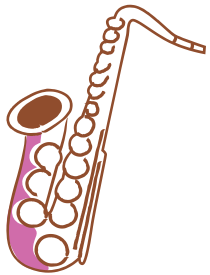


令和
8年度版



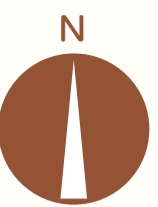
北区

おでかけマップ

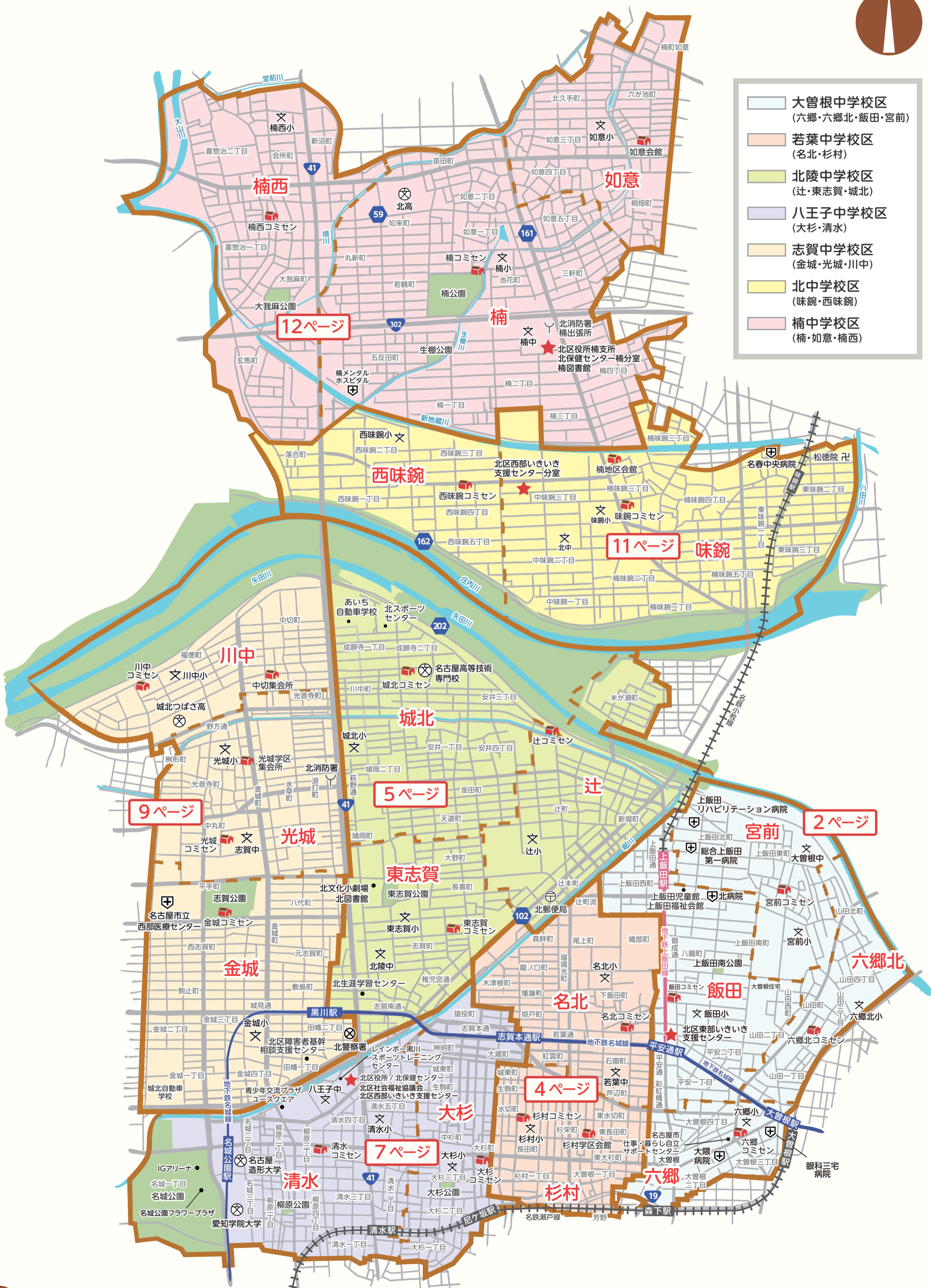


全体マップ	P.1
大曾根中学校区(六郷・六郷北・飯田・宮前)	P.2~P.3
若葉中学校区(名北・杉村)	P.4
北陵中学校区(辻・東志賀・城北)	P.5~P.6
八王子中学校区(大杉・清水)	P.7~P.8
志賀中学校区(金城・光城・川中)	P.9~P.10

北中学校区(味鉢・西味鉢)	P.11
楠中学校区(楠・如意・楠西)	P.12
フォトギャラリー・上飯田福祉会館	P.13
高齢者はつらつ長寿推進事業(フレンドリークラブ) なごや認知症カフェ・子ども食堂	P.14
健康づくりのポイント・きたさん夫婦の一日	P.15



- 大曾根中学校区
(六郷・六郷北・飯田・宮前)
- 若葉中学校区
(名北・杉村)
- 北陵中学校区
(辻・東志賀・城北)
- 八王子中学校区
(大杉・清水)
- 志賀中学校区
(金城・光城・川中)
- 北中学校区
(味鏡・西味鏡)
- 楠中学校区
(楠・如意・楠西)



大曽根 中学校区MAP

六郷・六郷北・
飯田・宮前

文化系サロン版

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
- 公園
- 運動系(アルファベット)
- サロン・文化系(数字)

1 あいちゃんカフェ

愛生会本部(上飯田通2-37 CKビル1階)
 ●有 ● 偶数月 第3金曜14時~15時30分
 ●地域住民 ☎ 総合上飯田第一病院
(991-3111 内線2001)

2 北町健康王国

ウエルシア上飯田北町店(上飯田北町1-73)
