



# 九品仏地区おたのしみカレンダー 2024年10月号

下記サロンは引き続き感染症対策により人数の把握、マスク着用をお願いをしています。  
ご自身の体調を考慮の上、ご参加ください。  
参加希望やお問い合わせは、社協 九品仏地区事務局（電話070-3946-9797）まで



活動日	時間	名称・問い合わせ	場所・参加費	内容〈対象〉
1(火)	10:30～ 11:30	<b>奥沢子育て児童ひろば</b> 03-3720-6331	九品仏地区会館2階 無料	畳のお部屋で デリバリーひろば@九品仏 九品仏ひろば
9(水)	10:30～ 11:30	<b>子育てサロン つぼみ</b> 要申込 070-3946-9797	九品仏地区会館2階 無料	広い和室でのびのびと 3歳位までのお子さんと保護者
15(火)	10:00～ 12:00	<b>プレーリヤカーで遊ぼう</b> 3721-8699 玉川まちづくりハウス	ねこじゃらし公園 無料（雨天の場合は翌週）	遊具を積んだりヤカーと公園にいます 九品仏生活実習生所と協力（未就園児と保護者）
月～木・土	10:00～ 15:00	<b>おでかけひろば おりーぶ</b> 6421-4085 せたがや子育てネット	奥沢2-30-19 無料	10:00～15:00の間 〈プレママ&プレパパと未就園児と保護者〉
火～金	10:30～ 12:30	<b>まめっこ庵</b> 要申込 090-7717-4152 神谷	奥沢8-16-6 1,500円	わらべうたで子育て（午後もあり） 〈0歳からのお子さんと家族〉
1.8.14.15.20 22.26.29	9:30～ 12:00	<b>ジュネス</b> 要申込 担当：小林	九品仏複合施設3階 100円程度	手話・簡単なダンス・ヨガ 〈どなたでも〉
1.8.15.22.29 (火)	10:30～ 12:00	<b>たまでんウェイト</b> 要申込 担当：大藪	デイホーム玉川田園調布 無料	椅子に座り、おもりを使った体操です。 参加者募集中！毎週（火）
3(木) 31(木)	14:00～ 16:00	<b>はつらつ介護予防講座</b> 要申込 あんしんすこやかセンター	九品仏複合施設2階 無料	介護予防体操〈九品仏地区の方〉 【電話予約】 6411-6047 20名
4(金) 18(金)	10:30～ 12:00	<b>ダンディクラブ九品仏</b> 要申込 担当：平柳	デイホーム玉川田園調布 300円	男性限定の健康体操クラブです！ 〈どなたでも〉
4(金)	13:30～ 15:30	<b>らくだサロン九品仏</b> 要申込 090-1059-5247 白勢	九品仏複合施設3階 300円	お喋り今・昔、時々何かやってみよう 〈どなたでも〉
7(月) 21(月)	13:00～ 14:30	<b>たまでんヤジロバー</b> 要申込 担当：堤 3721-0767	デイホーム玉川田園調布 無料	呼吸法を取り入れた健康体操です。 第1・3（月）
9(水) 23(水)	10:30～ 11:30	<b>らくだサロン</b> 要申込 担当：白勢・小西	9日九品仏複合施設3階 23日デイホーム玉川田園調布	健康体操（タオルと飲み物持参） 500円〈65歳以上の方〉
10(木) 24(木)	15:00～ 16:00	<b>九品仏健康体操の会</b> 要申込 担当：森	九品仏複合施設3階 100円	ストレッチ・健康体操 〈どなたでも〉
11(金) 25(金)	10:30～ 12:00	<b>橋の会</b> 要申込 担当：辻	デイホーム玉川田園調布 100円	コントラクトブリッジの会初めての方とでも仲良くなるカードゲーム 〈どなたでも〉
11(金) 25(金)	12:00～ 15:00	<b>奥沢すずめの会</b> 要申込 03-3720-4300 鶴原	奥沢中和会館 200円	健康麻雀 第2・4（金） 〈奥沢4、5丁目の方優先〉
14(月) 28(月)	10:30～ 13:00～	<b>奥沢すずめの会</b> 要申込 03-3720-4300 鶴原	デイホーム玉川田園調布 200円	健康麻雀 第2・4（月） 2部制〈10:30～/13:00～どなたでも〉
18(金)	9:30～ 11:00	<b>男たちの体操</b> 要申込 6411-6047 あんしんすこやかセンター	九品仏複合施設2階 無料	少人数の男性だけで練功十八法、 ヨガを取り入れた体操 〈10名まで〉
18(金)	14:00～ 16:00	<b>つどいば・ぶら〜り</b> 要申込 あんしんすこやかセンター	九品仏複合施設2階 無料	認知症カフェどなたでも気軽に参加してください 【問い合わせ】 6411-6047 10名 飲み物持参
21(月)	13:30～ 15:30	<b>お隣さまお茶会</b> 要申込 3721-8699 玉川まちづくりハウス	スペースえんがわinn 玉川田園調布2丁目 500円	木と友達になろう 〈どなたでも〉
24(木)	10:30～ 12:00	<b>男たちの茶話会</b> 要申込 担当：青木	九品仏複合施設3階 無料	男性だけの茶話会（飲み物持参） ちまたの話題について語りましょう 〈10名まで〉
26(土)	13:30～ 15:30	<b>ここからカフェ九品仏</b> 要申込 090-3961-8514 湯澤	九品仏複合施設2階 300円	災害情報をせたがや災害ボランティアセンター 講師から聞く会（どなたでも）
28(月)	13:30～ 15:30	<b>認知症介護者のおしゃべり会</b> 要申込 担当：西澤	九品仏複合施設2階 無料	認知症介護者の息抜きの場です 〈認知症介護者〉