

地域の元気な生きがい活動や介護者がお互いに相談できるような集いの場を提供します。

2026年 夏号
第2号

かみやしろカフェ

とは、どんなところ？



健康体操、ゲーム、カフェタイム
などで、くつろぎのひとときを
お過ごしいただきます。
ぜひご参加ください



**毎月
第1・第3
木曜日
10:00~11:45**

7月~9月の予定
7/2、16
8/6、20
9/3、17
参加費：100円
(飲み物・お菓子代)
*対象者：市内在住の
60歳以上の方



クールシェアスポット

暑い季節、涼しいみなとふれあい
センターでひと休みしませんか？



特に用がなくてもお気軽に立ち寄ってください。

囲碁、将棋で 楽しく脳トレ！

涼しいセンターで囲碁・将棋を
通じて脳の活性化と介護予防！

月曜日~土曜日
午前：9時~11時30分
午後：1時30分~4時
市内在住の60歳以上の方



就労継続支援B型事業所による自主製品販売コーナー設営

- *手作りマット
- *さをり織り
- *廃油石けん
- *手作りきんちゃく
- *数珠（袋付き）
- *手作りバッグ など



一つ一つ手作りで、どこにもないオリジナル1点ものがあります。色、形、個性豊かなものとなっています。たくさん取り揃えていますのでぜひお越しください。

みなとふれあいセンターのご利用について

高齢者の自主的な健康づくり、介護者がお互いに相談できるような交流の場・身体障がい者とその家族の福祉の増進の場としてお使いください。

【ご利用可能な部屋】

2階 ① ヘルパーステーション ② 介護支援センター相談室

【利用日・利用可能時間】

月曜日から土曜日 9時～17時 ※年末年始（12月29日～1月3日）は除く

【利用料】 無料

令和8年度 利用いただいている団体

	団体名	ご利用日時	内容
1	昭和平成井戸端会議	第1・3水曜日 13:00～15:00	高齢者の楽しい集い・各種相談受付
2	元気いっぱい教室	毎週月曜日 13:30～15:00	元気いっばいに介護予防 認知症予防活動
3	げんここカフェサポーターズ	第2水曜日 13:30～15:00	脳が元気になる体操・介護予防活動
4	フリースペースわげん	第2金曜日 14:00～16:00	障がい者サロン 自由な場を提供
5	みなとカフェ（主催：オレンジ）	最終週火曜日 10:00～12:00	体操、お茶、語り合いで 心も体もリフレッシュ
6	かみやしろカフェ（主催：伊勢社協）	第1・3木曜日 10:00～11:45	健康体操・ゲーム・カフェタイムで くつろぎのひと時を

※ ご利用等のお問い合わせは、みなとふれあいセンターへ

伊勢市みなとふれあいセンター

〒516-0004 伊勢市神社港262-1

TEL 0596-35-0811 FAX 0596-35-0812

- 開設時間：8:30～17:00
- 休業日：日曜日、12月29日～1月3日
- 駐車場：15台（障がい者駐車場1台）