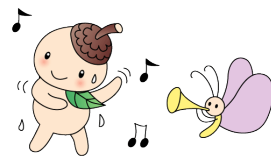




成城地区通信



成城地区で活動しているサロンやイベント、
耳寄りな情報など毎月紹介しています！

社協成城地区事務局
12月号

新型コロナ感染拡大防止のためお休みしていたサロンが再開し始めました!!



地域支えあい活動 ふれあい・いきいきサロン
男性シルバー区民のための健康体操クラブ

『成城いきいき』



「年齢がかさんでも、健康体操に努めれば、筋肉は発達します」という言葉に励まされて毎週1回の活動を続けています。健康体操は、短時間でも毎日続けるのがいいのですが、自宅で一人だけではついサボり勝ち。それでも週1回集まって運動すると生活にリズムができ、足腰の老化防止、転倒防止などに役立っています。活動の中身は、操体体操、ラジオ体操、氣功、太極拳。会員の希望で決めます。

- ◆ 日 時：毎週水曜日午後2時～4時
- ◆ 会 場：祖師谷支えあいルーム（祖師谷3-21-1）
- ◆ 服 装：動きやすいもの・室内履き
- ◆ 会 費：無料
- ◆ 会員資格：概ね65歳以上の男性区民
（ご希望・ご事情をお伺いして対応しています。ご相談ください）



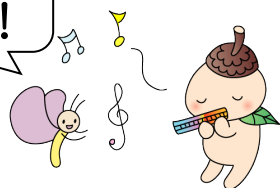
★サロンは社会福祉協議会の地域支えあい活動に登録し、支援を受けています。



成城スポット

よりそい

予約は
不要です！

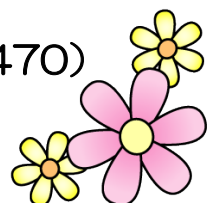


今回はクリスマスソングと懐かしい童謡をプロのバイオリニストのやさしい音でお贈りします。ちょっとお出かけしてみませんか。

日 時：令和2年12月8日（火）10時～12時
会 場：砧総合支所4階区民集会所第2・第3会議室
参加費：無料
問い合わせ：世田谷区社会福祉協議会

成城地区事務局（TEL 070-3946-9802）（fax 03-6733-8470）
成城あんしんすこやかセンター（TEL 03-3483-8600）

詳細は地区ホームページ <http://chiku.setagayashakyo.or.jp/seijo/> をご覧下さい



新型コロナウイルス感染拡大防止のため休止する場合があります。お問合せ下さい。

サロン・グループ紹介					
	グループ名	活動内容	活動場所	参加費	
月曜日	A M	成城リズム	健康体操	成城ふれあいの家（第1・2） 砧総合支所 4階	月会費 500円 入会金 500円
		成城青葉会	健康体操・歌・ おしゃべり	都営成城アパート 第一集会所（第2・4）	1回 300円
		囲碁（成城若葉会）	囲碁	成城ふれあいの家（第3・4）	
	P M	グループなごみ	茶話会	成城ふれあいの家（第1・2）	実費
		月曜麻雀（成城若葉会）	麻雀	成城ふれあいの家（第1）	
		詩吟（成城若葉会）	詩吟	成城ふれあいの家（第2・4）	
		日舞（成城若葉会）	日本舞踊	成城ふれあいの家（第3）	
	終日	成城囲碁将棋愛好会	囲碁・将棋 ほか	都営成城アパート 第一集会所（第1）	1回 100円
		成城花水木	コントラクトブリッジ 茶話会	祖師谷支えあいルーム （第2・4・5）	無料
月曜麻雀（成城若葉会）		麻雀	成城ふれあいの家（第3・4・5）		
火曜日	A M	梢の会	健康体操・ヨガ・ゆるやか 健康体操・太極拳	パークシティ成城 キッズルーム（毎週）	6ヶ月 4000円
		体操（成城若葉会）	体操	成城ふれあいの家（第4）	
		カラダコア	呼吸で行う健康体操	成城ふれあいの家（第3）	1回 100円
		英文学を読む会（高齢者団体）	英文学を読む	成城ふれあいの家（第2）	
	P M	魔法の手の手作り教室	手芸	成城ふれあいの家（第1）	1回 500円
		成城スクエアダンスクラブ	スクエアダンス スナックタイム	祖師谷支えあいルーム（第2・4） 砧総合支所 4階（第1・3）	1回 500円
		サロン 成城の杜 （サローネ・ディ・ボスコ成城）	① イタリア語とおしゃべり ② 万葉集（原書）を読んで・ おしゃべり	祖師谷支えあいルーム（第1・3）	無料
		ソーシャルダンス（成城若葉会）	ソーシャルダンス	成城ふれあいの家（第2・4）	
		成城地唄舞の会	地唄舞（日本舞踊）	成城ふれあいの家（第1・3）	1回 200円
	終日	成城花水木	コントラクトブリッジ・茶話会	成城ふれあいの家（第1・3）	無料
水曜日	A M	もみじ会	健康体操・懇親会 ・お散歩	祖師谷支えあいルーム（第2・4） 砧総合支所 4階（第1・3・5）	月 800円
		梢の会	（朗読会）	（パークシティ成城 キッズルーム（第1））	6ヶ月 1000円
		八九会	重り体操、軽体操	上祖師谷地区会館 毎週	月 500円
	P M	囲碁（成城若葉会）	囲碁	成城ふれあいの家（第2・4）	
		書道（成城若葉会）	書道	成城ふれあいの家（第2・4）	
		囲碁（成城若葉会）	囲碁	成城ふれあいの家（第1・3・5）	
	終日	水曜麻雀（成城若葉会）	麻雀	成城ふれあいの家（毎週）	
		まめの木（ミニデイ） 12月はお休み	ミニデイ	砧総合支所 4階・佐久間本店（第2）	無料

