

① 老人園芸ひろば

問 長寿生きがい課

☎ **22-3141** (代表) **FAX 21-0406**

仲間と育てる楽しみが格別

◎老人園芸ひろば

高齢者の方に、約10平方メートルの土地を3年間貸与し、園芸を楽しんでいただく事業です。園芸を通じて、心身の健康の増進や、同好者・社会との交流を深めていただくものです。

- 費用：協力金として、年額 3,600 円
- 対象：満 60 歳以上の市民
- 会場：市内 7 か所（車では来園できません。）

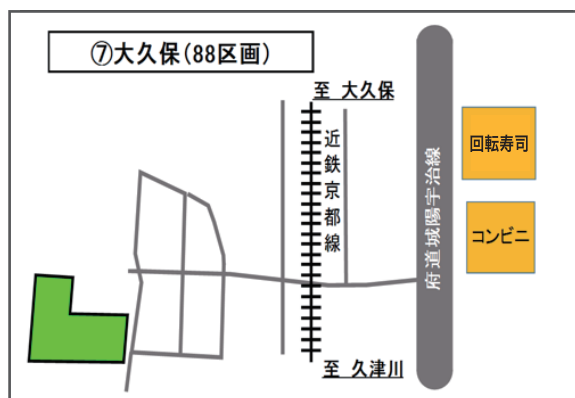
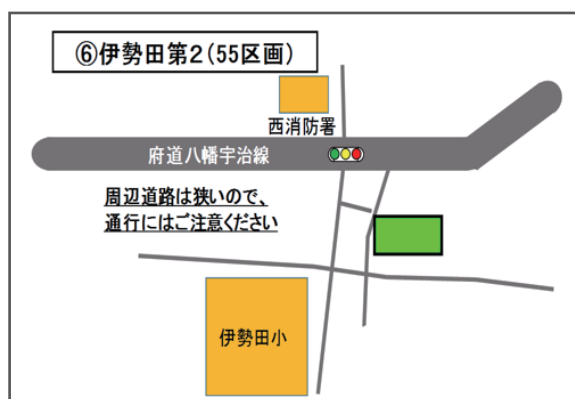
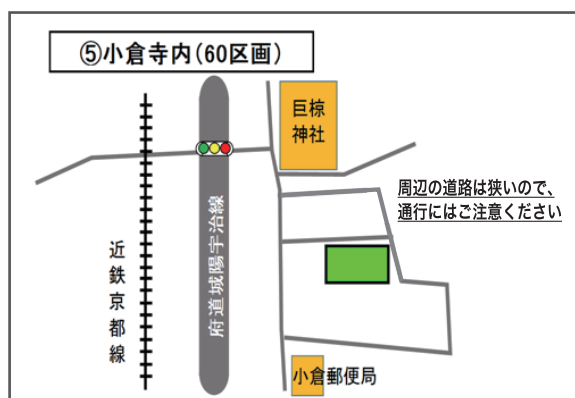
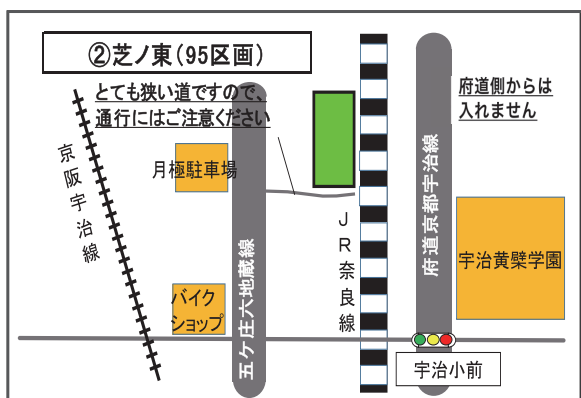
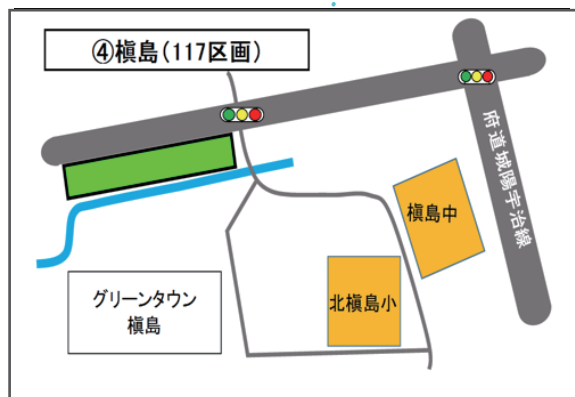
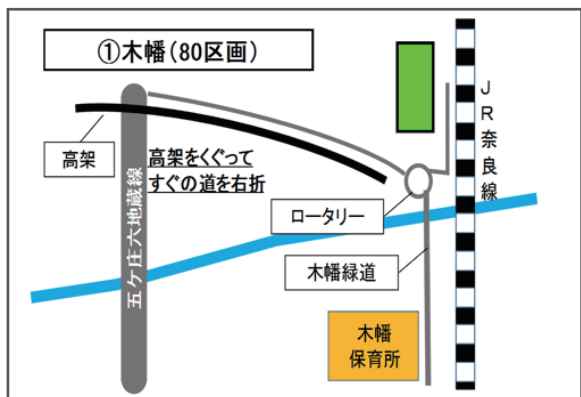
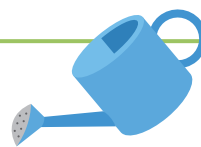
◎園芸教室の開催

園芸教室も複数回開催しておりますので、初心者の方でも安心して始めていただけます。

老人園芸ひろば会場一覧

名称	所在地	区画数
木幡	木幡正中 42	80
芝ノ東	五ヶ庄芝ノ東 48-3	95
羽戸山	羽戸山一丁目 49-1	55
槇島	槇島町落合 43-7	117
小倉寺内	小倉町寺内 71-3	60
伊勢田第 2	伊勢田町毛語 129-1	55
大久保	大久保町大竹 10-1	88

