

# 喜多見地区通信

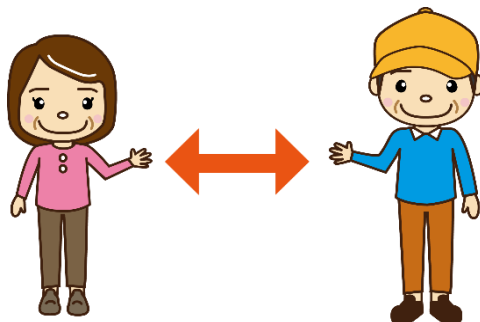
令和2年7月号 ~世田谷区社会福祉協議会~



緊急事態宣言が解除され、新しい生活様式がスタートしました。今後、日常生活の中で気を付けていただきたい実践例をご紹介します。



毎日、体温を計測し、体調を確認しましょう。



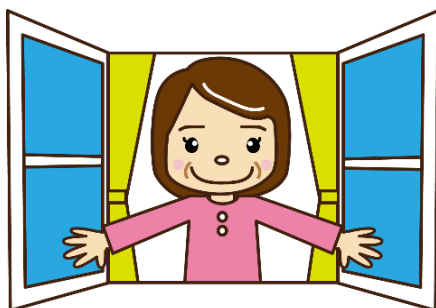
なるべく正面に立たず、お互いの距離は、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上空けましょう。



こまめに、石けんでの丁寧な手洗いとうがいを心がけましょう。



症状がなくてもマスクを着用しましょう。



1時間に2回以上の換気をしましょう。



体調の悪いときは決して無理せず休みましょう。

参考HP：厚生労働省

★社協ではお買い物ツアーや移動販売会等の住民の声を聞く協議体を開催しております★

- |                 |                              |
|-----------------|------------------------------|
| ◎お買い物ツアー        | 8 / 4 (火) 10時~12時            |
| ◎だんちの輪 移動販売会    | 8 / 8 (土)・22日 (土) 11時~11時45分 |
| ◎健康体操講座&マッサージ体験 | 8 / 20 (木) 13時~15時           |
| ◎(宇奈根)魚屋の移動販売会  | 8 / 27 (木) 13時30分~14時30分     |

# サロン・ミニデイ・高齢者クラブグループ一覧

## 《ふれあいいいきサロン・支えあいミニデイ》

	拠点	活動場所住所		グループ名	活動内容	活動日	時間	参加費
1	宇奈根 ふれあいの家	宇奈根1-38-2	サロン	サロン・じゃん	健康麻雀	第1・3土	13:00~15:00	200円
				たまがわ歌声サロン	童謡、ナツメロ等を皆で歌う アコーディオンで伴奏	第1水	10:00~11:30	無料
				サロンふれあい	手芸、おしゃべり	第4土	13:30~16:30	月 300円
				宇奈根ひなの会	手芸(つるし雛作り) おしゃべり、お茶	第1木、第3金	13:30~16:00	実費
				昭和笑輪会 (しょうわしょうわ)	カラオケ(新曲レッスンあり) お茶と菓子	第1・2・4火	13:00~16:30	1回 200円
				グループ粋彩 (すいさい)	水彩画、習字	第1・3金	9:30~13:00	無料
				えんがわ	お茶と楽しいお話し会	第2木	13:30~16:00	無料
				いきいき貯筋クラブ 宇奈根	健康体操と茶話会	第1・3・5水 (第5は茶話会)	13:30~16:00	月 600円
				サロンうなね音の館	歌、楽器演奏、お菓子お茶 の時間でおしゃべり!	第1・2月、第4日 (第1・2月曜は 別会場)	第1・2月 13:30~16:45 第4日 10:00~16:45	1回 200円
				たのしい絵手紙	絵手紙作成を介した懇親	第3水	10:00~12:00	1回 500円
			琴の調べ	お琴、歌、お茶、おしゃべり	第2金 第4木	15:00~17:00	無料	
			ミニデイ	ミニデイわくわく	体操・歌・手作り昼食・ゲー ム・特技ボランティアの催物	第2金 第4木	11:00~14:00	1回 500円
			子育て サロン	ソレイユ・ウナネーゼ	手遊び、昼食、絵本読み、 親子体操、teatime&トーク、 工作など	毎週月 (5週目もあり 祝日は休み)	10:30~14:00	1回 100円
	あそぼ・あそぼ 工作の会	工作、あそび、散歩、昼食	第2水	10:30~17:00	1回500円 (内容により 変動)			
	ぶばし(PUBASHI)	工作、季節のイベント、 フリーマーケット、プール	第3木 第4水・金	10:00~17:00	1回 200円			
	観光地(深大寺、 等々力溪谷、柴又等)		サロン	宇奈根歩こう会	歩行会	第4火	9:30~16:00	無料
2	鎌田南睦会館	鎌田2-11-7	ミニデイ	ミニデيناカよしの会	会食・なつかしい唱歌・童 謡・指体操、ゲーム	第1・3金	11:00~15:00	1回 200円
3	鎌田食事サービスサ ポートセンター "だんらん"	鎌田3-13-1	サロン	さぎ草の会	料理研究	毎週水 (5週目は休み)	10:00~15:30	無料
				華やぐクラブ	着物のリメイク	第3金	10:00~15:30	無料
			ミニデイ	たぬき座	懇談、会食、手作り(手芸 等)、パソコンの習得	毎週土	9:30~13:30	1回 100円
				鎌土料理グループ	話し合い・料理・体操	毎週土	10:00~15:00	月 500円
	わくわく太陽	美味しい食事と貯筋体操	第2・4金	11:00~15:30	月 500円			

