


由布市 高齢者通いの場

ガイドブック

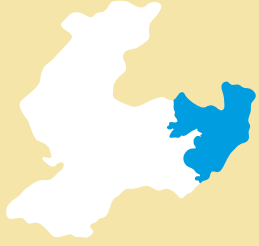


由布市

挾間地域		庄内地域		湯布院地域	
1	下市卓球クラブ	1	星のふるさと平石	1	川上サロン
2	下市友遊会	2	お茶の間サロン「なるさわ」	2	気楽に集まる会
3	下市ふるさと会	3	ロックンロード	3	ゆふウォーキングクラブ
4	田の小野おしゃべりサロン	4	柿原いきいきサロン	4	岳本サロン
5	ビタミンクラブ	5	畑田遊話苦楽部	5	チャレンジいきいき健康教室
6	球あそび会	6	リフォームサロン	6	チャレンジ健康体操教室
7	柏野GGクラブ	7	漕七区お茶の間サロン	7	チャレンジシニアエクササイズ教室
8	向原シャンシャン会	8	東家お茶の間サロン	8	湯平ものづくり教室
9	挾間ひまわりサロン	9	お茶の間サロン「深谷サミット」	9	由布院サロン
10	指先おしゃべり会	10	長野おたのしみサロン	10	由布見会
11	古野ジムナス・ティーク	11	お茶の間サロン「旬の料理会」	11	塚原たんぼぼの会
12	中村にこにこクラブ	12	かずらわらサロン	12	菜の花会
13	ゆふシニアエクササイズはさまの会	13	野畑サロン	13	石光ふれあいサロン
14	デュランタ	14	なかよく生き生きお茶の間サロン	14	荒木料理教室
15	鶴田ゆうゆう会	15	東部2ふれあい健康サロン	15	ポピー
16	三船健康サロン	16	郷土料理	16	ゆふいん絵手紙サークル
17	北方「お達者」クラブ	17	健口サロン	17	かぐや会
18	古野シニアクラブ	18	生き活き「たつはる」	18	おらが健康サロン
19	高崎スポーツクラブ	19	えのえのサークル	19	湯布愛好クラブ
20	辻いきいきサロン	20	みの草健康サロン	20	ぬるゆサロン
21	シニアエクササイズ医大3	21	サロンよっちょくれ	21	湯平・花合野川ふれあい人
22	ミニテニス挾間同好会	22	あみ編みクラブ	22	チャレンジGGクラブ
23	篠原むつみ会	23	ほがらかお茶の間サロン	23	ハッピー
24	ゆめネット由布	24	楽笑サロン	24	しらたき会
25	なかよしサロン	25	直野内山健康サロン	25	塚原生きいき友の会
26	趣味の表装の会	26	ふきのとう	26	サロン・あぜかぶ
27	三船GG会	27	小原お茶の間サロン	27	湯平H・F(湯平の温かい友達)会
28	スポーツクラブHASAMA	28	囲碁仙人会	28	畑グランドゴルフ同好会
29	棋友サロン古野郷	29	みんなで楽しくわくわくキッチン	29	MNGS会(みんな仲良く元気で過ごす会)
30	下市グラウンドゴルフ愛好会	30	橋爪健康サロン	30	わくわく前徳野
31	赤野カラオケ同好会	31	上武宮サロン	31	笑和の会
32	古野ひまわりクラブ	32	庄内町土曜卓球教室	32	なかより元気会
33	古野コスモス倶楽部	33	SKT(庄内健康卓球)	33	シェイプアップ教室
34	挾間中村GGクラブ	34	にこにこシニア	34	川西GGクラブ
35	医大ヶ丘3丁目卓球愛好会	35	ゆふシニアエクササイズ庄内支部の会	35	気楽会
36	詰GGクラブ	36	橋爪公民館活動(シニアエクササイズ)	36	健康マージャン
37	古野郷「楽笑会」	37	深谷エクササイズ	37	ア☆ラッキークラブ
38	ナイトシニアエクササイズ古野	38	大津留まちづくり協議会・しゃべり場かじか	38	からんころん
39	鶴田すこやかクラブ	39	阿蘇野・直山まちづくり協議会ふれあいサロン	39	下依老人クラブ88会
40	古野TT倶楽部	40	ミックス	40	みんなでクッキング
41	古野脳トレ倶楽部	41	サロン宇南水足		
42	喜多里GGクラブ	42	SRフリージア	いきいきサロン	
43	医大ヶ丘3丁目カラオケ愛好会	43	いろはの柚	1	乙丸区ふれあいいきいき健康サロン
44	カラオケ野田同好会	44	青空GGクラブ	2	川西きちよくれ広場・大会
45	鬼瀬GOGOクラブ	45	阿蘇野直山グランドゴルフクラブ	3	山崎サロン
46	古野郷GGクラブ	46	五福すこやかクラブ		
47	サントピアふるのなごみの会	47	お茶の間サロン長宝団地		
48	古野らくらくピンポン	48	ミニテニス		
49	どんぐりの井戸端会議	49	楽しく健康グラウンドゴルフ		
50	鬼崎スマイルクラブ	50	みんなで楽しく料理教室		
		51	庄内スポーツセンター卓球部		
		52	グラウンドゴルフ愛好会		
		53	ほ〜とクラブ		
		54	サロン・はなみずき		
		55	庄内健康麻雀倶楽部		

 **オレンジカフェ**

1	オレンジカフェ由布	2	オレンジカフェ ほっと柿の木畑	3	オレンジカフェ ゆふいん原っぱ
4	オレンジカフェ えてふえて	5	オレンジカフェ サンクラウド	6	オレンジカフェ kokokara ココカラ
7	オレンジカフェ kokokara ゆふいん in 榎屋	8	オレンジカフェ ノーサイド		