宇治市老人園芸ひろばMAP



② 生きがい・助け合い活動

はにかむカフェ

問てくのハウス MAKINO
伊勢田町名木2丁目1-221

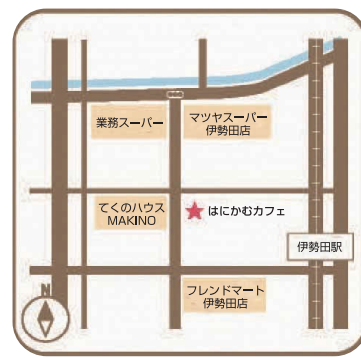
☎ 43-5941

誰もが気軽に立ち寄り、人と人がつながることができる特技を活かして、誰もが主役になれる場所です。

- 開催日：毎週土曜日・第3火曜日
- 利用料：1人 300円
※飲み物付き、セルフで淹れて楽しむスタイルです。
※一部、物販もあります。



↑
黄色いドアが目印です



てくのハウス MAKINO の向かいにあります



宇治源輝広場

問代表：西村 卓
伊勢田町名木1丁目1-255

Mail ughiroba@gmail.com

宇治源輝広場は、住み慣れた地域で、高齢者から子どもまで交流する広場です。ピアノコンサート、絵本読み聞かせ、福祉等の講座を開催しています。



- 開催日：カフェ（交流の場）／第2土曜日 14時～16時
講座（憩いと学びの場）／第4土曜日 14時～16時
※8月は休み。第4日曜日に変更になることもあります。
- 参加費：無料 ※飲み物付き(カンパ歓迎) ※講座で材料費がかかる場合は、事前にご案内します。
- 定員：16名 ※事前にお申し込みください。

③ れもんカフェ

◎れもんカフェとは

認知症の人やその家族、認知症について不安のある人、関心のある人、どなたでも気軽に集える場所です。専門職も参加し、相談もお受けしています。

【対象】宇治市在住・在勤・在学

【費用】300円（喫茶付き）

4つの機能

知る（普及・啓発）

認知症を正しく理解できる場所、
疾病観を変える場所。

語る（相談機能）

不安や悩みを相談できる場所。

繋がる（ケアネットワーク）

仲間や専門職との出会いの場所、繋がれる場所。

集う（本人・家族支援）

安心して過ごせる場所、情報交換や
本人の力を発揮できる場所。

◎全域れもんカフェ（年12回）

認知症コーディネーターが主催し、市内のさまざまな会場で開催しています。

問中宇治地域包括支援センター内 れもねいど事務局

宇治琵琶1-3「宇治市福祉サービス公社中宇治事業所内」

☎ **0774-28-3686**

◎圏域れもんカフェ

各地域包括支援センターが主催し、各地域の会場で開催しています。

問各地域包括支援センターの連絡先は65ページをご覧ください。



カフェ交流タイム



認知症のミニ講演

④ 京都認知症総合センター

☎ 社会福祉法人 京都悠仁福祉会 京都認知症総合センター
宇治里尻36-35

☎ **25-1125** (カフェほうおう) **FAX 25-2788**

Mail cafehouou@takedahp.or.jp

◎京都認知症総合センターとは

認知症になっても本人の意思が尊重され、住み慣れた地域で安心して暮らせる社会の実現を目指し、適時・適切なサービスを“ワンストップ”で提供する全国初の施設として開設されました。「医療支援」「初期支援」「在宅支援」「施設入所サービス」の4つの機能を備え、認知症の初期から重度まで、症状の進行に応じた医療・介護・福祉サービスを切れ目なく受けることができます。

【主な事業内容】

◎カフェほうおう（常設型認知症カフェ）

カフェほうおうでは専任の相談員を配置し、一人一人の相談・希望に応じたサポートを行っています。認知症本人やその家族同士の出会いの場、交流の場でもあります。社会参加・就労支援や生きがい作り、当事者主体の活動、初期支援プログラムを行っています。

◎初期支援プログラム

- ・オレンジドア ノックノックれもん
(第2・第4水曜日 14:00~16:00)

認知症の当事者同士が出会い、集うことのできる場です。認知症の本人やその家族が経験を話したり、相談に応じることもあります（ピアサポート）。

- ・認知症本人・家族・支援者教室
(第1・第3・第5金曜日 14:00~16:00)

認知症について正しくわかりやすく、それぞれの立場で学ぶことができる教室です。

上記事業の他、木工、洗濯たたみ、手芸、脳トレ、卓球、音楽など認知症の本人や家族・地域の人と一緒に楽しめるプログラムを行っています。作業工房では、自治体や各種企業から依頼を受け木工作業を行ったり、洗濯工房では洗濯業者の洗濯たたみ作業をしたりすることで、認知症の本人が対価を受けることができます。



①初期支援プログラム 作業工房ほうおう
(第1・3水曜日、第2・4月曜日 13:30~16:00)



②初期支援プログラム うたカフェ
(第2火曜日、第4木曜日 10:00~12:00)



③初期支援プログラム フレイル予防教室
(第2金曜日 14:00~15:30)

※開催日は変更することあり。
事前にお電話にてご確認ください。

⑤ 鈴の音会

問 中宇治地域包括支援センター（宇治市福祉サービス公社）
宇治琵琶1-3

☎ **28-3686**（認知症事業担当）

FAX **28-3190**

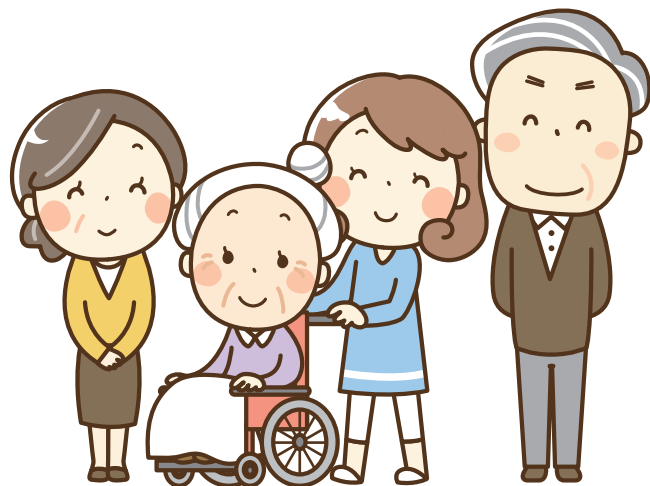
◎鈴の音会とは

認知症の人を介護する家族が集い、日々の介護に対する思いを話すことができる場です。「認知症の人と家族の会」の世話人がアドバイザーとなり、家族同士の交流を行っています。

平成20年度から実施している「認知症家族支援プログラム」の後の交流会として発足した会ですが、「認知症家族支援プログラム」に参加していない方も大歓迎です。

途中参加や途中退出も可能ですので、お気軽にお越しください。

- 対象：認知症の人を介護している人（市内在住）
- 開催日時：毎月第4金曜日 午後1時30分～3時30分
- 場所：京都認知症総合センター 2階 多目的室（宇治里尻 36-35）
※年に2回開催している研修会の日は場所が異なります。初めての方はお問合せください。
- 主催：公益社団法人 認知症の人と家族の会 京都府支部



