

No.	団体名	活動場所（エリア）	校区名	活動について	
				開催頻度	活動概要
1	ひなたぼっこ	高師校区市民館	高師	月2回	【開催日】第3水曜日、10：00から12：00ごろ 内容：体操、講座、お楽しみ企画、おしゃべりカフェ、もったいない交換会 参加費：お茶代100円（製作や調理時は実費） 【開催日】第4水曜日、10：00-12：00ごろ 内容：折り紙 参加費：200円
2	岩田校区 支え合い活動「のん・ほい」	岩田校区	岩田	随時	【開催日】随時 内容：日常生活でちょっとした困りごとを地域のボランティアがお手伝い。岩田校区在住で65才以上の人一人暮らしの高齢者または高齢者のみの世帯が対象。基本はボランティア1人が30分以内でできるお手伝い。 利用料金：100円/30分 草むしり、枝切りは500円/30分 (自治体未加入者はプラス100円)
3	あんずカフェ	豊橋生協会館（牟呂・松崎町）	汐田	月1回	楽しくおしゃべりする場の一つとして、折り紙、オカリナの演奏、骨密度・血管年齢の測定、熱中症予防の学習など定期的に計画しています。 毎回10分程度体操や脳トレードなどを行っています。
4	彩幸クラブ	大清水校区と周辺	大清水	月1回	【開催日】毎月第3金曜日、13：30から15：00 内容：大清水ハーモニカ俱楽部のハーモニカ演奏にあわせて皆で歌ったり出前講座で体操や健康関するお話をする 参加費：無料
5	きてみてひろばつじ	つつじが丘地域福祉センター	つつじが丘	月1回	毎月第4水曜日を活動日としています。午前10時から12時の時間で、前半は主にゲストによる講演、講習などを行い後半は歌や簡単な体操、お茶とお菓子で自由におしゃべりを楽しんでいます。参加費は100円です。
6	しゃべらまい会前田南	県営前田南住宅 1階集会室	松山	月1回	【開催日】第1火曜日、10時から11時30分 内容：10時～12時（片付け含む）までの間に①おしゃべり②三河弁ラジオ体操③手先を使った作品づくり、外部からの講師を招く等の脳トレ④コーヒータイム⑤大きな声で歌を歌う 参加費：100円/回
7	ちいきカフェたけのこ	磯辺校区	磯辺	月1回	【開催日】第4土曜日、11時から13時（12月から2月はお休み） 内容：地域のボランティアにより、食事やイベントを提供 健康イベント、輪投げ、射的、なんでもバザー 参加費：大人300円、子供（高校生まで）無料
8	天伯団地 ささえ合い活動 ひだまりの会	天伯団地	天伯	月3回	【開催日】第2金曜日、10時から11時30分 内容：手芸教室 参加費：100円 【開催日】第2土曜日、10時から11時30分 内容：歌声 そよ風 参加費：400円 【開催日】第4土曜日、10時から11時30分 内容：健康体操 参加費：100円
9	洗心会	牛川町洗島地区	牛川	月1回	【開催日】土曜日（7月から9月はお休み） 内容：理学療法士のお話と実技 落語をたのしもう、三代目愛狂亭駄楽氏 学生とクリスマスカード作成（3回で完成）
10	八町リビング ほっこり	八町	八町	月8回	【開催日】不定期、10時から11時30分 内容：体操ストレッチ、脳トレ、茶話会、クラフト他 参加費：100円 備考：月8回、各回場所を変えて開催 八町校区の方限定
11	げんき会 サロン活動「ブチ・カフェ」	東部老人会館	岩田	月1回	【開催日】第4土曜日、10時から11時30分 内容：ゲーム、歌、体操、おしゃべりタイムなど 参加費：100円/回（中岩田げんき会会員は無料）
12	オレンジカフェ 天伯	特別養護老人ホーム天伯 2F	天伯	月1回	毎月第4金曜日10:00～12:00 参加費無料、菓子・飲み物あり 出前講座・演奏会等40分×2 ほの国体操10分程度
13	ふれあい処華	富士見校区（富士見台二丁目29-8）	富士見	週3回	【開催日】毎週木・金曜日、13時から15時 内容：おしゃべり、困りごとを話し合い 参加費：380円（飲み物代として） 【開催日】第1日曜日、10時から12時 内容：絵手紙教室 参加費：420円（別途部屋代やはがき代がかかります） 【開催日】第1・第3木曜日、10時から12時 内容：つるしひな教室 参加費：600円（別途材料費などがかかります）
14	牛川北町「友和会」	牛川北町	牛川	月1回	1 「お助け隊」活動を実施中（過去にかなり実績があります） 2 お手伝いに関する料金はすべて無料 3 さわらび地域包括支援センター、民生委員、自治会との交流会合を行っている
15	もとまち集いカフェ	元町グループホーム	大清水	月1回	「食事やカフェ、イベントを楽しみながら、子どもからお年寄りまで、多世代で交流する場をつくりたい」そんな想いから地域のボランティアが運営しています。 参加費は子ども100円 大人300円です。
16	らく楽クラブ	仁連木老人福祉センター	東田	月2回	【開催日】第1・第3月曜日、10時から11時 内容：豊橋とんとん体操、口腔ケア、レクリエーション、ストレッチ、脳トレなど 参加費：無料
17	前芝カフェ運営委員会	前芝校区	前芝	週1回	【開催日】毎週水曜日、13時から15時 内容：季節の飾り物、健康体操、おしゃべり、工作など 参加費：500円/月