挾間地域

2 下市友遊会

活動場所 下市公民館

登録人数 11人

対象者 下市自治区民の方

頻度/時期

第2・4水曜日
13:30~

活動内容

シニアエクササイズ・
自然散策・健康講座
・交流など



4 田の小野おしゃべりサロン

活動場所 田の小野自治区公民館

登録人数 9人

対象者 田の小野地区の方

頻度/時期

月1回 土曜日
10:00~

活動内容

呼吸法学び、童謡や
唱歌を歌う・交流会



6 球あそび会

活動場所 上市公民館

登録人数 6人

対象者 上市自治区民

頻度/時期

週1回 水曜日
9:30~

活動内容

楽しく卓球
時には試合もします



8 向原シャンシャン会

活動場所 中須賀グラウンド

登録人数 10人

対象者 向原地区の方

頻度/時期

週3回 月・水・金曜日
9:30~

活動内容

グラウンドゴルフ



1 下市卓球クラブ

活動場所 下市公民館

登録人数 10人

対象者 下市周辺の地区の方

頻度/時期

週1回 土曜日
13:30~16:30

活動内容

楽しく卓球
時には試合もします



3 下市ふるさと会

活動場所 下市公民館

登録人数 11人

対象者 挾間地域の方

頻度/時期

第1水曜日
13:30~

活動内容

歌、童謡を通じて
文化の向上を図る



5 ビタミンクラブ

活動場所 喜多里自治区公民館

登録人数 17人

対象者 喜多里自治区の方

頻度/時期

月1回 木曜日
10:00~

活動内容

ワイワイ喫茶・
体操・見守り・
防災訓練・講習



7 柏野GGクラブ

活動場所 上原サッカー場

登録人数 12人

対象者 柏野自治区の方(60歳以上)

頻度/時期

週1回 木曜日
13:00~15:00

活動内容

グラウンドゴルフで
足腰を鍛える



9 挾間ひまわりサロン

活動場所 由布市未来館

登録人数 11人

対象者 挾間地域の方

頻度/時期

毎月2回
13:00~

活動内容

カラオケ、詩吟、
体操で談話会



10 指先おしゃべり会

活動場所 喜多里自治区公民館 登録人数 8人

対象者 喜多里地区の方

頻度/時期

毎週 月曜日
11:00~

活動内容

手作り教室にて、
健康維持と仲間作り



12 中村にこにこクラブ

活動場所 中村公民館 登録人数 17人

対象者 中村地区の方

頻度/時期

月1回 月曜日
10:00~

活動内容

子供から高齢者まで
全ての世代交流・講話



14 デュランタ

活動場所 由布川地域交流センター 登録人数 8人

対象者 由布市民の方

頻度/時期

毎週 金曜日
13:30~

活動内容

シニアエクササイズ、
貯筋運動、脳トレ、
スクエアステップ他



16 三船健康サロン

活動場所 三船公民館 登録人数 20人

対象者 三船地区の方のみ

頻度/時期

第1火曜日
9:00~

活動内容

健康ウォーク・
ステップ運動・合唱・
その他



18 古野シニアクラブ

活動場所 由布川地域交流センター 登録人数 12人

対象者 古野自治区民のみ

頻度/時期

月1回 水曜日
13:30~15:30

活動内容

シニアエクササイズ
と交流



11 古野ジムナス・ティーク

活動場所 由布川地域交流センター 登録人数 15人

対象者 由布市民の方

頻度/時期

月4回 木曜日
13:15~

活動内容

シニアエクササイズ・
脳トレ・ゲーム・スクエ
アステップエクササイズ



13 ゆふシニアエクササイズはさまの会

活動場所 由布川交流センター 登録人数 3人

対象者 由布市民の方

頻度/時期

毎週 火曜日
13:30~

活動内容

シニアエクササイズ、
貯筋運動、スクエアステップ、
スローエアロビック他



15 鶴田ゆうゆう会

活動場所 鶴田公民館 登録人数 17人

対象者 鶴田地区老人クラブ会員及び地区の方

頻度/時期

月1回 木曜日
10:00~

活動内容

健康体操・脳トレ・歌
旅行・交流で仲間作り



17 北方「お達者」クラブ

活動場所 北方公民館等 登録人数 8人

対象者 北方及び周辺の地区の方

頻度/時期

第1木曜日
13:30~

活動内容

健康寿命をのばすために
楽しく活動しています



19 高崎スポーツクラブ

活動場所 高崎公民館他 登録人数 19人

対象者 高崎自治区民

頻度/時期

月2回程度

活動内容

グラウンドゴルフ・
ペタンク他



20 辻いきいきサロン

活動場所 来鉢公民館 登録人数 15人

対象者 来鉢辻地区民

頻度/時期

第2水曜日
13:00~

活動内容

元気で楽しく過ごす
めじろん体操、講話、
レクリエーション



21 シニアエクササイズ医大3

活動場所 医大ケ丘3丁目公民館 登録人数 20人

対象者 医大ケ丘3丁目の方

頻度/時期

月2回第1・3月曜日
13:00~

活動内容

シニアエクササイズ
脳トレ・ゲーム・食事会



22 ミニテニス挟間同好会

活動場所 挟間体育センター 登録人数 15人

対象者 由布市民の方どなたでも

頻度/時期

毎週 水曜日・金曜日
13:30~

活動内容

ミニテニスの練習・
仲間作り・健康作り



23 篠原むつみ会

活動場所 篠原公民館 登録人数 15人

対象者 篠原地区の方

頻度/時期

月1回 木曜日
10:00~

活動内容

近況報告で茶話会
健康体操や講話



24 ゆめネット由布

活動場所 由布市シルバー人材センター 登録人数 15人

対象者 由布市民(パソコン持参できる方)