⑥ 公民館サークル活動 中央公民館

問 宇治市中央公民館

折居台1丁目1

☎ 39-9258 FAX 39-9259

2025 (令和7年) 4.1 現在

No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯	会費
1	アートクラブ創画	油絵制作	第2水曜	午後	月1,000円
2	アオ マハナ フラサークル	フラダンス	第2, 4水曜, 第3金曜	午前	月2,500円
3	宇治朝霧コーラス	女声合唱	毎週火曜	第1週午前 2~4週午後	月4,000円
4	宇治映画同好会	映画	第2日曜	午前	年1,000円
5	宇治シティフィルハーモニー	管弦楽	毎週土曜	夜間	年36,000円
6	宇治抒情歌クラブ	合唱	第1, 3火曜	午後	月1,000円
7	Uji 版画サークル	木版画制作	第2金曜	午後	—
8	宇治鳳凰大学同窓会かな書道クラブ	かな書道	第2, 4土曜	午前	年2,000円
9	宇治マンドリンアンサンブルフローラ	マンドリン音楽	水曜, 土曜, 日曜	水曜夜, 土曜午後, 日曜午前	月2,500円
10	宇治めいぷるコール	混声合唱	第1, 3木曜	午後	月2,500円
11	映画で英会話	英会話	第1, 3水曜	午前	月2,000円
12	絵ごころ	水彩画	第2, 4金曜	午前	—
13	絵の水曜会	絵画	第1, 3水曜	午後	月1,500円
14	大人のピアノ	ピアノ	月4回 火曜又は木曜	午前	月3,000円
15	キッズひまわり	表現活動	第2土曜	午前	—
16	きつつき会	木彫	第2, 4火曜	午後	月1,500円
17	きままにあ〜と	手芸	第1, 3金曜	午前	—
18	クレール	合唱と器楽	第2, 3, 4木曜	午後	月2,500円
19	コール☆ジェリクル	合唱	第1, 3水曜	夜間	月5,500円

交

流

⑥ 公民館サークル活動 中央公民館

2025 (令和7年) 4.1 現在

No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯	会費
20	サークル FR	絵画	第 1, 3金曜	午後	月 1,500 円
21	サークル心のうた	合唱	第 1, 3金曜	午前	月 1,000 円
22	詩吟 宇治橋	詩吟	毎週水曜	午後	月 3,000 円
23	ジャズミンダンス	社交ダンス	第 1, 2, 3 火曜	夜間	月 2,500 円
24	秋陶会	陶芸	第 2, 4水曜	午前午後	月 1,000 円
25	女声合唱団 詩音	女声合唱	毎週水曜	午前	月 3,500 円
26	女声コーラス しあわせ	女声合唱	第 2, 4日曜	午後	月 4,000 円
27	Swingin Echo Jazz Orchestra	ジャズ演奏	毎週 日曜, 火曜	夜間	月 500 円
28	セカンドライフ夢を語る会	意見交換	第 1, 3木曜		月 500 円
29	大正琴ファンタジー琴音人	大正琴	第 1 木曜	午後	月 1,500 円
30	ダンスを楽しむ会	社交ダンス	毎週土曜	午後	月 3,000 円
31	長江会	太極拳	第 4日曜 第 1, 2水曜	日曜午前 水曜午後	月 1,500 円
32	陶悠会	陶芸	第 1, 2, 4 火曜	午前	年 9,000 円
33	童謡抒情歌クラブ	合唱	第 4金曜	午後	月 1,500 円
34	なつメロサークル	合唱	第 1 火曜 第 3金曜	午後	月 500 円
35	人形劇サークル こまぜごはん	人形劇・音楽	不定 (土・日)	不定	—
36	人形劇サークルとらごろう	人形劇	第 1, 3火曜	午前	月 200 円
37	パソコン画で遊ぼう	パソコン画	第 1, 3火曜	午後	年 4,000 円
38	パッチワークサークル	パッチワーク	第 2 土曜	午後	—

⑥ 公民館サークル活動 中央公民館

2025 (令和7年) 4.1 現在

No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯	会費
39	パンダ太極拳サークル	太極拳	毎週火曜	夜間	月 1,500 円
40	ひまわり 太極拳	健康体操	第 1, 2, 3水曜	午前	月 1,500 円
41	文章サークルゆりの集い	エッセイを書く	第 3 木曜	午前	月 1,000 円
42	Pocco a Pocco (ポコ ア ポコ)	器楽合奏	毎週木曜	午前	月 500 円
43	ママさんブラス Uji	吹奏楽	毎週土曜	午前	月 2,000 円
44	メンズ英会話クラブ	英会話	第 2, 4火曜	午後	月 2,000 円
45	木工サークルもくもく会	木工作	第 2, 4金曜	午前	月 500 円
46	大和撫鼓	和太鼓	第 1, 2, 4金曜	夜間	月 2,000 円
47	ユーアイ押し花	押し花アート	第 4 火曜	午後	月 2,000 円
48	ヨーガサークル	ヨーガ	第 1, 2, 3火曜	午前	月 1,000 円
49	ヨーガ HANA	ヨーガ	第 1, 2, 3木曜	午前	月 1,000 円
50	楽陶会	陶芸	第 1, 2土曜	午前	年 10,000 円
51	ラビアンローズ 2	社交ダンス	毎週土曜	午前	月 3,000 円
52	和太鼓 えん	和太鼓	第 1, 2, 3日曜	夜間	月 500 円
53	和太鼓クラブ 楽鼓	和太鼓	毎週木曜	夜間	月 1,000 円
54	和太鼓サークル 渦	和太鼓	毎週水曜	夜間	月 1,000 円
55	和太鼓サークル 宙 with F	和太鼓	毎週土曜, 日曜	午前	年 500 円

⑥ 公民館サークル活動 木幡公民館

問 宇治市木幡公民館

木幡内畑34-7

☎ 39-9193 FAX 39-9194

2025 (令和7年) 4.1 現在

No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯	会費
1	紫陽花コーラス	女声コーラス	第 1, 3, 4金曜	13:00~17:00	月3,000円
2	頭の健康	麻雀・健康維持	第 1, 4金曜 第 2水曜	13:00~16:30	1回300円
3	頭の体操クラブ	麻雀による 頭の健康法	第 2月曜 第 3金曜 第 4木曜	13:00~17:00	月500円
4	ESS FRIENDS	英会話	第 1, 2, 3火曜	15:00~16:30	月3,000円
5	宇治市気功太極拳連盟 土曜教室	気功太極拳	第 1, 3, 4土曜	9:30~12:00	月1,500円
6	宇治市民混声合唱団	合唱	第 2, 3, 4 土曜	18:00~22:00	月3,000円
7	宇治市太極拳協会木幡教室	太極拳	第 1, 2, 3木曜	19:00~21:00	月1,000円
8	宇治文学サークル	読書会	第 3土曜	13:30~16:00	月1,500円
9	歌声サークルさわらび	歌声	第 3土曜	13:00~16:00	年3,000円
10	歌って話して 笑顔になる集い	歌って話す楽しい 居場所づくり	第 2, 4土曜	14:00~16:00	年1,200円
11	絵手紙つくし	絵手紙	第 1木曜 第 3水曜, 土曜	13:00~15:30 9:30~12:00	月1,000円
12	楽器を使ってリトミック	子どもリトミック	第 1, 2, 3 水曜	18:00~19:30	月2,000円
13	宇治木幡 ディスコンクラブ	ユニバーサル ニュースポーツ	第 2火曜 第 4水曜	9:00~12:00	年3,000円
			第 2金曜	13:00~16:00	
14	ぐるーぷ四季彩	油絵	第 1, 2月曜	9:00~12:00	年20,000円
15	健康体操サークル	ストレッチ・ダンス を加えたリズム体操	第 1, 2, 3金曜	9:30~10:50	月2,500円
16	健康ヨーガサークル	ヨーガ	第 1, 3, 4月曜	13:00~15:30	月1,000円
17	コアバランス	ストレッチ体操	第 1, 3, 4水曜	18:30~21:00	月300円