4	鎌田区民センター 第2・3会議室	鎌田3-35-1	サロン	明日香クラブ	健康体操、筋トレ、リズムダンス、卓球	毎週金	13:00~17:00 (卓球をやらない日は 14:30まで)	月 1000円
				六月会	卓球、茶話会	毎週土 他(第2・4月)	12:30~17:00	1回 100円
5	喜多見2丁目団地 集会所	喜多見2-10	サロン	つくしんぼの会	筋力体操、手話ダンス、歌、おしゃべり	第2・4火	13:30~15:00	月200円
				いこいのひろば	運動(ヨガ、ダンベル、筋トレ等)、お茶とおしゃべり	第3火	13:30~15:00	無料
				遊輪の会	カラオケ、お茶、おしゃべり	第2・4土	13:00~16:30	1回 200円
				ダンベルクラブ	ダンベル体操、お茶会	毎週金 (5週目は休み)	14:00~16:00	3ヶ月 1000円
6	喜多見中部町会集会所	喜多見4-13-9	サロン	いきいきサロン中部	お茶、おしゃべり、歌唱、体操、お手玉、手話	第1又は 第2木	10:00~12:00	1回100円
7	喜多見東地区会館 第3会議室	喜多見 5-11-10	サロン	次大夫堀囲碁クラブ	お茶・雑談及び囲碁	毎週月 (5週目もあり)	13:00~17:00	月 200円
	喜多見東地区会館 第1・2会議室			なごやか体操すずの会	体操、おしゃべり	第1・3月	12:30~14:30	1回 100円
8	喜多見地区会館	喜多見 8-23-23	サロン	サロン喜多見	お茶とおしゃべり、歌、ミニ体操、輪なげ、しりとり	第3水	13:30~15:30	無料
				喜多見囲碁の会	囲碁、お茶と菓子	第1・3・4火 第2金	12:30~17:00	月 500円
				いきいきダンベル体操	ダンベル体操	第1・2・4水 (祝日は休み)	13:00~14:30	1回 50円
9	個人宅		サロン	山茶黄金 (さんしゆゆ)	茶道とおしゃべり	第4水	13:00~16:30	実費

## 《高齢者クラブ》

	拠点	活動場所住所	グループ名	活動内容
7 10	喜多見東地区会館 宇奈根地区会館	喜多見5-11-10 宇奈根2-23-20	鶴寿会	・輪投げ・グランドゴルフ・カラオケ・舞踊・手芸(茶道・ダンス)
9	喜多見地区会館	喜多見8-23-23	喜楽会	・輪投げ・グランドゴルフ・歩行会・カラオケ・健康麻雀・舞踊(一泊旅行・誕生会)
10	宇奈根地区会館	宇奈根2-23-20	宇奈根和楽会	・グランドゴルフ・民謡・舞踊・俳句(定例会・誕生会)
11	鎌田区民集会所	鎌田2-1-24	鎌田年輪の会	・輪投げ・グランドゴルフ・健康体操・歩行会・カラオケ・健康麻雀・舞踊 書道・手芸(ペタンク)

ご興味のある方は下記へお問い合わせ下さい♪

【お問い合わせ先】

★喜多見地区事務局★

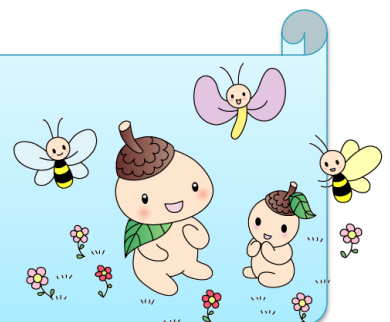
電話：070-3946-9804

FAX：03-6733-7943

★砧地域社会福祉協議会事務所★

電話：03-5727-6101

FAX：03-5727-6103



※新型コロナウイルス感染拡大に伴い、現在も複数のサロン・ミニデイが活動自粛をしています。  
ご不明な点等ございましたら事務局へお問い合わせ下さい。

# 喜多見地区 ☆活動場所マップ☆

⑨ 個人宅  
サロン：1団体

⑧ 喜多見地区会館  
サロン：3団体  
高齢者クラブ：1団体

⑥ 喜多見中部町会集会所  
サロン：1団体

⑦ 喜多見東地区会館  
サロン：2団体  
高齢者クラブ：1団体

① 宇奈根ふれあいの家  
サロン：11団体  
ミニデイ：1団体  
子育てサロン：3団体

⑩ 宇奈根地区会館  
高齢者クラブ：2団体

③ 鎌田食事サービス  
サポートセンター“だんらん”  
サロン：2団体  
ミニデイ：3団体

④ 鎌田区民センター  
サロン：2団体

⑤ 喜多見2丁目団地集会所  
サロン：4団体

② 鎌田南睦会館  
ミニデイ：1団体

⑪ 鎌田区民集会所  
高齢者クラブ：1団体