 ●無 ● 第3水曜14時~15時
 ●どなたでも
 ☎ ツクイ名古屋補(909-7075)
 ウエルシア上飯田北町店(919-6146)

3 わいわい子ども食堂

北医療生協 すまいるハートビル2階
 上飯田ワイワイルーム(上飯田北町1-20-2)
 ●無 ● フードステーション
 第2日曜10時~11時(変更あり)
 ●どなたでも(要予約)
 ☎ 北医療生協 事務局
 「子ども食堂専用電話」(080-3636-5151)

4 SOMPO流 子ども食堂 大曽根

そんぼの家 大曽根(上飯田東町2-1101)
 ●有(18歳以下、学生無料)
 ●第4土曜12時~14時
 ●子ども(保護者も可) 10名限定
 ☎ そんぼの家 大曽根(910-3900)

5 うたごえサロン

北医療生協ピアセンターなないろ
 (上飯田南町2-14-1)
 ●無(飲み物代は有料)
 ●第3水曜13時30分~15時
 (祝日休み、都合により中止の場合あり)
 ●初めてのの方は事前にご連絡ください
 ☎ 北医療生協
 ピアセンターなないろ(910-8077)

6 みなみ町福祉センター(上飯田南町5-53)

体操教室
 地域交流スペース
 ●無 ● 第2金曜10時30分~12時
 ●地域住民

☎ 小規模多機能型居宅介護施設
 めいほくの家(917-4152)

めいほくわいわい食堂
 茶食ばちばち ●有(子どもは無料)
 ●受付時間 第2水曜17時~18時30分
 ●どなたでも

☎ 北医療生協 事務局
 「子ども食堂専用電話」(080-3636-5151)

ぼちぼちカフェ

茶食ばちばち ●有
 ●第3火曜14時~15時 ●どなたでも
 ☎ 社会福祉法人 名北福祉会本部(910-3066)
 ケアプラン町南(795-7571)

7 ソーネおおぞね (山田2-11-62)

