

祖師谷地区通信

令和2年8月号

砧地域社協事務所 祖師谷地区事務局 発行

祖師谷地区内の活動団体の情報です。
ご活用ください！！



協議体(公社けやきの会)ニュース

「祖師谷地区高齢者買い物支援マップ」を発行しました！！
～祖師谷まちづくりセンターに置いてあります。ご活用ください。～

祖師谷地区高齢者買物支援マップ
～祖師谷商店街振興組合編～

高齢者の皆様にとって、ご自宅から徒歩で行きやすい場所に、高齢者向け
のサービスを提供している店舗に、ご来店いただくことで、ご自身の生活の
利便性を高めることができます。また、ご自身の生活の利便性を高めることで、
ご自身の生活の質を向上させることができます。

発行：2020年8月1日発行
編集：祖師谷商店街振興組合
発行所：祖師谷まちづくりセンター
〒158-8501 東京都目黒区祖師谷1-1-1
TEL: 03-3946-9801 FAX: 03-6733-8434

祖師谷地区高齢者買物支援マップ
～祖師谷昇進会商店街振興組合編～

高齢者の皆様にとって、ご自宅から徒歩で行きやすい場所に、高齢者向け
のサービスを提供している店舗に、ご来店いただくことで、ご自身の生活の
利便性を高めることができます。また、ご自身の生活の利便性を高めることで、
ご自身の生活の質を向上させることができます。

発行：2020年8月1日発行
編集：祖師谷昇進会商店街振興組合
発行所：祖師谷まちづくりセンター
〒158-8501 東京都目黒区祖師谷1-1-1
TEL: 03-3946-9801 FAX: 03-6733-8434

祖師谷商店街で
宅配や出張などを
行っている店舗を
業態ごとに掲載
しています。
ご高齢者の皆さま
子育て中のご家庭
障がい者の皆さま
どなたでも
ご活用ください！

〈製作〉
公社けやきの会、
祖師谷地区3者連連携会議
在宅総合ケアセンター成城
〈協力〉
祖師谷商店街振興組合
祖師谷昇進会商店街振興組合



公社けやきの会のメンバーで
作成作業をしました。
一緒に活動して下さる方
募集中です！！

健康維持やお仲間作りの為、地区の活動団体にご参加なさいませんか？
活動団体は次のページに紹介しています。問い合わせは下記社協まで。



問い合わせ: 砧地域社協事務所 祖師谷地区事務局
TEL/070-3946-9801 FAX/03-6733-8434

活動場所別 団体一欄

※場所は裏面のMAPをご参照ください。

| | 拠点 | 活動場所住所 | グループ名 | 活動内容 | 活動日 | 時間 |
|---------------|---|---|----------------|--|------------------|-------------|
| サロン 自主グループ | ①祖師谷区民集会所MAP ②公社祖師谷住宅 ①・⑤ 公社祖師谷住宅 MAP① | ①祖師谷4-1-23 ②祖師谷2-5-19 祖師谷 2-5-19 | ほうの会 | 軽体操 | 第1~4月 | 13:30~15:00 |
| | | | ことば会 | 言葉の発声練習、お話し、歌ほか | 第1・4日 | 13:00~15:00 |
| | | | 七夕会 | 健康体操・リズムダンス・会食 | 毎週火 | 14:00~15:30 |
| | | | 公社けやき運動サロン | 健康体操・茶話会 | 第2・4水 | 10:00~11:30 |
| | | | 学び舎 折り紙の会 | 折り紙・おしゃべり | 第1土 | 13:30~15:30 |
| サロン | 祖師谷 支えあい ルーム MAP② | 祖師谷 3-21-1 | スターダスト | お茶とおしゃべりとパソコン | 第1・3・5月 | 13:00~15:00 |
| | | | 桔梗会 | 講話会、食事会、見学会等々 | 第3火 | 10:00~12:00 |
| | | | 成城トリム | 体操、フォークダンス、おしゃべり | 毎週土 | 09:30~12:00 |
| | | | マイプラン成城 | 筋力づくり、転倒予防、仲間づくり、体操教室 | 第2・4火 | 10:00~11:30 |
| | | | Fresh成城Seven | パソコンを通じて、高齢者の親睦・時には散策 | 第1・3月 | 13:30~15:30 |
| | | | ニットサロン あむあむ | 魔法の一本針・指編み・手編み | 毎週月 | 13:00~16:00 |
| | | | たつみいろりの会 | 認知症予防活動(旅行・パソコン) | 毎週火 | 10:00~12:00 |
| | | | 砧貯筋友の会 | 軽い体操とコミュニケーション | 第1・3水 | 10:00~12:00 |
| | | | アップル | 健康体操 | 毎週金 | 14:00~16:00 |
| | | | サロン バンド・バンド | 歌、楽器演奏、おしゃべり、お茶 | 第1・2・4木 | 13:00~16:00 |
| | | | 祖師谷童謡の会 | 童謡、唱歌を歌う・体操 (入会費500円) | 第1水 | 13:00~15:30 |
| | | | 砧一本針の会 | 編み物・お茶他 | 毎週金 | 13:30~16:00 |
| | | | 成城元気会 | 健康体操、お茶とコミュニケーション | 第2・4木 | 14:00~16:00 |
| | | | ペンギンの会 | 失語症の方とご家族のお茶とおしゃべりを通じたコミュニケーション活動と情報交換 | 第3日 | 13:30~16:00 |
| | | | けやき23(ふみ)の会 | 健康体操、茶話会 | 第2・4水 | 10:00~12:00 |
| | | | 成城ふく吹く会 | 吹矢を通してのふれあい仲間づくり | 第2・4日 第2・4・5月 | 9:00~12:00 |
| | | | 祖師谷 コスモス | 第1~3土:茶話会 第4土:仙川流域、近所の公園などを歩く | 第1~3土 | 13:00~16:00 |
| | | | もみじ会 | 健康体操、懇親会、ウォーキング | 第2・4水 | 9:00~12:00 |
| | | | 成城バセリ | 健康体操、茶話会、ウォーキング | 第1・2・5 金 | 9:30~12:00 |