頻度/時期

第2・第4水曜日
10:00~12:00

活動内容

パソコンの学習



25 なかよしサロン

活動場所 上筒口公民館 登録人数 8人

対象者 筒口地域の方

頻度/時期

月1回
9:00~

活動内容

季節の作品を手作り
しながら茶話会交流



26 趣味の表装の会

活動場所 庄内公民館 登録人数 9人

対象者 どなたでも

頻度/時期

月2回
13:30~

活動内容

皆で楽しく
表装の勉強と作成



27 三船GG会

活動場所 三船公民館 登録人数 15人

対象者 三船地区の方

頻度/時期

週1回
9:00~

活動内容

高齢者でグラウンドゴルフ
4ホールを4回実施



28 スポーツクラブHASAMA

活動場所 挟間体育センター 登録人数 27人

対象者 由布市民の方

頻度/時期

毎週 火曜日
13:30~

活動内容

卓球バレー、
ラージボール卓球
スポンジボールテニス他



29 棋友サロン古野郷

活動場所 古野郷公民館 登録人数 11人

対象者 古野郷住民の方

頻度/時期

毎週土曜日
13:00~17:00

活動内容

囲碁・将棋等



30 下市グラウンドゴルフ愛好会

活動場所 下市こども広場

登録人数 21人

対象者 下市地区の方

頻度/時期

週3回 月・水・金曜日
8:00~9:30

活動内容

グラウンドゴルフで
健康づくり



32 古野ひまわりクラブ

活動場所 由布川地域交流センター

登録人数 12人

対象者 由布市内の方

頻度/時期

毎週火曜日
18:30~

活動内容

楽しい卓球で
健康づくり



34 挟間中村GGクラブ

活動場所 上の原グラウンド

登録人数 8人

対象者 中村地区の方

頻度/時期

毎週木曜日
9:00~

活動内容

グラウンドゴルフで
健康と交流



36 詰GGクラブ

活動場所 詰グラウンド

登録人数 8人

対象者 詰地区の方

頻度/時期

毎週土・日曜日
8:00~

活動内容

親睦を深めながら、
健康づくりの
グラウンドゴルフ



38 ナイトシニアエクササイズ古野

活動場所 由布川地域交流センター

登録人数 7人

対象者 挟間地域の方

頻度/時期

週1回 木曜日
19:00~

活動内容

筋力トレーニング・
スクエアステップ
ステップ運動・その他



31 赤野カラオケ同好会

活動場所 赤野自治区公民館

登録人数 12人

対象者 赤野地区の方

頻度/時期

月2回 第1・3木曜日
13:00~15:00

活動内容

楽しみながら発声練習・
カラオケを習う



33 古野コスモス倶楽部

活動場所 由布川地域交流センター

登録人数 8人

対象者 古野地区の方

頻度/時期

毎週金曜日
14:00~

活動内容

笑いある卓球で
親交を深める



35 医大ヶ丘3丁目卓球愛好会

活動場所 由布川地域交流センター

登録人数 16人

対象者 医大ヶ丘周辺地域の方

頻度/時期

毎週土曜日
10:00~

活動内容

親睦と健康を兼ねて
卓球を楽しむ



37 古野郷「楽笑会」

活動場所 古野郷自治区公民館

登録人数 15人

対象者 古野郷自治区 65歳以上の方

頻度/時期

第1金曜日
10:00~(2時間程度)

活動内容

健康体操や講話で
情報交流、子どもと
の交流



39 鶴田すこやかクラブ

活動場所 鶴田公民館

登録人数 12人

対象者 鶴田地区周辺の方

頻度/時期

第2・4水曜日

活動内容

脳トレシニアエクササイズ



40 古野TT倶楽部

活動場所 由布川地域交流センター 登録人数 11人

対象者 古野周辺の地区の方

頻度/時期

週1回 水曜日
9:30~11:30

活動内容

ラジオ体操・楽しく卓球



41 古野脳トレ倶楽部

活動場所 由布川地域交流センター 登録人数 20人

対象者 挾間地域の方

頻度/時期

毎週月曜日
13:00~17:00

活動内容

体操と麻雀による脳トレ



42 喜多里GGクラブ

活動場所 上の原グラウンド・由布川グラウンド・庄内多目的広場

対象者 喜多里自治区在住の方のみ 登録人数 6人

頻度/時期

毎月2~3回程度を目標に!!

活動内容

体操・高齢者の声かけ、見守り・他団体との交流会



43 医大ケ丘3丁目カラオケ愛好会

活動場所 医大ケ丘3丁目自治区公民館 登録人数 15人

対象者 医大ケ丘3丁目自治区内の方

頻度/時期

第3土曜日
11:00~15:00

活動内容

カラオケ発声練習、地域交流の場への参加



44 カラオケ野田同好会

活動場所 喜多里公民館 登録人数 7人

対象者 喜多里自治区の方

頻度/時期

毎週土曜日
19:00~21:00

活動内容

カラオケ練習、おたのしみ食事会



45 鬼瀬GOGOクラブ

活動場所 鬼瀬グラウンド 登録人数 6人

対象者 鬼瀬自治区の方

頻度/時期

月3回 金曜日
9:30~11:00

活動内容

グラウンドゴルフ他



46 古野郷GGクラブ

活動場所 由布川グラウンド・その他ゴルフ場 登録人数 9人

対象者 古野郷住民の方

頻度/時期

毎週火曜日
9:00~

活動内容

グラウンドゴルフ、軽体操、ゴルフ



47 サントピアふるのなごみの会

活動場所 サントピア古野公民館 登録人数 7人

対象者 サントピア古野自治区内の方

頻度/時期

月1回 日曜日
午前中

活動内容

体操、ゲーム、雑談など幅広く取り組んでいます。



48 古野らくらくピンポン

活動場所 由布川地域交流センター 登録人数 12人

対象者 由布川地域とお友達の方々

頻度/時期

週1回 火曜日
10:00~12:00

活動内容

楽しくピンポンをすること



49 どんぐりの井戸端会議

活動場所 北田代公民館 登録人数 10人程度

対象者 北田代地区の方

頻度/時期

2ヶ月に1回 日曜日 10:00~

活動内容

自治区の交流会(四季折々の催し等)



50 鬼崎スマイルクラブ

活動場所 鬼崎公民館

登録人数 毎月回覧板で募集している

対象者 鬼崎地区の方

頻度/時期

月1回

活動内容

自治区の交流会
(四季折々の催し等)
子ども～高齢者、どなたでも参加してください。



1 星のふるさと平石

活動場所 平石公民館

登録人数 15人

対象者 庄内町平石地区在住の方

頻度/時期

月1回 第3水曜日
13:00～

活動内容

めじろん・神楽ばやし体操・茶話会・脳トレ・軽スポーツ



3 ロックンロード

活動場所 湊6区公民館

登録人数 10人

対象者 湊6区の方

頻度/時期

毎週火曜日 15:30～
第3火曜日のみ 15:00～

活動内容

シニアエクササイズ、
脳トレ、タオル体操、
グラウンドゴルフ(第3火曜日)