ソーネみんなでごはん

大曽根住宅1棟1階
 ●有(18歳まで無料)
 ●最終火曜17時~
 ※12月のみ不定期週の火曜
 お弁当配布
 予約はFacebook、インスタ参照
 ●どなたでも
 ☎ 北区社協または
 ソーネみんなでごはん実行委員会
 メールでお問い合わせください
 ✉ sone.minna.gohan@gmail.com

ソーネおおぞねカフェサロン

大曽根住宅1棟1階ホール
 ●有 ● 第2金曜10時~12時
 ●どなたでも
 ☎ ソーネおおぞね(910-1001)

8 山田北荘集会所 (山田4-15)

わいわい学びのひろば

●無 ● 月曜15時~17時(祝日休み)
 ●小学生
 ☎ 北医療生協 事務局(914-4554)

ティーソングサロン

●無 ● 第4土曜10時~12時
 ●どなたでも ☎ 北区社協

ラジカフェ&ご当地ラジオ体操

●有
 ●第3土曜10時~11時30分 ●どなたでも
 ☎ 北医療生協 事務局(914-4554)

9 いきいきサロンいいだ

飯田コミセン(平安2-3-24) ●有
 ●第4金曜10時~11時30分
 ●高齢者 ☎ 北区社協

10 カフェサロン六郷北

六郷北コミセン(山田3-3-16) ●有
 ●第4火曜10時~12時(12月は第3火曜)
 ●地域住民 ☎ 北区社協

R8 夏頃再開予定

11 平安いっちゃん食堂

株式会社イトウ 本社3階カフェテリア
 (彩紅橋通1-1-12)
 ●有(子どもは無料)
 ●第4火曜17時30分~19時
 ●小学校高学年から中学生の子育て世帯
 (要予約)
 ☎ 080-4060-5944

12 六郷コミセン (大曽根3-15-90)

はなみずき

●無 ● 年3回
 火曜14時~15時15分
 ●どなたでも ☎ 北区社協

六郷木曜会

●無 ● 第2・4木曜13時30分~16時
 ●高齢者 ☎ 北区社協

13 北区としわカフェ

介護老人保健施設アーティスト
 (大曽根2-8-10)
 ●有 ● 第4水曜10時~12時
 ●どなたでも
 ☎ 介護老人保健施設アーティスト(916-1040)



※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。

大曽根 中学校区MAP

六郷・六郷北・
飯田・宮前

運動系サロン版

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)

おでかけスポット

御用水跡街園

昭和49年、黒川岸の桜とともに、緑の散歩道として生まれ変わりました。



おでかけスポット

黒川樋門

昭和55年に復元。樋門の上は人も通ることができます。



おでかけスポット

矢田川沿い

地域の方のお散歩コースになっています。



おでかけスポット

飯田公園

屋外ステージや野球場もあります。



A 矢田川朝の会

矢田川河川敷(上飯田北町4)

無 毎日6時15分～6時40分(雨天中止)

どなたでも 北区東部いきいき

B 宮前グラウンドゴルフクラブ

宮前小学校(入口は西門です)(上飯田南町4-1-2)

有 第3日曜10時～(9時30分集合)(年末年始休み)

宮前学区住民及びグラウンドゴルフ部の趣旨賛同された方
宮前学区外の方も参加可能

北区東部いきいき

**C 六郷北フレンドリークラブ
グラウンドゴルフクラブ**

六郷北小学校(山田 4-14-56) 無

土・日曜祝日8時～(運動会、盆踊り大会、防災訓練等で休みあり)

六郷北老人クラブ会員
60歳以上の六郷北学区住民

北区東部いきいき



おでかけスポット

オズモール

平成元年9月に誕生。以前は大曽根商店街という名前でした。

おでかけスポット

山田天満宮

金運招福・商売繁盛・開運くじの金神社もあります。

※ 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。

北陵 中学校区MAP

辻・東志賀・城北

文化系サロン版

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 公園
- 運動系(アルファベット) サロン・文化系(数字)

1 城北コミセン (安井2-4-23)