お互いさまのまちづくりネットワーク加入者一覧

R7.11.25時点

No.	団体名	活動場所（エリア）	校区名	活動について	
				開催頻度	活動概要
18	高師本郷町芳令会	高師校区	高師	月2回	<p>【開催日】第2月曜日、9時から10時 内容：定例会（各種報告会、おしゃべり） 参加費：無料</p> <p>【開催日】第2月曜日、8時30分もしくは9時から 内容：山腰第二公園の清掃、草取り、花壇の整備 参加費：無料</p>
19	吉田町万歩会	吉田町公民館	新川	月1回	<ul style="list-style-type: none"> ・健康づくり活動の推進 ・趣味などレクレーションのグループ活動 ・一品寄付 ・一声運動 ・新川小学校草取り
20	歴史を繙く会	豊橋共同職業訓練協会近辺	新川	月2回	<p>【開催日】第1・第3金曜日、13時30分から16時30分 内容：歴史の勉強会、史跡の現地見学など 参加費：200円/回</p>
21	みんなの居場所「しあわせクラブ」	植田一区公民館	植田	月1回	<ul style="list-style-type: none"> ・毎月第4火曜日午後1時30分～午後3時30分 ・参加費100円 ・出前講座 ・大正琴、ハーモニカ、キーボード&ギターの演奏で歌う ・折り紙とおしゃべり ・地域包括支援センターによるお話しと体操
22	小松町 みんなの居場所	小松町	栄	月1回	<p>参加料金100円 「赤ちゃんからどなたでも一緒に時を過ごしましょう」のフレーズをもとに高齢者等気軽に集まりお茶、コーヒー等で会話を楽しむ。</p>
23	鉄山カフェ	小池鉄山町集会所	福岡	月1回	<p>【開催日】第3木曜日 内容：出前講座、社会福祉団体の研修、食事会、童謡等歌唱 原則はおしゃべりの会（参加者と話し合って内容を決めます） 参加費：100円</p>
24	オアシス 笑顔	デイサービス寄りあい内	牟呂・吉田方	月1回	<p>【開催日】第2日曜日、13時30分から15時 内容：脳トレ体操、筋トレ体操、レクリエーション、茶話会 参加費：200円（お茶菓子代）</p>
25	とまり木クラブ なごやかフェ	自宅敷地内	松葉・吉田方	月4回	<p>【開催日】第3水曜日、14時から16時 内容：とまり木クラブ なごやかフェ（体操・お茶タイム） 参加費：500円（80歳以上無料）</p> <p>【開催日】第3月曜日、9時30分から13時ごろ 内容：とまり木クラブ 草木染の会（草木染） 参加費：1000円から2000円（材料費）</p> <p>【開催日】第1日曜日、10時30分から12時30分 内容：とまり木クラブ ポイストレーニングの会 参加費：3000円（80歳以上500円）</p> <p>【開催日】第1金曜日 内容：とまり木クラブ 時短簡単お料理教室</p>
26	特定非営利活動法人 Mix up	市内全域	特定の校区なし	月2回	<p>【開催日】第1・第3木曜日、9時から11時 内容：健常体操「さわやか会」 講座開催を行うこともあります 参加費：500円/回（年会費3000円）</p> <p>【開催日】随時 内容：お手伝い活動（買い物同行、草取り、衣替えなど） 申込：500円/回</p> <p>【開催日】不定期（主に祝日）、11時から15時 内容：地域食堂 参加費：大人300円、子ども100円</p> <p>【開催日】年4回（主に日曜日）、13時から15時 内容：子育てセミナー</p> <p>【開催日】随時 内容：子育て相談</p>
27	いちょう倶楽部	南陽生涯学習センター	中野	月1回	<p>【開催日】第4木曜日、10時から11時30分 内容：閉じこもり防止、ストレッチ、筋トレ、リズム体操、フォーカダンス、ゲーム、お茶、饅頭 参加費：300円/回</p>
28	いーばしょサロン花田	自宅または花田校区市民館	花田	月3・4回	<p>【開催日】第4火曜日、13時から14時 内容：スマホ教室（脳トレゲーム、麻雀教室） 参加費：無料</p> <p>【開催日】第3水曜日、10時から12時 内容：麻雀教室</p> <p>【開催日】第2火曜日、13時から14時 内容：脳トレゲーム 参加費：無料</p> <p>【開催日】第3火曜日、13時から14時 内容：二胡を聴いたり歌ったりする会 参加費：無料</p>
29	第一和来会	校区内	多米	月1回	<p>【開催日】第2月曜日、10時から12時 内容：出前講座の実施、CDに合わせて体操、サロン、トランプ、ゲームなど 参加費：100円/回</p>
30	PPKサークル	市内	牟呂	月3回	<p>【開催日】原則第1、2、3土曜日 内容：健常体操 参加費：500円／月（インストラクターを招へいするため）</p> <p>【開催日】第1・3木曜日、9時30分から11時30分 内容：活舌トレーニング、ホコリハ、ラジオ体操、歌の練習、誕生日、食事会、ゲーム、ピンゴゲーム 参加費：100円/回</p>
31	木曜会	大崎町民会館	大崎	月2回	

