



夜

お昼から夕方

剪



きた 康子 きた 健太郎

きたさん夫婦の一日

8 つのポイント

つま先 しっかりと
大地をキック



北区
おでかけ
マップ

令和
7年度版

(名北・杉村)



北区おでかけマップ

<http://kitashakyo.jp/wp342/senior/ikiiki/map1/>



北区 とる まい るま す大

サロン情報：2024 年 12 月現在
編集・発行：北区地域包括ケア推進会議
更新年月：2025 年 4 月

若葉 中学校区MAP

名北・杉村

サロンの記号の見方

認知症カフェ	おしゃべり	お茶
歌・カラオケ	ものづくり	ゲーム (麻雀・将棋など)
子ども食堂	その他	
グラウンドゴルフ	体操	スポーツ
所在地	参加費	活動時間
対象者	お問い合わせ先	

集会所・コミュニティセンター グラウンドゴルフ 公園

運動系(アルファベット) サロン・文化系(数字)

1 Cafe' 紫音

ディサービス 紫音の里
玄関ホール・テラス(辻本通1-27)
●有 ● 最終木曜14時～16時
●どなたでも(予約制)
☎ ディサービス 紫音の里(☎910-3611)

2 カフェとも、いっしょ さくらカフェ

そよら上飯田2階 サイゼリア内
(織部町1-1)
●有 ● 偶数月 第3金曜(原則)
10時～12時
●どなたでも ☎ 北区東部いきいき

3 花カフェ

尾上団地1号棟 花カフェ内(尾上町1-2)
●有 ● 月・水・金曜8時30分～12時
●どなたでも ☎ 花カフェ(☎508-6080)

4 サロンコスモス

平安会館名古屋斎場(瑞光町3-12)
●無 ● 月末近くの友引の日
10時～11時30分
●どなたでも
☎ 北医療生協 事務局(☎914-4554)

5 名北コミセン(下飯田町3-3-1)

名北みんなのサロン
●有 ● 第4土曜9時30分～11時30分
●名北学区の方どなたでも ☎ 北区社協

ゆうゆうサロン名北

●無 ● 年4回(5・6・9・11月)
第4火曜13時30分～15時
●65歳以上で名北学区住民 ☎ 北区社協

6 いろいろサロン・わぎつね

個人宅(石園町1-21)
●無 ● 第2日曜10時30分～12時
●どなたでも ☎ 北区社協

7 モーニングサロン

介護老人保健施設 生協わかばの里1階
ひだまりひろば(城東町5-114)
●有 ● 不定期 年4回
●地域住民
☎ 北医療生協事務局(☎914-4554)

8 杉村コミセン(水切町6-87)

友遊サロン
●無 ● 第3金曜 偶数月10時～12時
奇数月13時～15時
●杉村学区の高齢者 ☎ 北区社協

お茶会すぎむら

●無 ● 第2・4木曜10時～12時
(12月は第1・3木曜)
●杉村学区の高齢者 ☎ 北区社協

9 脳トレ元気クラブ

杉村学区会館 2階(東長田町1-16-4)
●無 ● 第2・4月・火曜13時～16時
●65歳以上の方 ☎ 北区社協

10 夢茶や (東区芳野3-13-2後藤ビル1階)

絵本カフェ☆楽読会

※近郊のサロンです
●有 ● 第3金曜13時30分～15時30分
(8月休み)
●どなたでも ☎ 夢茶や(☎931-8909)

歌声喫茶むちゃや

※近郊のサロンです
●有 ● 第4金曜13時30分～15時30分
(祝日などの場合変更あり)
●どなたでも ☎ 夢茶や(☎931-8909)

麻雀クラブ夢茶や

※近郊のサロンです
●第2・4水曜10時～12時(初心者対象)
第2・4水曜13時30分～15時30分
●有 ● 女性中心どなたでも
☎ 夢茶や(☎931-8909)

ちくちく倶楽部

※近郊のサロンです
●有 ● 第1・3土曜9時30分～15時
●どなたでも ☎ 夢茶や(☎931-8909)

A ラジオ体操の会

コープ野村上飯田駐車場
(雨天は住宅ビロティ)(辻町流7-2)
●無 ● 毎日6時30分～6時40分
(正月三が日休み)
●住宅居住者、近隣住民、
黒川ウォーキングの人
☎ 北区東部いきいき

B 名北グラウンドゴルフ協会

名北小学校(下飯田町1-34)
●無 ● 土曜または日曜9時～11時
●どなたでも ☎ 北区東部いきいき

おでかけスポット

すずらん公園

いろいろな
運動器具もあります。



※都合により変更や開催中止となる場合がございます。
実施状況は各サロンにお問い合わせください。