5 畑田遊話苦楽部

活動場所 畑田自治公民館

登録人数 35人

対象者 畑田地区の方

頻度/時期

毎月第3水曜日
9:00～12:30

活動内容

好きな畑田で生涯
生き生き体操、茶話会等



7 湊七区お茶の間サロン

活動場所 湊7区公民館

登録人数 12人

対象者 湊7区の方

頻度/時期

月1～2回
9:00～12:30

活動内容

料理と試食
シニアエクササイズ



庄内 地域

2 お茶の間サロンなるさわ

活動場所 鳴沢公民館(宇南水足)

登録人数 18人

対象者 宇南水足地区の方

頻度/時期

毎月第1・3金曜日

活動内容

元気のでるイベント
運動、お茶会



4 柿原いきいきサロン

活動場所 柿原公民館

登録人数 25人

対象者 柿原老人会またはサポーター

頻度/時期

毎月10日と20日
(20日は変更あり)

活動内容

めじろん体操・
交流と笑い
レクリエーション



6 リフォームサロン

活動場所 旧老人福祉センター作業棟

登録人数 6人

対象者 由布市在住の方

頻度/時期

毎月第1・3水曜日、木曜日
13:00～16:30

活動内容

着なくなった着物、
古着で洋服を仕立てる



8 東家お茶の間サロン

活動場所 東家公民館

登録人数 21人

対象者 東家地区の方

頻度/時期

月1回 第3水曜日
9:00～11:00

活動内容

ラジオ体操・踊り
お手玉・ゲームなど



9 お茶の間サロン「深谷サミット」

活動場所 深谷公民館 登録人数 8人

対象者 深谷地区の方

頻度/時期

月4回
10:00~17:00

活動内容

脳トレ・茶話会・ゲーム
レクリエーション、習字、
塗り絵



10 長野おたのしみサロン

活動場所 長野公民館 登録人数 13人

対象者 地区の方 70才以上の方

頻度/時期

月1回 第2水曜日
9:30~11:30

活動内容

体操・ゲーム・料理等、
毎月楽しんでやっています



11 お茶の間サロン「旬の料理会」

活動場所 深谷公民館 登録人数 13人

対象者 庄内町在住の方

頻度/時期

月1回
10:00~14:30

活動内容

料理・介護予防体操
脳トレ・レクリエーション



12 かずらわらサロン

活動場所 ほのほのプラザ・庄内総合運動公園 登録人数 12人

対象者 葛原自治区の方

頻度/時期

月2回 11:00~

活動内容

グラウンドゴルフで野
外活動、健康意識を高
める健康教室など



13 野畑サロン

活動場所 野畑3区自治公民館 登録人数 12人

対象者 野畑地区の方

頻度/時期

月1回
13:30~15:00

活動内容

めじろん体操
タオル体操・料理教室



14 なかよく生き生きお茶の間サロン

活動場所 大龍2区公民館 登録人数 15人

対象者 大龍地区の方

頻度/時期

毎週木曜日

活動内容

ヨガと整体・脳トレ
シニアエクササイズ



15 東部2ふれあい健康サロン

活動場所 大龍東部2区自治公民館 登録人数 20人

対象者 大龍地区の方

頻度/時期

月1回
10:00~11:00

活動内容

めじろん体操・お茶会
年に一回の日帰り旅行



16 郷土料理

活動場所 大龍2区公民館他 登録人数 7人

対象者 大龍地区の方

頻度/時期

月1回第2木曜日
10:00~12:00

活動内容

バランス食や減塩料理
の調理実習・体操



17 健口サロン

活動場所 大龍2区公民館他 登録人数 7人

対象者 大龍地区の方

頻度/時期

月2回第1・3木曜日
13:00~15:00

活動内容

体操・レクリエーション
エクササイズ



18 生き生き「たつはる」

活動場所 龍原自治公民館 登録人数 15人

対象者 龍原地区の方

頻度/時期

週1回

活動内容

シニアエクササイズ・
清掃活動・歩こう会・
グラウンドゴルフ愛好会



19 えのえのサークル

活動場所 小野屋区民会館及びちびっこ広場 登録人数 7人

対象者 小野屋区の方

頻度/時期

毎週 水曜日
(第4水曜日除く)