⑥ 公民館サークル活動 木幡公民館

2025 (令和7年) 4.1 現在

No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯	会費
18	木幡囲碁同好会	囲碁	第1火曜 第2,4月曜	13:00~17:00	年3,000円
19	木幡ダンスセンター	ストリートダンス	第1,2,3 木曜	18:30~21:00	1回 1,000円
20	木幡俳句会	俳句	第1金曜	13:00~17:00	月1,000円
21	サークルめんめん	パッチワーク	第2水曜	9:00~12:00	年3,000円
22	西遊記	中国語学習	第1,3金曜	15:00~17:00	月1,000円 ~2,000円
23	座三味線	三味線演奏	第2,4金曜	13:00~17:00	月2,500円
24	三国志	中国語	第1,2,4月曜	10:00~12:00	月3,000円
25	詩吟サークル やまびこ	詩吟の練習を通じた 健康・仲間づくり	第1,3月曜	9:30~11:30	月2,000円
26	水彩画サークル水曜会	水彩画	第2,4水曜	13:00~16:30	月1,500円
27	スリランカダンス友の会	ダンス・親睦	第2,4月曜	10:00~12:00	月500円
28	箏曲・糸音	箏	第1,3土曜	13:00~17:00	月500円
29	大正琴 ファンタジーこはた(結)	大正琴	第1月曜 第2,3火曜	13:00~16:30	1回 1,600円
30	太陽クラブ	将棋	第1,3木曜	13:00~16:00	年300円
31	たのしい折り紙	折り紙	第2,4木曜	13:00~15:30	月500円
32	男性ヘルシークッキング 百菜倶楽部	男性料理教室	第4水曜	9:00~15:00	月1,500円
33	剣同好会	気功体操・剣・扇	第3金曜	13:00~17:00	年300円
34	TICK TACK	英会話	第1,2,3火曜	13:00~14:30	月2,500円
35	陶芸サークル彩炎	陶芸	第1,2,4土曜	13:00~17:00	月3,000円
36	トモトモ・ アロハウクレレ	ウクレレ	第1月曜 第3水曜	13:00~16:30	月500円

⑥ 公民館サークル活動 木幡公民館

2025 (令和7年) 4.1 現在

No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯	会費
37	日常生活の 向上を考える会	生活向上	第4月曜	13:30~16:00	—
38	華扇会	日本舞踊	第1水曜 第4金曜	9:00~12:00	月2,500円
			第3水曜	13:00~17:00	
39	ハワイアン フラ ハウオリ	フラダンス	第1土曜 第3木曜 第4木曜	9:00~12:00	月3,000円
40	フレッシュベーカリー	パン作り	第4金曜	9:30~14:00	月2,000円
41	PAPER CLAY	紙粘土創作	第1, 2, 3木曜	9:00~12:00	月2,500円
42	墨友会	水墨画	第2, 4水曜	13:30~15:30	月2,000円
43	やよい会	新舞踊	第1, 2, 3木曜	13:00~16:00	—
44	リズム体操リトミック	子どもリトミック	第1, 2, 3 月曜	15:45~17:00	月2,300円
45	緑謡会	謡曲	第1, 3土曜	9:30~12:00	—
46	居場所の会	生活情報交換	第1, 3木曜	13:00~17:00	年1,000円
47	はつらつ向日葵 体操サークル	体操・脳トレ	第1, 2, 3水曜	10:00~12:00	—

⑥ 公民館サークル活動 **小倉公民館**

問 宇治市小倉公民館

小倉町寺内91

☎ **39-9274** FAX **39-9275**

2025 (令和7年) 4.1 現在

No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯	会費
1	空手サークル	空手	毎週水曜	夜間	月1,000円
2	園芸サークル	園芸	第1, 3火曜	午前	月500円
3	水晶会	水彩画	第1, 3木曜	午前	—
4	パッチワークサークル	パッチワーク	第1, 3水曜	午前午後	年8,000円
5	宇治民話の会	民話	第3火曜	午後	月1,500円
6	人形劇サークル ラディッシュ	人形劇	毎週水曜	午後	—
7	ヨーガサークル	ヨーガ	第1, 2, 4 水曜	午前	月1,300円
8	すみれコーラス	コーラス	第1, 3, 4 火曜	午前	月2,500円
9	書道サークル	書道	第1, 3火曜	午後	月1,500円
10	混声合唱団 おぐらの	コーラス	毎週木曜	夜間	月2,500円
11	小倉太極拳	太極拳	毎週火曜	午後	月2,000円
12	シャルウィダンス	社交ダンス	毎週金曜	夜間	月2,500円
13	小さな星たち	女声コーラス	第1, 3金曜	午後	月3,000円
14	ピンポンを楽しむ会	卓球	第1金曜 第3月曜 第4水曜	午前	年1,000円
15	東風会	健康マーじゃん	第1, 2, 3金曜 第4木曜	午後	年300円
16	天使のパソコン	パソコン	第1, 4火曜	午後	月2,300円