つどいの場「ほっこり」

- 無
- 第2・4木曜13時30分～15時30分(変更あり)
(健康麻雀)
- 第1木曜13時30分～15時30分
(偶数月:小物作り、奇数月:ぬり絵)
(休館日・日祝日休み、変更あり)
- 地域の高齢者
城北学区住民及びそのお友達
- ☎ 北区社協

城北みんなの食堂

- 1 城北コミセン
- 2 成願寺荘(安井2-5-8)
- 有(お弁当と食材配布はセット)
- 第1・4日曜 15時30分～17時 ①②で配食
第2・3土曜 お問い合わせください
- 高齢者・障がい者・子育て世帯
詳細はFacebook「城北みんなの食堂」
- ☎ 北区社協

2 おしゃべりサロン

- 成願寺荘 西集会所(安井2-5-8)
- 住民は無料(その他の方は要飲み物代)
- 第2または第3木曜 13時～16時(8月休み)
- 主に成願寺荘、県営成願寺住宅住民
- ☎ 北区社協

3 SOMPO流 子ども食堂 城北

- さんぽの家 S 城北(鳩岡2-11-3)
- 有(18歳以下、学生無料)
- 第4土曜11時30分～15時
- 子どもとその保護者
- ☎ さんぽの家 S 城北(910-1791)

4 辻コミセン (辻町9-62-1)

おしゃべりサロン

- 有
- 第1・4火曜/第2・3土曜10時～12時
- 65歳以上の高齢者
- ☎ 北区社協

認知症カフェゆるつな

- 有 ● 第3火曜14時～16時
- どなたでも ☎ 北区東部いきいき

5 お絵かきとお茶と おしゃべりを楽しむ会

- 個人宅(辻町9-20) ● 有
- 第2・4土曜13時30分～16時30分
- どなたでも ☎ 北区社協

6 鳩岡マンション (鳩岡町1-5)

ふれあい・いきいきサロン はとおか IGO クラブ

- 地下娛樂室もしくは多目的室 ● 無
- 金曜14時～16時頃、年末年始休み
- どなたでも
- ☎ はとおかクラブ代表 三浦
090-3445-2099(8時～20時)

ふれあい・いきいきサロン はとおか kodomo クラブ

- 地下娛樂室 ● 無
- 主に火・木曜 16時30分～18時
(月・水曜不定期開催)年末年始休み
- 幼児から大人まで
- ☎ はとおかクラブ代表 三浦
090-3445-2099(8時～20時)

7 FIS(ふれあいいきいきサロン)北

- アーバンラフレ志賀12棟
1階集会所(志賀町4-60-11)
- 有 ● 火曜14時～16時
- どなたでも ☎ 北区社協

8 しあわせカフェ

- アスレチックDAYしあわせ
(辻町1-32-1
県営辻町住宅5-4 併存店舗4)
- 有 ● 第3月曜13時30分～15時30分
- どなたでも
- ☎ しあわせケアプラン(919-7411)

9 ぐっ Café

- カルチャーclubあかね
(黒川本通4-38-1
カーサビアンカ黒川205)
- 有 ● 第3木曜(原則)13時～15時
- どなたでも ☎ 北区東部いきいき

10 東志賀コミセン (志賀町5-2-9)

カフェサロンひがし志賀

- 有 ● 第2金曜(おしゃべり会)・
※8月のおしゃべり会は休み
第4水曜10時～12時
- どなたでも(学区外の方も) ☎ 北区社協

フレンドリーサロンⅡ

- 有 ● 木曜10時～12時
- 地域住民 ☎ 北区社協

認知症カフェなまなも

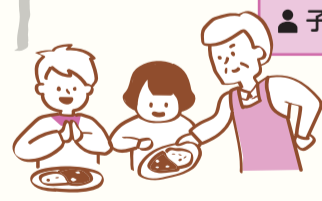
- 有 ● 第2金曜14時～16時
(8月は第1金曜)
- どなたでも ☎ 北区東部いきいき