活動内容

「がんばらないでも
あきらめない」健康づくり



20 みの草健康サロン

活動場所 みの草自治公民館・みの草個人グラウンド

対象者 蓑草地区の方20名

登録人数 12人

頻度/時期

月1回
10:00~11:00

活動内容

頭の体操・会話(笑顔、
笑い)・軽運動・グラウ
ンドゴルフ他
楽しく健康増進



21 サロンよっちょくれ

活動場所 大龍1区公民館

登録人数 15人

対象者 大龍東部1区地区の方

頻度/時期

月1回
10:00~11:30

活動内容

健康づくり生きがいづくり
グラウンドゴルフ・交流



22 あみ編みクラブ

活動場所 柿原公民館

登録人数 9人

対象者 柿原地区の方

頻度/時期

毎月第1、第3木曜日
13:00~

活動内容

地区の方達と認知症予防
も兼ねて編み物、折り紙、PP
バンドでカゴ作り等行い
ながらコミュニケーション
を取っています



23 ほがらかお茶の間サロン

活動場所 永十公民館

登録人数 9人

対象者 阿蘇野地区の方

頻度/時期

月1回
9:30~12:00

活動内容

体操・生きがい講話
童謡唱歌・茶話会



24 楽笑サロン

活動場所 大龍西部公民館及び多目的広場

登録人数 12人

対象者 大龍西部在住の方

頻度/時期

月1回~2回

活動内容

グラウンドゴルフ 月1回
公民館使用 月1回



25 直野内山健康サロン

活動場所 直野内山公民館

登録人数 15人

対象者 直野内山地区の方

頻度/時期

第1・3金曜日
10:00~

活動内容

各種体操・おやつ作り
誕生会・レクリエーション



26 ふきのとう

活動場所 五ヶ瀬集会所

登録人数 15人

対象者 五ヶ瀬地区在住の方

頻度/時期

月1回 木曜日
10:00~

活動内容

めじろん体操・交流
レクリエーション



27 小原お茶の間サロン

活動場所 小原公民館

登録人数 7人

対象者 小原地区在住の方

頻度/時期

月3回 10時~12時
または14時~16時

活動内容

介護予防体操・脳トレ
童謡唱歌・茶話会



28 囲碁仙人会

活動場所 庄内公民館

登録人数 8人

対象者 由布市在住の方

頻度/時期

毎週土曜日
13:00~16:00

活動内容

ラジオ体操
囲碁・交流



29 みんなで楽しくわくわくキッチン

活動場所 大龍2区公民館

登録人数 15人

対象者 大龍地区の方

頻度/時期

第2・4日曜日
10:00~

活動内容

季節の食材を使った料理、
地域の方への声掛け等



30 橋爪健康サロン

活動場所 橋爪公民館

登録人数 14人

対象者 橋爪地区の方

頻度/時期

原則毎週火曜日
9時または10時から1~2時間

活動内容

100歳まで健康寿命、
健康体操・脳トレ、
茶話会



31 上武宮サロン

活動場所 上武宮公民館

登録人数 10人

対象者 上武宮地区の方

頻度/時期

毎月第3木曜日
10:00~

活動内容

体操・レクリエーション・
認知症予防、介護予防の
講話



32 庄内町土曜卓球教室

活動場所 おおつる交流センター

登録人数 10人

対象者 由布市在住の方

お気軽に見学にいらしてください

頻度/時期

毎週土曜日
13:30~15:30

活動内容

体操・交流・卓球・未
経験の方も大歓迎



33 SKT (庄内健康卓球)

活動場所 おおつる交流センター

登録人数 13人

対象者 由布市在住の方

頻度/時期

毎週月曜日
19:00~21:00

活動内容

①基礎練習60分
②ダブルスゲーム60分



34 にこにこシニア

活動場所 庄内体育センター

登録人数 12人

対象者 庄内地区在住者

頻度/時期

週1回 火曜日
10:30~11:30

活動内容

シニアエクササイズし
ながら楽しく情報交換
(おしゃべり)



35 ゆふシニアエクササイズ庄内支部の会

活動場所 庄内体育センター

登録人数 15人

対象者 庄内町内 由布市在住の方

頻度/時期

週1回 金曜日
10:00~12:00

活動内容

運動・交流



36 橋爪公民館活動 (シニアエクササイズ)

活動場所 橋爪公民館

登録人数 15人

対象者 橋爪地区の方

頻度/時期

毎週 火曜日
9:30~11:30

活動内容

シニアエクササイズ
リズム遊び・脳トレ等



37 深谷エクササイズ

活動場所 深谷公民館

登録人数 8人

対象者 深谷地区の方

頻度/時期

毎週火曜日
13:30~15:30

活動内容

シニアエクササイズ
脳トレ・ボール遊び



38 大津留まちづくり協議会・しゃべり場かじか

活動場所 おおつる交流センター

登録人数 15人

対象者 大津留地区の方

活動内容

健康体操・生きがい講
話・レクリエーション・
認知症予防



39 阿蘇野・直山まちづくり協議会ふれあいサロン

活動場所 旧阿蘇野小学校

対象者 阿蘇野、直野内山地区の方

活動内容

阿蘇野・直山地区の活性化に取り組むまちづくり協議会のなかで、交流、健康づくり等を目的に体操、食育等の活動をするサロンを開催しています。



41 サロン宇南水足

活動場所 宇南水足地区のゲートボール場 登録人数 11人

対象者 宇南水足地区の方

頻度/時期

月3回 水曜日

活動内容

楽しくグラウンドゴルフ、町のグラウンドゴルフ大会にも出場しています



43 いろはの柚

活動場所 柚ノ木公民館 登録人数 10人

対象者 柚ノ木地区の方

頻度/時期

月1回 日曜日
9:00~11:00

活動内容

ラジオ体操・レクリエーション調理(地域の材料を活用)



45 阿蘇野直山グランドゴルフクラブ

活動場所 旧阿蘇野小学校グラウンド 登録人数 16人

対象者 阿蘇野直野内山会員

頻度/時期

毎週 水、土曜(練習日)
毎月第2土曜日(月別大会)

活動内容

毎月第2土曜日 体温測定、血圧測定、ラジオ体操。雨天の時は阿蘇野小学校体育館で卓球大会



47 お茶の間サロン長宝団地

活動場所 長宝団地公民館 登録人数 13人

対象者 長宝団地の方

頻度/時期

第2水曜日

活動内容

体操、生きがい応援団、出前講座、交流 等



40 ミックス

活動場所 旧大津留小学校体育館

登録人数 9人

対象者 庄内町住民の方

頻度/時期

週1回 火曜日

活動内容

体操・交流・卓球



42 SRフリージア

活動場所 山下鈴子宅

登録人数 6人

対象者 昔話しの会(昔、PTA活動)

(80才~87才)