No.	団体名	活動場所（エリア）	校区名	活動について	
				開催頻度	活動概要
32	金田住宅ふれあいサロン	石巻地区	石巻	月1回	【開催日】第3日曜日、10時から11時30分 内容：参加者紹介、健康体操、脳トレゲーム、誕生日お祝い、 ピンゴゲーム、合唱 参加費：200円/回
33	ありがたや	まちかどステーション南栄（1F）	栄	週1回	【開催日】木曜日15時から17時 内容：多世代交流（おしゃべり、遊び、絵本の読み合い、紙芝居） 備考：本の貸し出しに登録料金あり 1家族 100円/年
34	松山・新川健康体操	松山・新川校区市民館	松山・新川	月4回	【開催日】月曜日（新川）火曜日（松山） 内容：健康体操など 参加費：1000円/月 備考：ヨガマットがあるとよい
35	大清水ささえあいの会	大清水町内	大清水	月1回	【開催日】第3水曜日、9時30分から11時30分 内容：健康体操、ハーモニカ、出前講座（落語や脳トレ体操など） 参加費：200円/回 備考：どなたでも 【開催日】随時 内容：ちょっとした困りごとをお助け 利用料金：100円/30分（自治会員） 200円/30分（非自治会員） 備考：大清水町限定
36	いしまきクラブ	石巻校区市民館	石巻	週1回	ほの固体操、口腔ケア等 参加費 月500円 毎週火曜日 13:30～14:30
37	やまおくジム 石巻の風	石巻の風 カフェ	石巻	月1回	介護予防のための「やまおく体操」をやります。日々の生活に困らない体づくりを目的としています。初回～10回目まで参加費用無料。11回目～1回550円
38	笑ら輪まい会	多米	多米	月1回	助け合い活動を中心とした生活支援活動
39	カリオン広場	松葉地区	松葉	月1回	【開催日】第3水曜日、10時から11時30分 内容：運動・脳トレ、ゲーム 参加費：200円/回
40	やまぐちさんちのハピネス食堂	向山校区	向山	月2回	ほの固体操、ストレッチ、脳トレ、歌、レクリエーション 今後の活動で子どもとの交流を考えています。
41	草間町助け合いの会	草間町、内張町	磯辺	月2回	R7.8月末活動休止、今後どうなるかはまた連絡をいただける
42	ほのぼのサロン	東大清水、南大清水	大清水	月1回	【開催日】第4土曜日、13時30分から15時 内容：地域のハーモニカ同好会の伴奏で合唱、 ほの固体操リーダーによる健康体操、季節のイベント 参加費：200円/回（小中学生は無料）
43	集いカフェ「おいでん」	植田	植田	月1回	【開催日】第2木曜日（8月を除く） 内容：みんなで歌おう（童謡、唱歌、昭和の歌謡曲など） ストレッチ、いろいろなゲーム 参加費：無料
44	ゆた楽な暮らし	アンキカフェ	牟呂	月1回	【開催日】不定期 内容：生前整理、片づけ講座 参加費：内容による
45	本郷お互いさまの会	本郷校区	高師・芦原	週1回	【開催日】随時 内容：困りごとをお手伝いします 利用料金：自治会員 1000円/30分 非自治会員 2000円/30分 【開催日】通年（木曜日を除く） 内容：どうぞのはこ 備考：本郷生涯学習センターロビー内
46	やよい脳トレ体操	弥生自治会館	栄	週1回	【開催日】火曜日 内容：5分間の簡単な脳トレ筆記を行う。DVDを使い、数種類の童謡を歌いながらの体操・脳すっきり体操・ストレッチ・筋力アップの運動・豊橋とんとん体操を行います。 参加費：500円/月
47	下条を考える会	下条校区	下条	月1回	おしゃべりをしたり、講話やハーモニカ演奏を聞いたりするなど回によって内容は異なります。子どもから大人まで誰でも参加できます。
48	はなぞの広場	豊橋別院	松山	月1回	【開催日】第4水曜日（会場の都合で変更もある）、10時から11時30分 内容：スローエアロピックで音楽に合わせて体を動かす 声のアンチエイジングや筋トレもします 参加費 300円/回（会場使用料が発生するため）
49	横さと会	横須賀町内	津田	月2回以上	【開催日】第1・3土曜日、8時から10時 内容：コスモス迷路づくり、種まき、草取り、共同畑の野菜づくり、作業後ビニールハウスで交流 参加費：2000円/年（コーヒー代、肥料、道具代） 【開催日】随時 内容：津田っ子畑の野菜作りのお手伝い（草取り、耕うんなど） 参加費：無料
50	にこここサロン	曙若松町公民館	幸	月1回	【開催日】第3火曜日、10時から11時30分 内容：出前講座（交通事故防止、ACPについてなど）、お楽しみ会 参加費：100円/回
51	まりさん家	願成寺	旭	月1回	食事提供、地域交流、持ち寄りマルシェ、学習支援などをしています。 参加費 大人300円 子ども100円
52	シクラメン	富士見台	富士見台	月3回	【開催日】金曜日、1時間程度 内容：認知症予防の活動 参加費：100円
53	特定非営利活動法人 ぽかぽかの森	神野新田町	牟呂	月24回	【開催日】毎週金曜日、10時から11時30分 内容：脳トレ体操、歌、ゲーム、多世代で交流ができる居場所、 相談、おしゃべり時間 参加費：お気持ちで 備考：見学OKです、無料です