交

流

⑥ 公民館サークル活動 小倉公民館

2025 (令和7年) 4.1 現在

No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯	会費
17	宇治古文書を読む会	古文書読解	第1, 3水曜 第2, 4土曜	午後	月500円
18	健康ヨガサークル	骨盤矯正ヨガ	第1, 2, 3水曜	午前	月1,000円
19	抹茶サークル「卯の花」	茶道・抹茶	第2, 4月曜	午後	月500円
20	プルメリア・フラダンス	フラダンス	第2, 3, 4木曜	午前	月2,500円
21	うじ食育ボランティア こんぺいとう	食育	第2火曜	午前	年500円
22	絵手紙サークル 「やまぶき」	絵手紙	第2, 4火曜	午後	—
23	はなみずき	大正琴	第1, 3木曜	午後	月1,000円
24	女性脳活麻雀	健康マーじゃん	毎週水曜	午後	—
25	ウクレレファン	ウクレレ	第2, 4水曜	午前	—
26	あじさいリコーダー隊	リコーダー	第1, 3木曜	午前	月1,000円
27	杜のハーモニー	コーラス	第2, 4土曜	午前	3月1,000円
28	懐メロの会	懐メロを歌う	第3月曜	午後	月100円
29	絵手紙 槇島	絵手紙の作成	第1火曜	午前	月100円
30	サロン あじさい	ボランティアの 企画運営	第1火曜 第3土曜	午前	
31	いちごクラブ	手芸	第3金曜	午後	
32	コスモス	書道	第1, 3金曜	午前	月3,000円

⑥ 公民館サークル活動 広野公民館

問 宇治市広野公民館

広野町寺山17-403

☎ 39-9276 FAX 39-9277

2025 (令和7年) 4.1 現在

No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯	会費
1	広野太極拳サークル	太極拳	第 1, 3水曜	19:30~	月1,400円
2	やまぶきコーラス	女性合唱	第 2, 4月曜	10:00~	月2,500円
3	きざみ	木彫製作	第 1, 3土曜	13:00~	月2,000円
4	広墨会	水墨画	第 2, 4水曜	9:00~	月1,500円
5	楽しい英会話	英会話	第 2, 4火曜	14:00~	月2,000円
6	広野水彩画サークル	水彩画	第 1, 3火曜	13:00~	月1,500円
7	広野歌謡サークル	カラオケ	第 1, 3土曜	13:00~	月2,000円
8	大正琴 広野公民館サークル	大正琴	第 2, 4火曜	13:00~	月2,500円
9	味楽会	男の料理教室	第 4 金曜	9:00~	月2,000円
10	あぢさみ句会	俳句会	第 3月曜	13:00~	月500円
11	いきいきヘルスクラブ	体操	第 1, 3木曜	9:00~	月1,000円
12	広野写友会	写真	第 3 水曜	13:00~	月1,000円
13	広野ラージ卓球クラブ	ラージボール卓球	第 1, 3金曜	13:00~	年2,000円
14	ドレミ大人のピアノ	キーボード・ピアノ	第 2, 4水曜	13:00~	月2,000円
15	うたごえサークル	歌を唄う	第 4 金曜	9:00~	月500円
16	リフレッシュ健康体操	高齢者の体操	第 2, 4木曜	10:00~	月2,200円
17	ぽちぽち	親子サークル	第 3月曜 第 1土曜	10:00~	月200円
18	小学生のキッズ・ イングリッシュ	小学生の英会話	第 1, 3土曜	10:00~	月2,200円
19	心美会サークル	茶道	第 2 土曜	13:00~	月1,500円
20	合気道広野教室	合気道	第 1, 2月曜	19:30~	一般 月3,000円 小中 月1,000円

交

流

⑦ 文化・芸術活動

問 秘書広報課

☎ **22-3141** (代表) **FAX 20-8779**

◎登録団体一覧

2026 (令和8年) .2.1 現在

No.	市民活動団体名	活動内容	主な活動場所	活動頻度 / 会費
1	混声合唱 ヴォーチェ・スノーラ	コーラス	東宇治コミュニティ センター	月3回 (第1, 3, 4木曜) 4,000円/月
2	華洲会 宇治木幡分会	関西吟詩文化協会 主宰の教材の学習、 吟詩習得	木幡地域福祉センター	月3回 (第1, 2, 3火曜) 800円/月
3	うきふね短歌会	短歌の研修	生涯学習センター	月2回 (第1, 3木曜) 1,500円/月
4	伊勢田絵画サークル	自分の好きな素材 で自由に絵を描く	西宇治中学校 4階美術室	月2回 (第2, 4日曜) 500円/月
5	伊勢田書道サークル	書道の練習	西宇治中学校 4階美術室	月3回 (原則的に は第1, 2, 4土曜) 2,200円/月
6	宇治川柳会	川柳作句を通して 会員相互の親睦と 川柳向上	中央公民館	月1回 4,000円/6カ月
7	日曜会	社交ダンス交流会	南宇治コミュニティ センター	毎週日曜 200円/回
8	宇治マンドリンアンサン ブル フローラ	定期演奏会等	宇治市文化センター	年間40回程度の合 奏練習、年間3回の 演奏会 2,500円/月
9	Syues アフタヌーン Show 世話人	フォーク・ ポップス	宇治橋通商店街 京都文教大学サテライ トキャンパス	月1回 主に第3日曜 会費無し
10	ミニステージ・イン・ 宇治	バンド演奏、 各種芸能披露	宇治橋通商店街 京都文教大学サテライ トキャンパス	毎月1回 第1土曜 会費無し
11	英会話・ 宇治リンゴクラブ	1対1の 英会話練習	生涯学習センター	毎月 第1, 3火曜 300円/回
12	若菜の会	源氏物語の講読	ゆめりあうじ	毎月第1金曜 1,500円/月

2026 (令和8年) 2.1 現在

No.	市民活動団体名	活動内容	主な活動場所	活動頻度 / 会費
13	秋陶会	作陶及び作品の合評等	中央公民館	月2回 第2, 4水曜 1,000円/月
14	宇治めいぷるコール	混声合唱	中央公民館	毎月 第1, 3, 5木曜 2,000円/月
15	爽丘会	囲碁	東宇治コミュニティセンター	毎週水曜 500円/月
16	琵琶窯陶苑	陶芸品の作陶	総合福祉会館	月4回 500円/月
17	陶愁会	陶器作成	中央公民館	月3回 7,000円/年
18	パソコン画で遊ぼう	パソコンを使って 絵画制作の勉強会	中央公民館	毎月 第1, 3火曜 500円/回
19	USK サークル 書道同好会	書道講師による 添削、展示	総合福祉会館	月2回 第1, 3金曜 1,500円/月
20	宇治シティフィル ハーモニー	市民オーケストラ	中央公民館	毎週土曜 9,000円/6ヵ月
21	映画で英語	映画を教材にして 英語を学ぶ	中央公民館	月2回 2,000円/月
22	女声コーラス 「ひまわり」	コーラスを通じて会員 相互の親睦と交友を 深め技術の向上を図る	中央公民館	月2回 第2, 4月曜 2,000円/月
23	AFU・アート フォーラム宇治	美術活動による 市民交流広場（アート フォーラム）の創出	中央公民館 / 生涯学習センター	1,500円/年
24	墨友会・木幡公民館 水墨画サークル	水墨画・彩色水墨画の 練習等	木幡公民館等	月2回 第2, 4水曜 2,000円/月
25	吉田将棋教室	将棋指導及び普及	大久保青少年センター	毎週木曜 会費無し
26	宇治ハーモニカ サークル・セドナ	コンサート出演	西小倉コミュニティ センター	月2回の練習等 2,000円/月