頻度/時期

月1回

活動内容

活動と言える程ではないが、6名で昔話。55年来のグループです



44 青空GGクラブ

活動場所 庄内運動公園多目的広場 登録人数 11人

対象者 長宝団地会員及び近隣地区の方

頻度/時期

週1回 水曜日
9:00~11:00

活動内容

ラジオ体操及びグラウンドゴルフ



46 五福すこやかクラブ

活動場所 五福公民館 登録人数 10~13人

対象者 五福地区住民

頻度/時期

週2回
第2、第4日曜日

活動内容

タオル体操・ラジオ体操
めじろん体操・ステップ



48 ミニテニス

活動場所 庄内体育センター

登録人数 19人

対象者 興味のある方

頻度/時期

毎週土曜日
10:00~12:00

活動内容

楽しくミニテニス。
笑い声が元気の秘訣です。



49 楽しく健康グラウンドゴルフ

活動場所 由布高校グラウンド 登録人数 15人

対象者 大龍地区の方

頻度/時期
毎週 土、日、祝日

活動内容
グラウンドゴルフで
健康づくりと交流



50 みんなで楽しく料理教室

活動場所 庄内保健センター調理室 登録人数 10人

対象者 庄内地域の方

頻度/時期
毎月第1金曜日
9:30~13:00

活動内容
バランスの良い献立を
使った調理実習



51 庄内スポーツセンター卓球部

活動場所 庄内体育センター 登録人数 15人

対象者 小学生~一般まで

頻度/時期
週1回 金曜日
19:30~21:50

活動内容
春・秋の卓球大会、由布
市の市民大会に参加、年
に1回の部内の大会開催



52 グラウンドゴルフ愛好会

活動場所 多目的広場 登録人数 17人

対象者 東部1・2区、小野屋・柿原・透内

頻度/時期
毎週金曜日
月2~4回

活動内容
グラウンドゴルフの
練習



53 ほ~っとクラブ

活動場所 畑田自治公民館 登録人数 13人

対象者 庄内地域の方

頻度/時期
毎月1回 第1木曜日

活動内容
楽しく体操、歌を唄う、
認知症予防対策



54 サロン・はなみずき

活動場所 代表者宅 登録人数 7人

対象者 下瀬口地区の方

頻度/時期
毎月第4月曜日

活動内容
調理、会食、体操、
脳トレ、交流



55 庄内健康麻雀倶楽部

活動場所 庄内公民館 登録人数 6人

対象者 庄内町在住の方

頻度/時期
第1・3水曜日
13:00~16:45

活動内容
健康麻雀で楽しみながら
脳トレしています。



湯布院 地域

1 川上サロン

活動場所 川上集会所 登録人数 10人

対象者 由布市在住の方

頻度/時期
月2回 第1・3水曜日
10:00~11:30

活動内容
シニアエクササイズ
軽スポーツ・交流



2 気楽に集まる会

活動場所 奥江公民館 登録人数 9人

対象者 川西地区の方どなたでも

頻度/時期
月1回 第2火曜日
15:00~16:30

活動内容
軽スポーツ・落語
健康講話・交流 等



3 ゆふウォーキングクラブ

活動場所 由布市内

登録人数 16人

対象者 どなたでも

頻度/時期

第2日曜日
9時出発

活動内容

由布市内各所巡り



4 岳本サロン

活動場所 岳本公民館

登録人数 20人

対象者 湯布院在住の方

頻度/時期

第1・3水曜日
9:30~11:00

活動内容

心身の健康のための
運動と交流



5 チャレンジいきいき健康教室

活動場所 湯布院B&G海洋センター

登録人数 30人

対象者 どなたでも

頻度/時期

週1回 木曜日
10:00~11:30

活動内容

シニアエクササイズ・
ペタンク・囲碁ボール・
交流



6 チャレンジ健康体操教室

活動場所 湯布院B&G海洋センター

登録人数 6人

対象者 どなたでも

頻度/時期

週1回 金曜日
14:00~15:00

活動内容

健康体操・交流



7 チャレンジシニアエクササイズ教室

活動場所 湯布院B&G海洋センター

登録人数 40人

対象者 どなたでも

頻度/時期

週1回 火曜日
10:00~11:30

活動内容

シニアエクササイズ
交流



8 湯平ものづくり教室

活動場所 湯平地区公民館

登録人数 15人

対象者 由布市在住の方

頻度/時期

毎月第2・4月曜日
9:30~14:00

活動内容

各自手芸作品製作
体操・他



9 由布院サロン

活動場所 ラックホール・小ホール2

登録人数 18人

対象者 概ね65歳を超える由布院地域の住民

頻度/時期

週1回 金曜日
10:00~12:00

活動内容

シニアエクササイズ
健康講話・交流



10 由布見会

活動場所 乙丸温泉館

登録人数 24人

対象者 新町地区の方

頻度/時期

月1回 1日
8:00~12:00

活動内容

区内清掃活動
体操・他



11 塚原たんぽぽの会

活動場所 塚原公民館

登録人数 8人

対象者 塚原在住の方

頻度/時期

月2回 月曜日10:00
(時期によって時間や回数に変更あり)

活動内容

「しあわせ」を求めて
(大正琴・他)、小学生
との交流



12 菜の花会

活動場所 乙丸公民館

登録人数 20人

対象者 乙丸1自治区の方

頻度/時期

月1~2回
10:00~11:30

活動内容

1日1回は人と触れあい、
前向きな生活を心がける



13 石光ふれあいサロン

活動場所 石光集会所 登録人数 20人程度

対象者 石光地区の高齢者

頻度/時期

月1回
9:00~11:00

活動内容

生活機能の低下を防ぐ活動



14 荒木料理教室

活動場所 荒木区公民館 登録人数 13人

対象者 湯布院地域の方

頻度/時期

毎月第1水曜日
10:00~12:00

活動内容

バランスの良い献立を使った調理実習



15 ポピー

活動場所 佐土原公民館・湯布院福祉センター

対象者 どなたでも 登録人数 7人

頻度/時期

月2回第2・4木曜日
10:00~

活動内容

ストレッチ・交流



16 ゆふいん絵手紙サークル

活動場所 乙丸温泉館 登録人数 8人

対象者 湯布院地域で関心のある方

頻度/時期

第1水曜日
13:00~

活動内容

絵手紙のレッスン
頭と体の体操



17 かぐや会

活動場所 かぐや庵(乙丸三) 登録人数 11人

対象者 乙丸地区周辺の方

頻度/時期

月1回 第3水曜日
10:00~2時間程度

活動内容

頭や体を使って楽しく
過ごす1時間。交流を
深めるお茶タイム1時間。



18 おらが健康サロン

活動場所 幸野公民館 登録人数 14人

対象者 幸野地区の方

頻度/時期

月1回第4金曜日
9:00~

活動内容

健康講話
軽スポーツ・交流



19 湯布愛好クラブ

活動場所 湯布院総合グラウンド 登録人数 25人

対象者 常時参加できる方

頻度/時期

週2回 月・木曜日
9:00~

活動内容

グラウンドゴルフ
交流



20 むるゆサロン

活動場所 温湯公民館 登録人数 15人

対象者 湯布院在住の方

頻度/時期

月1回 第2火曜日
10:00~

活動内容

笑いあって楽しく活動
(運動・交流・他)