東志賀こども食堂

- 有(条件付き無料)
(お弁当と食材配布はセット)
- 第1・4日曜15時～16時30分
第2・3土曜 お問い合わせください
- ひとり親世帯、経済的困窮家庭の子ども
申込はインスタのメッセージから
詳細はFacebook「東志賀こども食堂」
インスタ[higashisiga]参照
- ☎ 北区社協

11 こども食堂 「おかださんの台所」

- 天理教中敬分教会内(志賀町3-52)
- 無料
- 毎月19日・29日
フードパントリー18時～19時
(変更あり、詳細はHP参照、予約不要)
- 子育て家庭 ☎ 岡田(080-4376-3650)



12 北生涯学習センター (黒川本通 2-16-3)

キラキラサロン

- 有 ● 第4土曜10時～11時30分(休館日・生涯学習センターまつり等除く)
- どなたでも ☎ 北区社協

ろう高齢者 ふれあいサロン

- 有 ● 第1土曜・第3水曜13時30分～15時(変更あり)
- 耳が聞こえない・聞こえにくい高齢者中心でどなたでも ☎ 北区社協

唱歌を唄う会

- 有 ● 第2・4木曜13時～15時(変更あり)
- 地域の高齢者 ☎ 北区社協

※ 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。

北陵 中学校区MAP

辻・東志賀・城北

運動系サロン版

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 | |
| 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 ゴルフ 公園

運動系(アルファベット) サロン・文化系(数字)

A 辻学区グラウンドゴルフ同好会

- 矢田川河川敷(三階橋下辺り) 有
- 第2日曜8時30分~10時30分(定期会開催日)
※毎週水・土・日曜ブロック別練習日あり
- 辻学区住民 北区東部いきいき

B 東志賀公園 (志賀町4-60-31)

東志賀グラウンドゴルフ同好会

- 有 木曜および第1・3・5日曜8時30分~10時
- 東志賀学区住民(年齢制限なし)
- 北区東部いきいき

健康つながりラジオ体操

- 無 毎日6時30分~
- 東志賀学区住民(年齢制限なし)
- 北区社協

C 東志賀グラウンドゴルフ同好会

- 東志賀小学校(志賀町4-60)
※東志賀小学校が利用できない場合は東志賀公園
- 有 第2・4日曜8時30分~10時
- 東志賀学区住民(年齢制限なし)
- 北区東部いきいき

D 東志賀グラウンドゴルフ同好会

- 稚児宮公園(稚児宮通1-42-1) 有
- 火・土曜8時30分~10時
- 東志賀学区住民(年齢制限なし)
- 北区東部いきいき

E 太極拳(制定拳)ライフクラブ

- 北生涯学習センター4階(黒川本通2-16-3)
- 有 第1・3・4火曜10時~12時(8月休み)
- どなたでも 北区東部いきいき



※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。

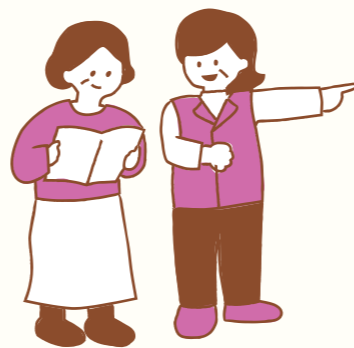
八王子 中学校区MAP

大杉・清水

文化系サロン版

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 | |



おでかけスポット

八王子神社 春日神社

本殿左奥には名古屋城築城時の落とし石を加工したといわれる手水石が残っています。



- 集会所・コミュニティセンター
- 公園
- 運動系(アルファベット)
- サロン・文化系(数字)

おでかけスポット

IGアリーナ

国内最大級のアリーナです。モダンで洗練されたデザインも必見です。



提供:IGアリーナ

おでかけスポット

名城公園フラワープラザ

名城公園北園の東に位置し、花と緑に関する展示、講習会、イベントを行っています。



5 柳原いきいき道場「柔」 (柳原3-2-2)

サロン やわら

- 有
- 第2・4火曜10時20分～11時50分
- 地域の高齢者
- 柳原いきいき道場「柔」(887-2110)