No.	団体名	活動場所（エリア）	校区名	活動について	
				開催頻度	活動概要
54	お気楽会	豊橋南部	杉山	月2回	【開催日】第1・第3水曜日、10時から11時30分 内容：介護予防として体、頭、心を動かし、参加者同士の交流を大切にしています 参加費：300円/回
55	健幸カラダつくり	牟呂・花田	牟呂・花田	月2回	高齢者を中心としたフレイル予防を目指し、身体つくりの情報コミュニケーション（雑談）を行います。体力測定（握力）や片足立ちも行います。
56	あさ丘カフェ	コープあいち地域交流スペースサロン	岩田	月1回	【開催日】第3金曜日、13時から15時 内容：気軽に集まりお茶を飲みながらおしゃべりしましょう。演奏や歌を楽しみ、体を動かし、役立つ情報を学んだりして健康寿命を伸ばしましょう。お気軽にどうぞ。 参加費：100円/回（飲み物代） 備考：高齢の方の参加が多いですが、どなたでもどうぞ。
57	和やかサロン	津田校区	津田	月1回	【開催日】第3木曜日、10時から12時 内容：輪投げ・室内ペタシング・玉入れ・テレビゲーム・間違探し・折り紙・カラオケなど 参加費：100円/回（子どもは無料）
58	とよはしちよいボラの会	豊橋市内全域	特定の校区なし※（連絡係の会）	月20から30回	【開催日】随時 内容：困りごとのある人の依頼を受け、適宜活動している。 利用料金：300円
59	介護予防カフェ 珞音の森	本郷地区	高師	週6回	【開催日】第1・第3水曜日、13時から14時 内容：脳トレ体操 参加費：500円（ミニデザート付き）+ドリンク代 備考：脳トレ体操後、ミニデザート・ドリンクを飲みながらおしゃべりタイムやカラオケ 【開催日】月1回不定期、11時から16時 内容：ワンポイント整体（10分ほど体を整えてくれる） 参加費：500円+ドリンク代
60	オレンジカフェ 大河	茶房「大河」	新川	月1回	【開催日】第1火曜日、15時から16時 内容：地域の有志の方と地域包括支援センターで運営しており、主にお茶を飲みながらおしゃべりを楽しんでいます。 レクリエーションもあります。 参加費：500円/回（ドリンク代+茶菓子代） 備考：「認知症を正しく理解しよう」というお気持ちのある方なら、どなたでも参加できます。
61	ふれあい食堂 きりん堂	新川校区	新川	月1回	【開催日】月1回（日曜日）10時から13時 内容：学習支援、食事提供 参加費：子ども100円、高校生以上200円 備考：多世代交流を目的に子どもから高齢者までどなたでも参加できるふれあい食堂
62	NPO法人 BlueHeart	吉川町	吉田方		地域高齢者の見守り活動を実施しています。子どもから高齢者までの多世代交流を目的とした食堂を開催しています。子ども200円、大人300円で運営しています。
63	もちよりカフェ 森の葉	植田校区	植田	月1回	【開催日】第3金曜日、13時から15時（8月は休み） 内容：参加者がやりたいことを行う（動画視聴、お菓子作りなど） 参加費：大人100円/回 備考：多世代交流が目的です