21 湯平・花合野川ふれあい人

活動場所 湯平ふれあいホール 登録人数 20人

対象者 湯平地区の方

頻度/時期

月1回 第3水曜日
10:00~

活動内容

軽スポーツ
交流



22 チャレンジGGクラブ

活動場所 湯布院総合グラウンド 登録人数 17人

対象者 どなたでも

頻度/時期

週2回 火・金曜日

活動内容

グラウンドゴルフ
交流



23 ハッピー

活動場所 湯布院福祉センター小会議室 登録人数 15人

対象者 会場まで来れる方

頻度/時期

第3火曜日
10:00~

活動内容

懐かしい曲で体操・
合唱



24 しらたき会

活動場所 乙丸公民館

登録人数 17人

対象者 新町2自治区の方

頻度/時期

第3水曜日
10:00~

活動内容

運動・交流
環境美化



25 塚原生いき友の会

活動場所 霧島神社グラウンド・塚原公民館他 登録人数 20人

対象者 塚原地区の方

頻度/時期

月1~2回 日曜日
年4回第1木曜日(いきいきサロン)

活動内容

清掃・グラウンドゴルフ・講話。
軽スポーツ・行事活動参加
(研修旅行、コモレピカフェ、
みなこい祭り、運動会等)



26 サロン・あぜかぶ

活動場所 東石松1公民館

登録人数 16人

対象者 健康を大切にしている方

頻度/時期

毎週 土曜日
9:30~

活動内容

元気で
楽しく遊ぶ



27 湯平H・F(湯平の温かい友達)会

活動場所 湯平菊畑グラウンド 登録人数 10人

対象者 湯平地区の方

頻度/時期

毎週月、水、金曜日
13:30~15:30

活動内容

グラウンドゴルフ
交流



28 畑グラウンドゴルフ同好会

活動場所 下湯平畑グラウンド

登録人数 13人

対象者 どなたでも

頻度/時期

週2回 月・金曜日
13:00~
15:00~(8月)

活動内容

交流・グラウンドゴルフ



29 MNGS会(みんな仲良く元気で過ごす会)

活動場所 倉橋宅稽古場 登録人数 10人

対象者 興味のある方

頻度/時期

月1回 第3月曜日
13:30~

活動内容

交流・脳トレ・踊り



30 わくわく前徳野

活動場所 前徳野公民館

登録人数 13人

対象者 前徳野地区の方

頻度/時期

月1回 第2金曜日
10:00~

活動内容

交流・体操
脳トレ・行事に
ちなんだ活動



31 笑和の会

活動場所 東石松3公民館 登録人数 13人

対象者 東石松3地区の方

頻度/時期

月1回 第1水曜日
10:00~

活動内容

笑って和やかに
(交流・運動)



32 なかより元気会

活動場所 中依公民館

登録人数 13人

対象者 中依地区の方

頻度/時期

第2火曜日
14:00~15:00

活動内容

シニアエクササイズ
ペタンク・交流



33 シェイプアップ教室

活動場所 湯布院B&G 海洋センター会議室 登録人数 11人

対象者 どなたでも

頻度/時期

月2回(土曜日)
10:00~11:00

活動内容

体を整える体操や
ストレッチ



34 川西GGクラブ

活動場所 湯布院総合グラウンド 登録人数 23人

対象者 湯布院町内の方

頻度/時期

週2回 水・金曜日

活動内容

グラウンドゴルフ・融
和親睦と健康維持増
進を図ること



35 氣楽会

活動場所 公園及び湯布院福祉センター 登録人数 10人

対象者 どなたでも

頻度/時期

第1・2・3水曜日
13:30~14:30

活動内容

やさしい・楽しい太極拳。
初心者大歓迎!



36 健康マーじゃん

活動場所 湯布院B&G 海洋センター会議室 登録人数 12人

対象者 どなたでも

頻度/時期

毎週水曜日
13:00~16:00

活動内容

勝敗にこだわらず、
楽しく脳トレ



37 ア☆ラッキークラブ

活動場所 荒木自治公民館、旧公民館広場 他 登録人数 22人

対象者 荒木区民全員

頻度/時期

1か月に1回

活動内容

室内外軽スポーツ、
もの作り、防犯パト
ロール、講話



38 からんころん

活動場所 湯平地区公民館 登録人数 25人

対象者 湯平地区住民

頻度/時期

第2・4水曜日

活動内容

楽しく体操、
レクリエーション



39 下依老人クラブ88会

活動場所 下依公民館 登録人数 7人程度

対象者 下依自治区の老人クラブ会員

頻度/時期

月1回 第1月曜日
10:00~11:00

活動内容

健康体操・レク・脳トレ



40 みんなでクッキング

活動場所 ゆふいんラックホール調理室 登録人数 10人

対象者 湯布院地域の方

頻度/時期

毎月第3水曜日
9:30~13:00

活動内容

バランスの良い献立を
使った調理実習



湯布院 いきいきサロン

いきいきサロンでは、湯布院の地域のブロック単位や自治区ごとに健康づくりやふれあい、交流等を目的とし、年数回実施されています。

なお、実施にあたっては、自治委員、民生委員、福祉推進員、老人クラブ、ボランティア等が主体となつて地域の高齢者が集う場となっています。

① 乙丸区ふれあいいきいき健康サロン

活動場所 乙丸公民館

対象者 乙丸区の方

頻度/時期

年3回程度 午前中

活動内容

交流・健康講話・レク
リエーション・その他



② 川西きちよくれ広場・大会

活動場所 川西地区公民館 多目的ホール

対象者 どなたでも

頻度/時期

年4回程度 午前中

活動内容

多世代交流(文化・軽スポーツ活動)



③ 山崎サロン

活動場所 山崎公民館

対象者 山崎地区の方

頻度/時期

年6回 第1木曜日

活動内容

歌・体操・交流他



オレンジカフェ

認知症カフェ



オレンジカフェとは、認知症カフェのことです。認知症の方やご家族、関心のある方、地域の方、ボランティア、専門職などが参加しています。どなたでも自由に参加できます。

お茶やコーヒーなどを飲みながら会話やゲームによる交流を通して、新たな出会い、地域とのつながりの場となっています。

① オレンジカフェ 由布



活動場所 健寿荘

対象者 認知症の方とその家族、地域の方、専門職等

頻度/時期

毎月第3土曜日
10:00~12:00

参加費

100円(飲み物、お菓子代)