※ 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。

おでかけスポット

SAKUMACHI 商店街

高架下を歩きながらおしゃれなお店を楽しめます。



- #### 1 志賀本通ふれあいイキイキ会

 - ユーハウス志賀本通集会所(志賀本通1-22)
 - 無 第3木曜14時～15時(8月休み)
 - 志賀本通にお住まいの方 北区社協
- #### 2 さくらんぼカフェ

 - 介護付有料老人ホーム エルダールーム志賀本通 3階ホール(大蔵町28)
 - 有 第4日曜13時30分～15時30分(事前申込必要)
 - どなたでも
 - 介護付有料老人ホーム エルダールーム志賀本通(918-8555)
- #### 3 漆喰サロン

 - (株)漆喰九一(神明町30) 無
 - 第3土曜13時～17時 どなたでも
 - (株)漆喰九一(981-3129)
- #### 4 大杉コミセン(大杉3-20-19)

サロン大杉

 - 有
 - 第1・3土曜10時～11時30分(変更あり)
 - 65歳以上の方
 - 社会福祉法人 なかまの家(910-3501)

サロン ころろ

 - 有
 - 月1回木曜(不定期)10時～11時30分
 - [R8]4/23・5/14・6/11・7/2・8/20・9/10・10/15・11/5・12/17
 - [R9]1/14・2/18・3/11
 - どなたでも 北区社協



八王子 中学校区MAP

大杉・清水

運動系サロン版

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)

おでかけスポット

IGアリーナ

国内最大級のアリーナです。モダンで洗練されたデザインも必見です。



提供:IGアリーナ

おでかけスポット

名城公園

市民の憩いの公園です。花を見ながらウォーキングを楽しめます。



A 高齢者健康サロン まつげ卓球クラブ

- レインボー黒川スポーツトレーニングセンター(清水4-17-17)
- 有 月2回 水曜(不定期)18時~20時
※R8.4~6月工事のため別会場で開催。日にちも変更
- 65歳以上の卓球ができる健康な方
- 北区社協

B 大杉グラウンドゴルフクラブ

- 大杉小学校(大杉3-9-21)
- 有 月2・3回 日曜9時~12時
- 50歳以上の大杉学区住民
- 北区西部いきいき

C 太極健康サロン

- 名城公園 南遊園(広場)
(名城1-1) 藤棚と時計のあるところ
- 無 水曜9時~11時(雨天中止)
※1・2月 9時30分~11時30分
- どなたでも(高齢者大歓迎) 北区社協

D 名城体操会

- 名城公園 公園南広場(名城1-2)
- 無
- 毎日6時~6時30分(1/1~1/5位まで休み)
- どなたでも 北区西部いきいき

E かみひこうきの体操教室

- 清水学区一西自治会集会所(清水1-5)
- 有
- 第2・4土曜(原則)
10時30分~12時(受付10時~)
- 65歳以上の方
- 訪問看護ステーションかみひこうき
(070-1653-5858)

F 尼ヶ坂公園(大杉1-26)

- グラウンドゴルフ
- 尼ヶ坂公園愛護会
- 無 月・水・金曜8時30分~11時
- どなたでも 北区西部いきいき

- 船二グラウンドゴルフクラブ
- 無 火・木・土曜8時45分~10時
- 大杉学区住民 北区西部いきいき

おでかけスポット

柳原通商店街

愛知県で初めての振興組合の商店街です。昔懐かしい雰囲気が味わえます。



おでかけスポット

レインボー黒川スポーツトレーニングセンター

雨の日でも安全に運動ができます。1周80mのジョギングコースがあります。歩くのもOKです。



おでかけスポット

八王子神社春日神社

本殿左奥には名古屋城築城時の落とし石を加工したといわれる手水石が残っています。



おでかけスポット

普光寺

ご利益あり!!金ぴかの「北大佛」や「干支地蔵」があります。



おでかけスポット

SAKUMACHI 商店街

高架下を歩きながらおしゃれなお店を楽しめます。



※ 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。