| | | | | | | |
|----------------|-----------------------------|----------------|------------------|---------------------------------|------------------|------------------------------|
| | 祖師谷 支えあい ルーム MAP② | 祖師谷 3-21-1 | 成城カトレア | 健康体操、茶話会、ウォーキングストレッチ | 毎週木 | 10:00~11:30 |
| | | | 成城スクエアダンスクラブ | スクエアダンス、茶話会 | 第2・4火 | 13:00~16:30 |
| | | | 四季倶楽部 | 旅についての話し合い | 第3水 | 10:00~12:00 |
| | | | 祖師谷いきいき 貯筋クラブ | 体操、レクリエーション | 第2・4金 | 10:00~12:00 |
| | | | 成城花水木 | コントラクトブリッジ、茶話会 | 第2・4・5月 | 10:30~16:30 |
| 子育て サロン | | | はぐ・はぐ | 助産師による育児相談・赤ちゃんとの手遊び ママの交流など | 第1月 | 10:00~11:30 |
| サロン | 祖師谷 地区会館 MAP③ | 祖師谷 3-30-30 | あかね短歌会 | 短歌とおしゃべり | 第1・4金 | 13:00~16:00 |
| | | | ジョイフル | 健康体操 | 第1・3金 | 12:30~14:30 |
| | | | 遊楽の会 | カラオケ、食事会、トーク会 | 毎週木 | 13:00~15:30 |
| サロン | 個人宅 MAP④ | 祖師谷4 | 月よう会 | 雑談、朗読、ビデオ、歌など | 毎週月 | 14:00~16:30 |
| サロン | 祖師谷 区民集会所 MAP⑤ | 祖師谷 4-1-23 | 木綿の会 | 朗読と親睦 | 第2・4水 | 10:00~12:00 |
| | | | さわやか会 | 卓球・おしゃべり | 毎週水 | 13:00~17:00 |
| ミニデイ | | | あしたばの会 | リハビリ体操・音楽・版画・料理・旅行・作品製作他 | 第2・3木 | 13:30~16:00 |
| | | | なかよし会 | 健康体操、手仕事、歌 | 第2・4水 | 13:00~17:00 |
| 子育て サロン | | | にこにこクラブ | 0~3歳児くらいまでの親子の茶話会 | 第4木 | 10:00~12:00 |
| 自主 グルー プ | | | 元気の会 | 健康体操 | ①第1・3月 ②第2・4月 | ①10:00~11:30 ②13:15~14:45 |
| | | | 高齢者福祉会 | 朗読会・映画会 | 月1回 | 11:00~16:00 |
| サロン | 都営千歳台1丁目 アパート集会所 MAP⑦ | 千歳台 1-10 | 千歳千草会 | ストレッチ運動、リズム体操、会話等 | 毎週月 | 9:45~11:45 |
| 子育て サロン | | | おおきなあれ | 室内遊び・外遊び・おしゃべり・絵本の読み聞かせ | 第2・4金 | 10:00~13:00 |
| サロン | 千歳ゴルフセンター MAP⑥ | 千歳台 2-1-1 | 桐の会 | 健康体操 | 毎週火 | 9:30~10:30 |
| 自主 グルー プ | 祖師谷住宅集会所 MAP⑧ | 祖師谷 4-28 | つばさの会 | 健康体操 | 第1・3水 | 13:30~15:00 |
| 高齢者 クラブ | ソナーレ祖師ヶ谷大蔵 (主会場)MAP⑨ | 祖師谷 3-26-3 | ともにあゆむ会 | 演奏会・落語会・講演会・食事会など | 月1回 | 月により 異なります |

8月の予定

高齢者福祉会

12月まで活動はお休みです。

★新型コロナウイルス感染者増加のため、活動を自粛しているサロン・ミニデイがあります。見学希望などは、あらかじめお問い合わせはください。★

祖師谷地区 活動場所MAP



⑤祖師谷区民集会所

木綿の会、さわやか会、
祖師谷いきいき貯筋クラブ、
あしたばの会、なかよし会、
ほうの会、にこにこクラブ、
元気の会、高齢者福祉会

① 公社祖師谷住宅 集会室・和室

ほうの会、ことば会、
公社けやき運動サロン
七夕会、学び舎折り紙の会

⑥千歳ゴルフセンター

桐の会

⑧祖師谷住宅集会室

つばさの会

④個人宅

月よう会

⑨ソナーレ祖師ヶ谷大蔵 ともに歩む会

⑦都営千歳台1丁目 アパート集会所

千歳千草会、おおきくなあれ

②祖師谷支えあいルーム

スターダスト、桔梗会、成城トリム、マイプラン成城
Fresh 成城 Seven、成城虹の会、成城カトレア
ニットサロンあむあむ、砧貯筋友の会、成城パセリ
たつみいろりの会、アップル、サロンバンド・バンド
祖師谷童謡の会、砧一本針の会、成城元気会
もみじ会、ペンギンの会、祖師谷コスモス
けやき 23の会、成城ふく吹く会、四季倶楽部
はぐ・はぐ、成城スクエアダンスクラブ、成城花木

③祖師谷地区会館

あかね短歌会、ジョイフル、遊楽の会