申込先

健寿荘(担当:吉田)
TEL.097-583-0051



② オレンジカフェ ほっと柿の木畑



活動場所 ほのぼの工芸館ホール

対象者 認知症の方とその家族、地域の方、専門職等

頻度/時期

毎月第3火曜日
13:30~15:30

参加費

200円(飲み物、お菓子代)

申込先

由布市地域包括支援センター
認知症地域支援推進員
TEL.097-582-0106



③ オレンジカフェ ゆふいん原っぱ



活動場所 原っぱカフェ

対象者 認知症の方とその家族、地域の方、専門職等

頻度/時期

毎月第2・4木曜日
14:00~16:00

参加費

200円(飲み物、お菓子代)

申込先

由布市地域包括支援センター
認知症地域支援推進員
TEL.097-582-0106



④ オレンジカフェ えてふえて



活動場所 public houseえてふえて

対象者 認知症の方とその家族、地域の方、専門職等

頻度/時期

毎月第1木曜日
14:00~16:00

参加費

500円(飲み物、お菓子代)

申込先

public houseえてふえて
(佐野)
TEL.097-578-8529



⑤ オレンジカフェ サンクラウド



活動場所 SUNCloud.cafe

対象者 認知症の方とその家族、地域の方、専門職等

頻度/時期

毎月第3水曜日
13:30~15:30

参加費

400円(飲み物、お菓子代)

申込先

SUNCloud.cafe
(佐野)
TEL.050-3697-5204



⑥ オレンジカフェ kokokara ココカラ



活動場所 小野屋区民会館

対象者 認知症の方とその家族、地域の方、専門職等

頻度/時期

毎月第2火曜日
13:30~15:30

参加費

200円(飲み物、お菓子代)

申込先

kokokaraカフェ
(重見)
TEL.070-7424-8255



7 オレンジカフェ kokokara ゆふいん in 榎屋

活動場所 榎屋旅館

対象者 認知症の方とその家族、地域の方、専門職等

頻度/時期

毎月第1水曜日
13:30~15:30

参加費

300円(飲み物、お菓子代)

申込先

kokokaraカフェ
(重見)
TEL.070-7424-8255



8 オレンジカフェ ノーサイド

活動場所 ノーサイド

対象者 認知症の方とその家族、地域の方、専門職等

頻度/時期

毎月第2土曜日
13:00~15:00

参加費

500円(飲み物、お菓子代)

申込先

ノーサイド
(高松)
TEL.097-547-7001



認知症の人のご家族の集い

由布市には認知症の人などを介護されているご家族が集まり、互いの体験談や情報交換を行う交流の場があります。労い合い、気持ちを楽にする交流の場となっています。

挾間地域

開催日：月1回
場所：はさま未来館等



庄内地域

開催日：2か月に1回
場所：由布市役所等



湯布院地域

開催日：月1回
場所：湯布院福祉センター等



★公益社団法人「認知症の人と家族の会」
大分県支部所属団体

問合せ先：由布市認知症地域支援推進員(由布市地域包括支援センター内) ☎ 097-582-0106

生活・健康支援組織の紹介

1 食生活改善推進協議会

「食」を通して、地域の皆さんの「元気」を応援します!

● 通いの場でできること

『減塩料理』『野菜たっぷり料理』『低栄養予防料理』『防災料理』『郷土料理』などをテーマに料理教室(調理実習)を行い、皆さんの「おいしい」笑顔につながる時間を一緒に作ります。

※食材料費の実費については負担をお願いします。



問合せ 由布市食生活改善推進協議会事務局
(由布市健康増進課内) ☎ 097-582-1120

2 ヘルスアップリーダー

楽しくからだを動かして、健康増進や介護予防の活動を支援します!

● 通いの場でできること

*めじろん体操 *タオル体操 *口腔体操
*玄米ダンベル体操 *レクリエーション *脳トレ
などをお伝えし、一緒に楽しくからだを動かします。地域の会合の内容で何をしたらよいか悩んでいる団体等あれば是非ご相談ください。



問合せ 由布市健康増進課
☎ 097-582-1120

3 シルバー人材センター

60歳以上の方が、特技や技術を活かして働くことで、高齢者の健康と生きがいづくりや生活の安定、地域社会の発展や現役世代の下支えなどを推進する自主的な団体です。

会員募集中です。

登録できる人：60歳以上の市民

登録人数：188名（令和7年11月30日現在）

作業内容：草刈・草取り・施設清掃等

仕事を依頼したい方も気軽に連絡を！

問合せ 由布市シルバー人材センター
☎ 097-540-7992

4 暮らしの応援隊

高齢者が安心して自宅での生活を続けられるように生活の中のちょっとした困り事をお手伝いする市民のボランティア団体です。加齢によりできなくなった困り事があればご相談を！

利用できる人：65歳以上の市民

支援内容：ちょっとした
困り事のお手伝い

利用料金：1時間 500円程度

応援隊員も募集中です!!

問合せ 由布市暮らしのサポートセンター
☎ 090-4075-1390（平日9時～16時）

こちらに
お問合せ
ください

通いの場に参加したい



挾間地域	➡	由布市社会福祉協議会 挾間事務所	☎ 097-583-4344
庄内地域	➡	由布市社会福祉協議会 地域支援課	☎ 097-582-2756
湯布院地域	➡	由布市社会福祉協議会 湯布院事務所	☎ 0977-84-3610

お住まいの近くに通いの場がない場合は…？

本ガイドブックに掲載していない介護予防の教室もあります。

由布市高齢者支援課（☎ 097-529-7349）までお気軽にご相談ください。



通いの場の情報を募集しています！

① 月1回以上活動 ② 市民主体で活動 ③ 介護予防に資する内容が入っている

上記①～③の条件を満たしている団体があれば、是非情報をお知らせください。

連絡先 由布市高齢者支援課 ☎ 097-529-7349

由布市高齢者通いの場ガイドブック（令和7年12月時点情報）

発行 由布市高齢者支援課 ☎ 097-529-7349