交

流

2026 (令和8年) .2.1 現在

No.	市民活動団体名	活動内容	主な活動場所	活動頻度 / 会費
27	サークル紅	書道練習添削	木幡公民館	月2回 第1, 3水曜 2,500円/月
28	(一財)宇治市文化財愛護協会	文化財の調査・研修等	宇治市内	2,000円/年
29	Swingin' Echo Jazz Orchestra	音楽練習	中央公民館 (各コミュニティセンター)	週1回(月4回) 500円/月
30	中高年から始めるらくらくピアノ	認知症予防の(ピアノを使った)指運動	開地域福祉センター	月2回 2,000円/月
31	ぐる〜ぶ 四季彩	油彩雲制作	木幡公民館	月2〜3回 2,000円/月
32	宇治「と金会」	将棋の対局	ゆめりあうじ	毎月 第2, 4日曜 会費無し
33	宇治「フォト575」	川柳に写真をつけて、楽しみながら脳の活性化	ゆめりあうじ	月1回 第2木曜 会費無し
34	陶芸サークル彩炎	陶芸	木幡公民館	月3回 第1, 2, 4土曜 3,000円/月
35	宇治朝霧コーラス	合唱	中央公民館	月3回 4,000円/月
36	混声合唱団おぐらの	混声合唱	小倉公民館	月4回 木曜 2,500円/月
37	和太鼓サークル「渦」	和太鼓の練習	中央公民館	月3回 基本的に水曜 1,000円/月
38	すみれコーラス	合唱	小倉公民館	月3回 第1, 3, 4火曜 2,500円/月
39	みつば家(よさこい)	イベントや施設慰問	南宇治コミュニティセンター他	月2〜4回 1,000円/月
40	宇治文学サークル	読書会	木幡公民館	月1回 1,500円/月

2026 (令和8年) .2.1 現在

No.	市民活動団体名	活動内容	主な活動場所	活動頻度 / 会費
41	ギコギコ・トントンくらぶ	木工	生涯学習センター、 公民館	月1回 300円 / 月
42	メンズ英会話クラブ	英会話	中央公民館	月2回 第2, 4火曜 2,000円 / 月
43	宇治将棋同好会	将棋	総合福祉会館	週6日 3,000円 / 年
44	宇治古文書を読む会	古文書を読む勉強会	小倉公民館	月4回 第1, 3水曜 第2, 4土曜 500円 / 月
45	小倉囲碁クラブ	囲碁を通じた交流	小倉小学校	毎週月～金曜 300円 / 2ヵ月
46	USK囲碁同好会	囲碁	総合福祉会館	火～日曜 2,000円 / 6ヵ月
47	鱈菜クラブ 男の料理サークル	料理	広野地域福祉 センター	月1回 金曜 1,000円 / 月
48	広野水彩画サークル	持ち寄ったモチーフ等を 水彩画で描く	広野公民館	月2回 第1, 3火曜 会費なし

交

流

⑧ 宇治市老人福祉センターサークル協議会

問 宇治市社会福祉協議会 (コラボネット宇治)

☎ **22-5650** FAX **22-5654**

会場 宇治市総合福祉会館 宇治琵琶45

◎目的は？

宇治市老人福祉センターサークル協議会は、60歳以上の市民が各サークルの自主活動と緊密な連携を図り、広く社会福祉への貢献と学習活動の交流を深めることを目的としています。

◎サークル一覧

2025 (令和7年) .4.1 現在

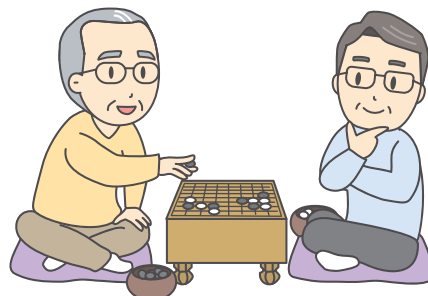
No.	サークル名	活動内容	活動日	時間帯
1	松涛会	謡曲	第1水曜, 第3木曜	13:00~17:00
2	花あそび	華道	第2, 4土曜	9:00~12:00
3	茶道サークル	茶道	第2, 4土曜	10:00~12:00
4	書道同好会	書道	第1, 3金曜	13:00~16:00
5	囲碁同好会	囲碁	ALL 開館日	9:00~17:00
6	琵琶窯陶苑	陶芸	毎週火曜, 金曜	9:00~16:00
7	宇治カラオケ会	カラオケ	第2, 3, 4水曜 第2, 4土曜	9:00~12:00
8	吟水会	詩吟	第1, 3火曜	13:00~16:00
9	太極拳教室	太極拳	第1, 2, 3, 4土曜	13:00~15:00
10	茶の花	大正琴	第1, 3木曜	10:00~12:00
11	おおとり	民謡	第2, 4金曜	13:00~16:00
12	将棋同好会	将棋	ALL 開館日	12:00~17:00
13	宇治シルバー合唱団炎	コーラス	毎週木曜	13:00~17:00
14	健康社交ダンス会	社交ダンス	毎週水曜, 日曜	(水) 13:30~15:30 (日) 10:00~15:30
15	歌謡ナツメロクラブ	ナツメロ	第2, 4金曜	13:00~16:00
16	鳳凰ハーモニカ	ハーモニカ	第2, 4木曜	10:00~12:00

⑨ 喜老会

問 宇治市連合喜老会

☎ 24-0187

楽しい仲間といっしょに
素敵な時間を過ごしませんか…



おおむね 60 歳以上の市民による老人クラブです。喜老会は、宇治市独自の名称で、昭和 38 年老人福祉法の成立に先駆けて宇治市連合喜老会が誕生しました。京都府や全国の老人クラブ連合会に参加しています。連合では全市的に健康・友愛・奉仕活動を展開し、地域では 50 に近い各単位クラブがそれぞれ特色ある活動をしています。

◎喜老会ではこのような活動をしています。

	活動内容
心と体の健康活動	誰もが楽しめるスポーツ（輪投げなど）
	楽しい研修／講習
	囲碁、俳句、演芸、日帰り・一泊旅行など
互いに支えあう友愛活動	毎月の例会・お誕生会
	日々の見守り・相談など
地域での奉仕活動	神社境内、児童公園や宇治川塔の島の清掃・草刈
	小学校登下校の見守り・あいさつ
	駅前花壇の整備など

