか観光資源の保全活動。コース上の草刈、清掃や修繕箇所の点検パトロールなど。

- 活 動 日　１回１～２時間 年６回程度
- 連 絡 先　小野市地域振興部 産業創造課 TEL.63-1928／FAX.63-2614

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

小野市の市外局番は 0794 です

No.29



吉船の会

施設などへ訪問し、高齢者や地域の方と踊りをとおして交流。一緒に踊って楽しそうな姿を見ると、とてもやりがいを感じる。

- 活 動 日　木曜日 ほか
- 活動場所　コミセンおおべ ほか
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会
  TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.30



着付けボランティア

平安時代の衣装（十二単・束帯）や鎧兜の着付け体験の支援。

- 活 動 日　５月GWを含む２日間、１月の２日間、その他
- 活動場所　小野市立好古館
- 連 絡 先　小野市立好古館
  TEL.63-3390／FAX.63-3462

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.31



ぐるっといちば買援隊

市場地区で実施しているコープの移動販売車に買い物に来る方の見守りや手助け。

- 活 動 日　毎週月・水・金曜日のうち、手伝える時のみ
- 活動場所　移動販売車の停留箇所
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会
  TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.32



護身妙楽道

メンバー全員で和気あいあいと、太極拳を楽しんでいる。

- 活 動 日　月４回
- 活動場所　コミセンおおべ
- 連 絡 先　闈橋豊子
  コミセンおおべ
  TEL.63-6100／FAX.63-6101

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

ポイント対象 =おのスキッとポイント

No.33



Con La Musica 夢詩歌（コン ラ ムシカ）

北播磨地域クラシック音楽愛好家演奏団体。世代を越え、音楽の楽しさを共有。チャリティーコンサートなどに出演。

- 活 動 日　各コンサート（年４回程度）の２カ月前から、週１回程度の練習実施
- 活動場所　主にコミセンおの
- 連 絡 先　大津はるみ（090-1144-6758）
  FAX.64-5616
  E-mail. yopalfeliz@ybb.ne.jp

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.34



サークル陶

粘土から作り出す技に喜びを知り、会員相互の親睦を図り、生涯学習の楽しさを学ぶ。

- 活 動 日　毎週土曜日（13:00～17:00）
- 活動場所　あお陶遊館アルテ
- 連 絡 先　廣瀬宗男（090-2105-4581）

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.35



3B体操（コミセンおおべ）

ボール、ベル、ベルターという3種類の用具を使用し、音楽に合わせて行う健康体操。運動が苦手な方も無理なく楽しめる。

- 活 動 日
  シニア対象：毎週火曜日（９:00～10:00）
  成人対象：第２・４火曜日（10:15～11:15）
- 連 絡 先　村木満知子
  コミセンおおべ
  TEL.63-6100／FAX.63-6101

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.36



修理ボランティア

図書館が所蔵する資料や本の汚れ、破れなどの修理。

- 活 動 日　図書館が指定した日時（１回１時間、月１～２回）
- 連 絡 先　小野市立図書館
  TEL.62-0456／FAX.62-0606

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

小野市の市外局番は 0794 です

No.37



書架ボランティア

返却された本を書架に返したり、書架の整理などの活動。

活 動 日　図書館が指定した土日祝
（１回２時間、月１～２回）
活動場所　小野市立図書館
連 絡 先　TEL.62-0456／FAX.62-0606

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.38



スマイルシャワ～

施設などへ訪問し、ミュージック・ケアをとおして高齢者や地域の方と交流。楽器や小道具を活用して、心と身体をゆるめ笑顔あふれる活動。

活 動 日　不定期
活動場所　各コミセン、高齢者施設 ほか
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.39



TEAM裏方

うるおい交流館エクラのホールやハートフルサロンで開催されるイベントの舞台設営及び転換、照明、音響などのサポート。

活 動 日　不定期
活動場所　小野市うるおい交流館エクラ
連 絡 先　NPO法人北播磨市民活動支援センター
TEL.63-8156／FAX.62-2400
E-mail. urakata@ksks-arche.jp

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.40



チームオレンジ

認知症の方や家族への外出支援や見守り、相談。認知症に関する事業の運営補助。認知症サポーター養成講座を受講後、ステップアップ研修を受けた方。

活 動 日　随時
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
（小野市地域包括支援センター
担当：今枝）
TEL.63-2174／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.41