		グループ名	活動内容	活動場所	参加費	
木曜日	A	梢の会	リトミック	パークシティ成城（第4）	6ヶ月 1000円	
		成城リズム	健康体操	成城ふれあいの家（第1・2）	月会費 500円 入会金 500円	
		体操（成城若葉会）	健康体操	成城ふれあいの家（第3）		
	M	華道（成城若葉会）	生け花	成城ふれあいの家（第4）		
		P	さえずりサロン 12月休み	歌・おしゃべり	歐林邸（第1木）	200円
			M	麻雀（高齢者団体）	麻雀	成城ふれあいの家（毎週）
	手芸（高齢者団体）	手芸		成城ふれあいの家（第2・4）		
終日	ミニデイ「まめの木」 12月休み	ミニデイ	成城ホール・佐久間本店（第3）	無料		
金曜日	A	成城バセリ	健康体操 ウォーキング（第4）	砧総合支所 4階（第3） 祖師谷支えあいルーム（1・2・5）	6ヶ月 3500円	
		M	あじさい会	ストレッチダンス	砧総合支所 4階集会所	月 800円 （3ヶ月分一括）
			フラダンス（成城若葉会）	フラダンス	成城ふれあいの家（第2・4）	
	P	俳句（成城若葉会）	俳句	成城ふれあいの家（第1）		
		M	日舞（成城若葉会）	日本舞踊	成城ふれあいの家（第2・4）	
			成城いきいき	健康体操・太極拳	祖師谷支えあいルーム	無料
	終日	ミニデイ「まめの木」 12月休み	ミニデイ	佐久間本店（第4）	無料	
金曜麻雀（成城若葉会）	麻雀	成城ふれあいの家（毎週）				
土曜日	A	子育てサロン Pure Angel 12月休み	お母さんたちの交流会	個人宅（成城4丁目）第2土	1回 300円	
		パソコンふじみの会（高齢者団体）	パソコン	成城ふれあいの家（第1・2・4）		
	P	サロン アミーゴ!!	軽いストレッチ、手芸	船橋1（代表宅）（第1・3）	300円	
		カラオケ（成城若葉会）	カラオケ	成城ふれあいの家（第2・4）		
		友愛活動（成城若葉会）	友愛活動	成城ふれあいの家（第3）		
		成城囲碁将棋愛好会	囲碁・将棋 他	都営成城アパート 第一集会所（第3）	1回 100円	
	終日	成城ブリッジ会（高齢者団体）	カードゲーム	成城ふれあいの家（第1・2・3・4）		
日曜日	A	輪投げ（成城若葉会）	輪投げ	成城ふれあいの家（第1・3）		
		P	ふれあいサークル「カラオケ」（高齢者団体）	カラオケ	成城ふれあいの家 （第1・3・5）	
	親子の音楽サロン（自主グループ）		音楽（歌）・情報交換	APO 幼児教室（第4）	500円 （お菓子代）	
	終日	日曜麻雀（成城若葉会）	麻雀	成城ふれあいの家（第2・4）		

ご興味のある方は下記へお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

世田谷区社協キャラクター
ココロ

世田谷区社協成城地区事務局 070-3946-9802

※成城若葉会への問い合わせは 090-4172-6677 小林会長までお願いします。

※会場・日程・内容等については、変更になる場合がございます。





※主な会場

★砧総合支所（成城 6-2-1）

★成城ふれあいの家
（成城 3-13-25）

★祖師谷ささえあいルーム
（祖師谷 3-21-1）

★成城アルテンハイム
（成城 6-13-17）

★都営成城アパート
8丁目集会所
（成城 8-25-1）

★成城歐林邸
（成城 3-11-28）

★パークシティ成城
（成城 4）

★エリザベート成城
（成城 8-27-24）

★グランダ成城の杜
（成城 9-1-10）

★APO 幼児教室
（成城 1-2-7）

★佐久間本店
（世田谷区成城 6-6-3）

★上祖師谷地区会館
（上祖師谷 4丁目 5-6）