※その他、太陽が丘や文化センターでの大会、地域でのきめ細かな活動もしています。

宇治市連合喜老会 単位クラブの主な活動場所

2025 (令和7年) .8.31 現在の情報です。

クラブ No.	所属クラブ	主な活動場所	クラブ No.	所属クラブ	主な活動場所
1-1	六地藏喜老会	六地藏公会堂、 北木幡保育園グラウンド	4-5	八番あやめクラブ	野神社 社務所 (集会所)
1-2	木幡高砂会	御蔵山集会所	4-6	城南荘喜老会	城南荘集会所、 城南荘児童公園
1-3	北木幡喜老会	木幡公民館	5-1	槇島東喜老会	槇島集会所、槇島公園、 企業のグラウンド
1-5	西木幡第一喜老会	木幡公民館	5-2	神明栗駒喜老会	神明神社 社務所
1-6	西木幡第三喜老会	木幡公民館	5-4	南陵町喜楽会	南陵町南集会所
1-7	河原ことぶき会	コミュニティワークこはた館	5-5	小倉喜老会	小倉公民館
1-8	アルスシルバー会	アルス京都六地藏 リスタシアの集会所	5-6	東半白なごみ倶楽部	東半白町内会集会所
1-9	平尾台喜老会	平尾台東集会所	5-7	蛇塚喜老会	宇治生協神明店駐車場、蛇塚公園、 南陵町第2児童公園(体操等)
2-2	東岡屋喜老会	東岡屋集会所	6-1	東広野山吹卒寿会	大開小学校グラウンド、 広野地域福祉センター
2-3	大和田もみじ会	大和田集会所	6-2	きらきらクラブ+F4:F13	北広野集会所
2-4	五ヶ庄南部喜老会	五ヶ庄南集会所	6-3	大久保喜老会	巨椋公会堂
2-5	一里塚さわらび会	福角集会所、 南部小学校グラウンド	6-4	西大久保自治喜老会	西大久保集会所、 広場
2-6	五ヶ庄東部喜老会	一番割集会所	6-5	南大久保喜老会	西大久保団地第2集会所
2-7	羽戸山元気クラブ	羽戸山集会所	6-6	緑ヶ原久楽部	緑ヶ原集会所
2-8	羽戸山西喜老会	羽戸山北集会所	6-7	名木喜老会	名木東集会所
2-10	おりさか悠々クラブ	折坂集会所	6-8	伊勢田喜老会	伊勢田 毛語集会所
3-1	菟道シニアクラブ	菟道集会所、 菟道河原児童公園	7-1	砂田喜老会	砂田集会所
3-7	ほしの会	明星集会所	7-2	南遊田第一喜老会	南遊田第一集会所
3-8	志津川喜老会	志津川集会所、因性寺	7-3	西小倉睦喜老会	西小倉集会所、 西小倉地域福祉センター
4-1	善法和広会	善法老人福祉センター	7-6	北堀池ローマンクラブ	堀池集会所
4-2	中宇治喜楽会	里尻集会所	7-7	堀池旭会	堀池町内会集会所
4-4	琵琶台さらく会	琵琶台集会所	7-9	西小倉友悠会	ゆかり北集会所、 西宇治運動公園

※1 集会所、公民館、福祉センター、社務所等ではお誕生日会、茶話会、講演会、コーラス、etc.

※2 グラウンド、公園、ではグラウンドゴルフ、ラジオ体操、etc.

※1.2は各単位クラブによってさまざまな行事をしていますので、本部までお気軽にお問合せください。

⑩ Hot! ふれあいサロン

問 宇治市社会福祉協議会 (コラボネット宇治)

宇治琵琶45 宇治市総合福祉会館内

☎ 22-5650 FAX 22-5654



(宇治市社協 HP)

身近な地域の居場所で心に栄養を!

◎ Hot! ふれあいサロンとは

地域の高齢者や障害がある方、児童、子育て中の親子などの孤立を防ぎ、身近な地域で互いに支え合い、助け合える仲間づくりを進める市民グループが、Hot! ふれあいサロンです。各サロンでは、多彩なプログラムを組んで、体操や手作り、レクリエーションをしています。※見学や参加希望・立ち上げの相談は、事前にお問い合わせください。

◎活動費の助成

Hot!ふれあいサロンへの助成は、毎年皆様からいただいております、赤い羽根共同募金(歳末たすけあい募金)を財源として実施しています。

皆様からのご支援が、地域のサロン活動の大きな推進力となりますので、皆様のご理解とご協力を引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

サロン活動に関するサポートや助成金に関するご相談は、宇治市共同募金委員会で承っております。お問い合わせは、下記までお願いいたします。

問合せ先: 宇治市共同募金委員会事務局 (宇治市社会福祉協議会)



ホットサロン月夜の活動の様子

ホットサロン月夜 木村さん

私たちのサロンは、マンションに住まわれている方を中心に、高齢者がひとりぼっちにならず、部屋から出て誰もが楽しく集える場所を目指しています。

工作やレクリエーション、介護予防などの勉強会など、毎回参加者が楽しめる、学びになる内容をおこなっており、皆さん楽しみに参加してくれています。

Hot! ふれあいサロン一覧 (1/3)

2025 (令和7年) .7.1 現在の情報です。

No.	小学校区	サロン名	会場	開催日	開催時間
1	伊勢田	うーちゃんの部屋	代表者宅	第4木曜日	14時～16時
2	宇治	サロン広芝	広芝集会所	第3火曜日	13時～15時
3	宇治	しゃべり場カフェ	東宇治地域福祉センター	第2日曜日	13時～15時
4	宇治	パタカラクラブ	東宇治コミュニティセンター	第2土曜日	10時～11時30分
5	宇治	ほっとふれあいサロン ひまわり	南木幡集会所	第4水曜日	13時00分～16時00分
6	大久保	くりくま健功会	南宇治コミュニティセンター	第1・3水曜日	9時50分～11時50分
7	大久保	茶和優快サロン	代表者宅	不定期	10時30分～15時
8	大久保	文化サロン「ゑん」	文化サロン「ゑん」	第1土曜日 [うたのつどい] 第4月曜日 [通いの場]	14時～15時
9	大久保	Hot! ふれあいサロンのんこ	代表者宅	第1・3月曜日	13時30分～16時
10	大久保	もみじ会	南広野集会所	第2月曜日	13時30分～15時30分
11	大開	城南荘木曜カフェ	城南荘集会所	第2・4木曜日	13時30分～15時
12	岡屋	一水会	大和田西集会所	第1水曜日	10時～12時
13	岡屋	金曜サロン	ユニ宇治川マンション 5号館 集会所	毎週金曜日	10時～12時
14	岡屋	ホットサロンゆうゆう	西川原集会所	第1・3水曜日	10時～11時30分
15	小倉	生き生き教室203	南陵町南集会所	第2・4金曜日	14時～15時30分
16	小倉	縁が和サロン	縁が和サロン	第1水曜日 第3木曜日	10時～12時 14時～16時
17	小倉	蔭山朝日高齢者サロン	宇治市蔭山集会所	毎週土曜日	13時～16時
18	小倉	南陵台ふれあいサロン [和み]	南陵町南集会所 等	第2・3・4 水曜日	13時30分～16時
19	小倉	南陵台友愛サロン [フレンズ]	宇治市立小倉小学校 等	第1土曜日	8時30分～11時
20	小倉	南陵町健康サロン [健やか]	南陵町南集会所 等	第1・4月曜日 他	13時30分～15時
21	小倉	HOTふれあいサロン かようかい	西小倉地域福祉 センター	毎週火曜日 (第5除く)	9時～14時
22	小倉	わかさ (健笑会)	宇治市小倉介護 サービスセンター	第2・4金曜日 [脳トレ] 毎週月・水曜日 [麻雀]	13時30分～15時30分 13時～16時