調理ボランティア 味くらぶ

ひとり暮らし高齢者などへ届ける弁当を調理。管理栄養士とともに喜んでもらえるようなお弁当を心をこめて調理。

活 動 日　火・金曜日
活動場所　コミセンおの 調理室
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.42



配食ボランティア いなほの会

ひとり暮らし高齢者などへ弁当を配達。地域の方とのふれあいを大切に、お弁当は必ず手渡しし、見守りを重視。

活 動 日　火・金曜日
活動場所　市内配達先
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.43



パン の むら

粉からパン生地を捏ねて、菓子パン・ピザ・ケーキなどいろいろな成形を楽しみ、おいしいパンを焼き上げる。

活 動 日　第３日曜日（９:00～13:00）
連 絡 先　須貝ひとみ
コミセンおおべ
TEL.63-6100／FAX.63-6101

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.44



福祉ボランティア「ステップ」

施設や作業所での軽作業や料理をとおして、精神障がい者及びその家族への支援や交流。

活 動 日　第３・４水曜日
活動場所　兵庫あおの病院、つつじ会作業所
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

ポイント対象 =おのスキッとポイント

小野市の市外局番は 0794 です

No.45



フラ ハーラウオ アーヌエヌエ

ハワイアンフラ（ダンス）だけでなく、ハワイの文化や歴史についても一緒に学ぶ。
自主イベントや地域活動にも参加。

活 動 日　金曜日14:00～、20:00～
　　土曜日19:00～（各１時間）
活動場所　エクラ・アルゴ ほか
連 絡 先　ナカオ（090-2386-0982）
E-mail. menehune821@yahoo.co.jp

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.46



フルーレットバレエ

一緒にバレエを楽しむ仲間を募集。発表会や地域のお祭りへの出演などもあり。講師の先生が優しく教えてくれる。無料体験レッスン可。

活 動 日　毎週土曜日
活動場所　コミセンいちば
連 絡 先　陰山美奈子
　　コミセンいちば
　　TEL.62-2454／FAX.62-2454

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.47



美加志保 下東条短歌教室

短歌を創作し、短歌の作歌の向上に向けて、会員全員で講評しあう。

活 動 日　第４日曜日
活動場所　コミセン下東条
連 絡 先　山本満代
　　TEL.67-0824／FAX.67-0824

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.48



みんなの食堂
（サドベリースクールゆ～ゆう）

子ども食堂・地域食堂として、子ども、高齢者、外国人など、多くの方が楽しい食事の時間を共有できる場を提供。

活 動 日　第２土曜日（11:30～13:30）
　　※料理がなくなり次第終了
活動場所　コープこうべ 小野組合員集会室
連 絡 先　多鹿雅子（080-2412-4486）
E-mail. yuyu0127san@gmail.com

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

ポイント対象 =おのスキッとポイント

No.49



みんなの台所
（特定非営利活動法人みらぽて）

子どもも大人も、立場や状況に関係なく、誰もが一緒に食事を作り、食卓を囲みながら交流できる地域ふれあい食堂。

活 動 日　第４土曜日（15:00～20:00）
　　※食事は17:00頃から
活動場所　コープこうべ 小野組合員集会室
連 絡 先　宮永麻紀（080-7655-5806）
FAX.70-7459／E-mail. info@mirapote.org

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.50



朗読会ボランティア

大人向け朗読会の開催（活動は朗読サークルたんぽぽが実施）。

活 動 日　図書館が指定した日時
　　（１回３時間程度）
活動場所　小野市立図書館
連 絡 先　TEL.62-0456／FAX.62-0606

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.51



朗読サークル こだま

広報、小説などを録音し、CDにして、視覚障がい者へ定期的に発送。

活 動 日　不定期
活動場所　小野市立図書館
連 絡 先　小野市社会福祉協議会
　　TEL.63-2575／FAX.63-5191

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.52



朗吟会

詩吟は、漢詩や和歌などさまざまな詩に、節をつけて自分の声で表現する芸術。年代を問わず、誰でも手軽にできる。様々な人と一緒に若々しい心と体を維持できる活動。

活 動 日　毎週金曜日（18:00～21:00）
活動場所　コミセンおの
連 絡 先　長尾修司（090-1077-6303）

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

小野市の市外局番は 0794 です

No.53



和布で小物をつくろう

和布を使用して、タペストリーや小物を、和気あいあいと楽しみながら作る。

- 活 動 日　第３木曜日(13:30～15:30)
- 活動場所　コミセンかわい
- 連 絡 先　藤井晶子
  コミセンかわい
  TEL.66-2030／FAX.66-2030