64	みんなの広場	多米3区集会所	多米中町3区	月1回	【開催日】第3水曜日10時から12時 内容：健康体操、歌、クイズ、おしゃべり 参加費：無料
65	若ガエル	花田校区市民館	花田・羽根井	月4回	毎月第1・3・5水曜日 10:00～12:00、第2・4金曜日 13:00～15:00に開催。参加費は無料です。体操、歌、はり絵、折り紙、ハンドベル練習、遠足などを行っています。
66	モルックくつろぎ場きりんのむれ	吉田公園、きりん堂	新川	月1回	「モルック」というスポーツを通じた地域づくり、多世代交流を行います。申込は不要です。毎月第2土曜日10:00～11:00モルック（無料）、11:00～11:30くつろぎ場（参加費100円） 雨天時はきりん堂でのくつろぎ場のみ開催です。
67	鷹丘みどり会	鷹丘校区	鷹丘	月1回	【開催日】偶数月第4日曜日、9時から12時 内容：8時から9時に公園清掃、9時から10時にお茶を飲みながらおしゃべり 【開催日】7.8.12.1月に開催 内容：地域食堂を開催 【開催日】随時 内容：助け合い活動
68	森の家 シルバーの会	にじの森幼稚園 森の家	飯村	月1回	【開催日】月1回（木曜日）、10時から11時30分 活動内容：茶話会、ビーズ細工、体操 参加費：100円/回（お茶代）
69	えがおラボ	新栄町公民館	吉田方	月1回	【開催日】第3日曜日（予定） 活動内容：健康体操、腸活スイーツ、音楽健康法など 参加費：300円/回（老人クラブメンバーはクラブから100円補助）
70	プラチナC	支え愛カフェオレンジ内（岩田校区）	岩田	月1回	【開催日】第2金曜日、10時から11時30分 内容：体操や防災、茶会など会員の話し合いをしたいことや自治会行事等に協力 参加費：活動内容により変動 備考：北岩田3区在住の人
71	ひらめき会	磯辺校区市民館	磯辺	月1回	【開催日】第2月曜日、14時から15時30分（祝日でも開催） 内容：身体機能の向上、コグニサイズで認知機能の向上 参加費：200円/回
72	にっこりサロンじいばあ	あいトピア	旭	月1回	【開催日】第3水曜日、10時から12時 内容：映画鑑賞・歌・モルック・季節のイベントなどを開催 参加費：200円/回
73	マイスイートホーム	西船自治会館	松葉	月1回	毎月第4木曜日 14時から 脳トレや体操、百人一首や麻雀、手編みなどを行う 参加費は無料

お互いさまのまちづくりネットワーク加入者一覧

R7.11.25時点

No.	団体名	活動場所（エリア）	校区名	活動について	
				開催頻度	活動概要
74	おしゃべりなかも	特別養護老人ホーム カサブランカ	つつじが丘・飯村	月1回	毎月第2月曜日 歌やゲーム、体操などを行う 参加費無料
75	スズヤ	梅ヶ丘	前芝	週1回	【開催日】水曜日 内容：おしゃべり（お茶とお菓子付き） 参加費：200円/回
76	男子厨房に入ろう会	コーポ中央包括内 えんがわ	新川	月1回	【開催日】第3金曜日 内容：男性のための居場所、料理作りなど

※掲載内容は随時変更する可能性があります。