

ふ

だんの

く

らしを

し

あわせに

# 等々力地区通信

2026年・5月号

世田谷区社会福祉協議会  
● 支えあい ● 心をつなぐ ● 合い言葉 ●



世田谷区社会福祉協議会  
キャラクター  
ココロ

地域の耳よりな情報を皆さまへお届けします♪  
裏面にサロン、子育てサロン、ミニデイの紹介もあります！ぜひご覧ください。

等々力地区のサロンのご紹介です！



## 元気UP倶楽部



Welcome  
★ New Friends ★

楽しく学んで、元気な体を目指しませんか？



元気UP倶楽部

理学療法士が教える自主体操グループが始まります。

☆地域の皆さまが気軽に体を動かし、交流できる場所として  
『元気UP倶楽部』を開催しています。

理学療法士による体操指導と参加者同士の交流を行っています！

開催日：毎月第1金曜日 ＊祝日の場合変更あり

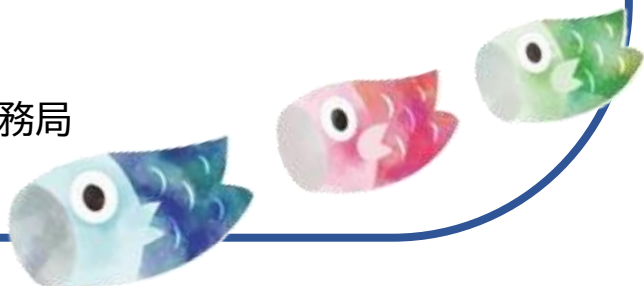
場 所：尾山台地区会館 大会議室 B1F(等々力 2-17-14)

参加費：500円

持ち物：飲み物・上履き・動きやすい服装

問い合わせ：社会福祉協議会等々力地区事務局

☎ 070-3946-9798



# 地域活動団体一覧

※種別 サ:サロン 子:子育てサロン ミ:ミニデイ 自:自主グループ  
 【問い合わせ】社会福祉協議会 等々力地区事務局 ☎070-3946-9798

会場	種別	グループ名	活動内容	活動日	時間	参加費(円)
等々力ふれあいルーム (等々力2-33-14 3階)	サ	たんぼぼの会	おしゃべり・お茶(短歌)	第2木曜	13:30~15:30	200/月
		みちの会	ウォーキング・散策 美術・映画鑑賞・麻雀	第1・3木曜	10:00~11:30	無料(外出時は 実費負担)
		●さわやか	体操・お茶・おしゃべり	毎週月曜	10:00~11:30	300/回
		一輪の会	手芸	第1~3月曜	13:30~16:00	参加費 200/回 材料費 150~回
		ひととき	脳トレ・軽い体操・おしゃべり等	第1金曜	14:00~15:30	無料
		ポールウォーク・ たまがわ	ポールウォーキング ※第2火曜の雨天時、 ふれあいルームでミーティング	第2・4火曜	10:00~12:00	100/回
		●等々力英語会	中級~上級の方向けの英会話	第3金曜	10:00~11:30	無料
		●そよ風	高齢者向けのやさしいヨガ 食育・おしゃべり	第2・4木曜	10:30~12:00	100/回
		●音読塾	音読・脳活、おしゃべり	第2金曜	10:00~11:30	200/回
	子	子育てサロンびゅあ	おしゃべり・子育て悩み相談他	第4火曜	10:00~12:00	無料
	子	どれみふぁりトミック (休止)	リトミック・読み聞かせ おしゃべりなど	不定期	9:30~11:20	500/回
	ミ	●等々力あゆみの会	昼食・体操・お茶・おしゃべり・手 芸・歌など	第1・3火曜	11:30~15:30	800/回
等々力地区会館 (等々力3-25-16)	サ	日日草体操クラブ	軽体操・談話	第2・4金曜	13:00~14:30	500/月
		青春貯筋クラブ	体操・おしゃべり	第2・4水曜	10:00~12:00	300/回
		体操クラブ オーロラ	軽体操	第1・3水曜	13:00~14:30	500/月
尾山台地区会館 (等々力2-17-14)	サ	メンスシニア・エクササイズ	軽体操	第1・3水曜	10:00~11:30	300/回
		玉川ふれんど会	お茶・おしゃべり・体操	毎週水曜	13:00~14:30	1000/月
		元気UP倶楽部	理学療法士による体操指導	第1金曜	14:00~15:30	500/回
	子	等々力子育てサロ ントット	助産師の母乳・育児相談・ 産後ヨガと親子体操など	不定期	10:00~11:30	500/回
玉堤地区会館 (玉堤1-12-18)	サ	玉堤健康倶楽部	健康体操	毎週火曜	9:30~12:00	500/回
ふくろうクリニック等々力 (等々力3-5-2 3階)	サ	くらしの情報室 “ゆう・えん・ち”	情報交換とおしゃべり等	第2・4火曜	13:30~15:30	100/回
グランジュール尾山台 (玉堤2-8-16)	サ	おひさまばる	お茶・おしゃべり・歌など	第4水曜	10:00~12:00	100/回

●:現在受け入れ  
不可の団体です。



【メルマガ】



●配信しています!  
「メルマガ」  
←左記のQRコード  
から登録できます。

【ホームページ】



●地区ホームページ  
「世田谷福祉団体  
情報サイト」

メルマガ・ホームページで  
情報発信しています♪