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.54



地域つながるサポーター
(地域活動・イベントお手伝い)

社会福祉協議会の行う地域づくりに関する活動やイベント、行事の準備作業や運営のお手伝い。

- 活 動 日　随時
- 活動場所　市内
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会
  TEL.63-2575／FAX.63-5191
  E-mail. tiiki@ono-shakyo.or.jp

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.55



地域つながるサポーター
(撮影ボランティア)

社会福祉協議会の行う地域づくりに関する活動やイベント・行事、また、市内各地で行われている地域活動などの写真撮影。

- 活 動 日　随時
- 活動場所　市内
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会
  TEL.63-2575／FAX.63-5191
  E-mail. tiiki@ono-shakyo.or.jp

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

No.56



地域つながるサポーター
(子どものための活動お手伝い)

社会福祉協議会の行う子どもを対象としたイベント、福祉学習などの準備作業や運営のお手伝い。

- 活 動 日　随時
- 活動場所　市内
- 連 絡 先　小野市社会福祉協議会
  TEL.63-2575／FAX.63-5191
  E-mail. tiiki@ono-shakyo.or.jp

初心者歓迎　ポイント対象　要研修・講習

ポイント対象 =おのスキッとポイント

今後も地域で
生き生きと活躍している各種グループ・団体
の情報を発信していきます。

皆さまからの情報もぜひ、
お寄せください。

絆カフェ

お子様からご高齢の方まで、地域の人々や医療・福祉の専門職の人が、おしゃべりをしながら気軽に利用できる「集いの場」です。

地域交流カフェ～ゆい～

手作りケーキセット200円(コーヒー・紅茶付き)

＊高齢者のつどいの場　＊子どもから高齢者まで三世代交流の場　＊介護、認知症相談

- 活 動 日　第２・４水曜日(13:30～15:00)
- 活動場所　小規模多機能型居宅介護支援事業所　さわらびの郷（西本町572）
- 連 絡 先　担当者／さわらびの郷　駒田　TEL.63-5101

栄宏会小野病院 絆カフェ

お茶代100円、材料費100円

＊認知症予防体操、脳トレ　＊作品作り　＊アロマテラピー　＊健康相談　＊音楽療法

- 活 動 日　第１・３木曜日(13:30～15:30)
- 活動場所　栄宏会小野病院（天神町973）
- 連 絡 先　担当者／栄宏会小野病院　楠田　TEL.62-9900

ふたばカフェ

喫茶100円(飲み物・お菓子)

＊介護、認知症相談

- 活 動 日　第２金曜日(13:00～15:00)
- 活動場所　高齢者総合ケア福祉施設ふたばの里（二葉町80-123）
- 連 絡 先　担当者／高齢者総合ケア福祉施設ふたばの里　山本・保井　TEL.70-0203

小野市の市外局番は ☎ 0794 です

ふれあい・いきいきサロンって?



ふれあい・いきいきサロンは、地域の高齢者が気軽に集えるサロンです。
仲間とのふれあいを目的に、茶話会やボランティアの催し物など、
自分たちで企画をし、楽しみます。　※開催日・回数は変更になる場合があります。

いきいき100歳体操って?



いきいき100歳体操は、全国的に広がっている筋力アップのための体操です。
椅子に座り、おもりを手首や足首につけて、30分程度の体操を行います。

ふれあい・いきいきサロン

小野西地区

- **上本町**(上本町公民館)
  第4月曜日
- **西本町【健康倶楽部】**(西本町公民館)
  毎週月曜日(不定期で水曜日も)
- **東本町**(東本町公民館)
  第2、第4水曜日
- **丸山町**(丸山町公民館)
  不定期
- **垂井町**(垂井町公民館)
  毎週金曜日
- **葉多町**(葉多町公民館)
  水曜日(月3回)
- **下大部町【ひまわり会】**(下大部町公民館)
  第3土曜日
- **神明分譲地**(神明分譲地ふれあい会館)
  第2、第4木曜日
- **ビレッジハウス片山**(片山集会室)
  火曜日or金曜日(月1回)