Hot! ふれあいサロン一覧 (2/3)

2025 (令和7年) .7.1 現在の情報です。

No.	小学校区	サロン名	会場	開催日	開催時間
23	御蔵山	御蔵山サロン	御蔵山集会所	第2・4水曜日	13時～15時
24	御蔵山	茶ーみんぐシニアサロン	須留集会所	第1火曜日	10時～11時30分
25	笠取第二	カフェすみやま	滝さんログハウス 等	第2土曜日・ 第3木曜日	9時～11時
26	北槇島	北槇ハーモニー	グリーントウン槇島 中央集会所	第1・3・4・5 金曜日	10時～12時
27	木幡	サロンあざみ	中木幡集会所	第4土曜日	12時～14時
28	木幡	なかよし会	木幡地域福祉センター	第2・4金曜日	10時～12時
29	木幡	楽老会	木幡地域福祉センター	第1火曜日、 第2・4木曜日	10時～12時
30	三室戸	明星ホットサロン	明星集会所	第2月曜日	10時～11時
31	神明	サロンおこしやす	開地域福祉センター	第1木曜日	13時30分～15時30分
32	菟道	サロン白川	白川集会所	第2・3木曜日	13時30分～14時30分
33	菟道	サロン妙楽	妙楽集会所	第1水曜日	13時30分～15時
34	菟道	シロツメクサ	代表者宅	第2・4月曜日	13時45分～16時30分
35	菟道	楽楽クラブ	里尻集会所	第2・4水曜日	10時～12時
36	菟道	和気あいあい	ユニエス宇治 1階集会所	毎週水曜日	13時30分～16時
37	菟道第二	びわの会	ユニライフ宇治琵琶 集会室	第3木曜日	10時～12時
38	菟道第二	Hot! ふれあいサロン権現	柳谷観音 宇治別院	第2木曜日	10時～11時30分
39	南部	一福会	福角集会所	第2・4木曜日	9時30分～12時
40	南部	サロンお茶の子会	南部福角集会所	第2土曜日	13時～15時
41	南部	サロン車田	車田集会所	第3月曜日	13時30分～15時00分
42	南部	サロン福寿草	南部福角集会所	第1・3水曜日	13時30分～15時
43	南部	フレンドサロン	菟道北集会所	第4土曜日	13時～15時
44	南部	丸山はづきの会	三室戸北集会所	第2金曜日	13時～15時
45	西大久保	Hot!ふれあいサロン田原	国際チャーロム教会	第2木曜日	14時00分～15時30分
46	西小倉	よもやま会	堀池集会所	第3水曜日	14時～16時
47	平盛	団地サロン	平盛デイホーム	第1・3木曜日	13時30分～15時30分

Hot! ふれあいサロン一覧 (3/3)

2025 (令和7年) .7.1 現在の情報です。

No.	小学校区	サロン名	会場	開催日	開催時間
48	平盛	陽だまりの会	西大久保団地集会所	第1・3月曜日	13時30分～15時30分
49	槇島	イキイキの会	槇島コミュニティセンター等	毎週火曜日	10時～12時
50	槇島	北内Hot! ふれあいサロン	槇島集会所	第3土曜日	13時～15時30分
51	槇島	喜楽会	槇島コミュニティセンター	第2水曜日	13時～15時
52	槇島	サロンいきいき	槇島集会所	毎週金曜日 (第5除く)	10時～12時
53	槇島	サロン巨椋	春日森集会所	第1・3水曜日	13時～15時
54	槇島	サロン槇の島	槇島集会所	第1土曜日	13時30分～15時
55	槇島	つるかめ	宇治おぐら住宅 集会所	第3木曜日	13時～15時00分
56	槇島	ホットサロン月夜	朝日プラザ宇治 集会所	第3水曜日	13時30分～15時30分
57	槇島	むらさき気楽会(水曜日)	紫ヶ丘集会所	毎週水曜日	10時～11時
58	槇島	むらさき気楽会(木曜日)	紫ヶ丘集会所	毎週木曜日	10時～11時30分
59	槇島	木曜麻雀部	槇島地域福祉センター	毎週木曜日	13時～16時00分
60	槇島	やすらぎ	槇島集会所	第2火曜日	13時30分～15時



⑪ SKY サークル・SKY セミナー

問 公益財団法人 京都SKYセンター

〒604-0874 京都市中京区烏丸通丸太町下る ハートピア京都2階

☎ **075-241-0226**
FAX **075-241-0204**



(京都SKYセンター HP)



すこやかパタンク



レレ・ウェリナ

◎ SKY サークルとは

文科系からスポーツ系、ボランティアまで約80サークルが活動しています。

生きがいと健康づくり、趣味・教養をSKY会員さんが自主的にサークル活動として展開され、会員さん同志のふれあいの輪が広がっています。

新しい仲間との出会い、もう一人の自分との出会いを求めてぜひあなたもサークルの仲間にご参加ください！

◎ SKY セミナーとは

生きがいづくりや生活、趣味、歴史、文化などシニアの興味深い内容の講演会や散策、トレイルなど健康づくりのセミナーを実施しています。



仏像彫刻セミナー



京都近郊のトレイル

⑫ つながりサロン

問 NPO法人 まちづくりねっと・うじ

☎ **090-7499-6261**



(まちづくりねっと・うじ HP)

人と人とのつながりを大切にしたいとの思いから、つながりサロンを開催しています。おしゃべりを楽しみたい方は、お気軽に遊びに来てください。

ボランティアさん募集中です！

- 開催日：毎週水曜日 14時から16時まで
- 開催場所：宇治市宇治妙楽 41
大阪屋マーケット内 ギフトショップあおいそら