

ふ だんの く らしを し あわせに

等々力地区通信

2025年・12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●

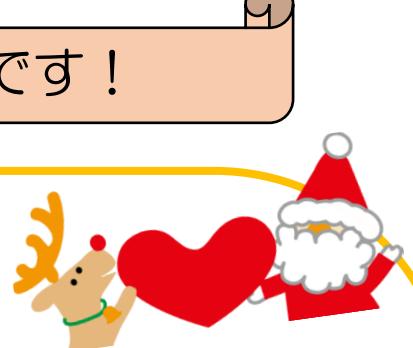


地域の耳よりな情報を皆さまへお届けします♪
裏面にサロン、子育てサロン、ミニディの紹介もあります！ぜひご覧ください。

等々力地区のサロンのご紹介です！



玉川ふれんど会



☆筋力アップ運動、ストレッチ、リズム体操、簡単なエアロビ等

中高年の体操グループで毎週転倒予防、寝たきり予防、認知症予防の為、無理なく
続けられるような健康体操を行っております。

開催日:毎週水曜日 13時00分~14時30分

場 所:尾山台地区会館大会議室 (等々力2-17-14)

参加費:1000円/月

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：ミニディ 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	たんぽぽの会	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 ほか	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	
		ハッピー英会話	初級～中級英語でおしゃべり	第2水曜日	10:30~12:00	無料	
■等々力地区会館 (等々力3-25-16)	サ	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	どれみふあリトミック (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・ 手工芸・歌など	第1・3火曜	11:30~15:30	800/回
◇尾山台地区会館 (等々力2-17-14)	サ	日々草体操クラブ	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	
	子	体操クラブ オーロラ	軽体操	第1・3水曜	13:00~14:30	500/月	
玉堤地区会館 (玉堤1-12-18)	サ	メンズシニア・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	
	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	
ふくろうクリニック等々力 (等々力3-5-2 3階)	サ	玉堤健康倶楽部	健康体操	毎週火曜	9:30~12:00	500/回	
グランジュール尾山台 (玉堤2-8-16)	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	
おひさまぱる	サ	おひさまぱる	お茶・おしゃべり・歌など	第4水曜	10:00~12:00	100/回	

メルマガ・ホームページで
情報発信しています♪



【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」