小野東地区

- **中町(新田団地)**(新田団地集会所)
  水曜日(月1～2回)
- **長尾町**(長尾町公民館)
  水曜日、土曜日(月1回)
- **小野ニュータウン**
  (小野ニュータウン公民館)
  第3木曜日(5月、11月、3月は第3土曜日)
- **天神東が丘【日曜喫茶室】**
  (天神東ケ丘自治会公民館)
  第2日曜日

河合地区

- **河合中町**(河合中会館)
  4月・8月・12月・2月で月1回
- **河合西町【なでしこの会】**
  (河合西町会館)
  毎月10日・25日
- **新部町(井ノ口)**(井ノ口公民館)
  毎週日曜日
- **新部町(大寺)**(大寺公民館)
  第2、第4木曜日
- **昭和町**(昭和会館)
  毎週水曜日
- **粟生町(島)**(島公会堂)
  第4木曜日

来住地区

- **黍田町**(黍田会館)
  金曜日(月1～2回)
- **下来住町1組【山寄カフェ】**
  (山寄公民館)
  第1月曜日
- **下来住町2組**
  (下来住町2組公民館)
- **来住町(舟本)**(舟本公会堂)
  第2日曜日
- **福甸町**(福甸町公民館)
  第1水曜日

市場地区

- **市場町(下市場)**(市場町公民館)
  火曜日(月1回)
- **市場町(寺脇)**(寺脇公会堂)
  木曜日(月1回)
- **大島町(西)**(大島町西公民館)
  第2土曜日
- **大島町東**(大島東公民館)
  月曜日(月1回)
- **山田町【おれんじさろん】**
  (山田町公民館)
  第2月曜日
- **育ヶ丘町**(育ヶ丘自治会館)
  月曜日(月1回)
- **育ヶ丘町【いくちゃんカフェ】**
  (育ヶ丘自治会館)
  第2金曜日、第4月曜日

大部地区

- **高田町**(高田町公民館)
  毎週水曜日
- **喜多町**(喜多町公民館)
  土曜日(月1回)
- **鹿野町**(鹿野町公民館)
  毎週月曜日
- **住永町**(住永町公民館)
  第1月曜日、第2木曜日
- **中島町**(中島町公民館)
  土曜日(月3～4回)
- **古川町**(古川町公民館)
  月1～2回

中番・下東条地区

- **うぐいす台**(うぐいす台集会所)
  毎週金曜日
- **曽根町**(曽根町公民館)
  第1、第3月曜日
- **菅田町**(菅田町公民館)
  月曜or土曜(月1回)
- **住吉町(上)【やすらぎ】**
  (住吉町上公民館)
  第3木曜日
- **住吉町下部**(住吉町中央公民館)
  月曜日(月1回)
- **久保木町**(久保木町公民館)
  月曜日(月1～2回)
- **高山町なごやかサロン**
  (高山町公民館)
  第1、3月曜日

参加希望などお問い合わせは、
小野市社会福祉協議会まで
TEL.63-2575

いきいき100歳体操

小野西地区

- **上本町**(上本町公民館大広間)
  毎週月曜日
- **本町**(本町会館)
  毎週火曜日
- **本町1丁目**(本町1丁目公民館)
  毎週木曜日
- **西本町**(西本町公民館)
  毎週水曜日
- **丸山町**(丸山町公民館)
  第2、第4月曜日
- **神明町**(神明町公民館)
  毎週火曜日(第5週は休み)
- **垂井町**(垂井町公民館)
  毎週金曜日
- **下大部町**(下大部町公民館)
  毎週木曜日
- **片山町**(片山町講民会館)
  毎週金曜日(1月と8月は休み)
- **田園町**(田園町集会所)
  毎週金曜日
- **上新町**(上新町公民館)
  毎週土曜日
- **神明分譲地**(神明分譲地ふれあい会館)
  毎週木曜日
- **小野神明住宅**
  (小野神明団地3号棟1階コミュニティセンター)
  第2、第4金曜日

小野東地区

- **中町**(中町公民館)
  第2、第4月曜日(祝日は休み)
- **中町新田団地**(新田団地集会所)
  毎週水曜日
- **天神町**(天神やすらぎの家)
  毎週水曜日
- **長尾町**(長尾町公民館)
  水曜日(月3回)
- **栄町**(栄町農業構造改善センター)
  第1、第3日曜日
- **黒川町**(黒川町公民館)
  毎週火曜日
- **大開町**(大開地区構造改善センター)
  毎週水曜日
- **北丘町**(北丘町集会所)
  毎週水曜日
- **小野ニュータウン**(小野ニュータウン公民館)
  毎週木曜日(1部2部に分けて実施)
- **天神東ヶ丘**(天神東ヶ丘公民館)
  毎週月曜日
- **浄谷団地第一自治会**
  (田中喜美子様 自宅)
  毎週火曜日
- **枯山水の会**(コミセンおの)
  火曜日(月2回)

河合地区

- **復井町**(復井会館)
  第2、第4金曜日
- **西山町**(西山会館)
  毎週月曜日
- **青野ヶ原町**(青野ヶ原会館)
  毎週月曜日
- **河合中町**(河合中会館)
  毎週木曜日
- **河合西町**(河合西会館)
  毎週木曜日
- **新部町大寺**(大寺公民館)
  第2、第4木曜日
- **新部町本村**(新部会館)
  毎週火曜日
- **昭和町**(昭和会館)
  毎週水曜日
- **青野原グリーンハイツ**
  (青野原グリーンハイツ自治会館)
  第1、第3火曜日
- **三和町**(三和町公民館)
  第2、第4月曜日
- **粟生町**(粟生会館)
  第2、第4火曜日
- **粟生町島**(島公会堂)
  毎週木曜日

来住地区

- **黍田町**
  (小野市黍田地区多目的研修集会施設)
  毎週金曜日
- **下来住町2組**
  (下来住町2組公民館)
  第2月曜日
- **下来住町山寄**(山寄公民館)
  第2、第4水曜日
- **来住町交流会**(来住町原公会堂)
  毎週月曜日(祝日は休み)
- **来住町シニア**(来住町原公会堂)
  第1、第3水曜日
- **阿形町**(阿形町公民館)
  毎週月曜日
- **西脇町**(西脇町公民館)
  第2、第4木曜日
- **福甸町**(福甸町公民館)
  毎週水曜日

市場地区

- **市場町**(市場町公民館)
  毎週金曜日
- **榊町**(榊町公民館)
  毎週月曜日
- **大島町中**(大島町中老人クラブ集会所)
  毎週火曜日
- **大島町東**(大島町東公民館)
  第2～第5月曜日
- **山田町**(山田町公民館)
  毎週月曜日
- **育ヶ丘町**(育ヶ丘町自治会館)
  毎週水曜日
- **コミセンいちば**(コミセンいちば)
  毎週水曜日

大部地区

- **高田町**(高田町公民館)
  毎週水曜日
- **喜多町**(喜多町公民館)
  土曜日(月2回)
- **鹿野町**(鹿野町公民館)
  毎週月曜日
- **住永町**(住永町公民館)
  毎週月曜日
- **王子町**(王子町公民館)
  毎週水曜日
- **中島町**(中島町公民館)
  毎週土曜日
- **広渡町**(広渡町公民館)
  毎週水曜日
- **古川町**(古川町公民館)
  毎週月曜日

中番・下東条地区

- **万勝寺町**(万勝寺地区構造改善センター)
  毎週土曜日
- **うぐいす台**(うぐいす台集会所)
  毎週木曜日
- **曽根町**(曽根町公民館)
  第1、第3月曜日
- **小田上町**(小田上町公民館)
  毎週金曜日
- **小田下町**(小田下町公民館)
  毎週月曜日
- **南小田**(南小田公民館)
  毎週金曜日
- **福住町**(福住町公民館)
  第2、第4金曜日
- **中番町**(中番町公民館)
  毎週月曜日
- **菅田町**(菅田町公民館)
  毎週月曜日(6月10月は休み)
- **住吉町**(住吉町公民館)
  毎週月曜日
- **久保木町**(久保木町公民館)
  毎週月曜日
- **高山町**(高山町公民館)
  毎週月曜日

参加希望などお問合せは、
小野市地域包括支援センターまで
TEL.63-2174

小野市の市外局番は 0794 です