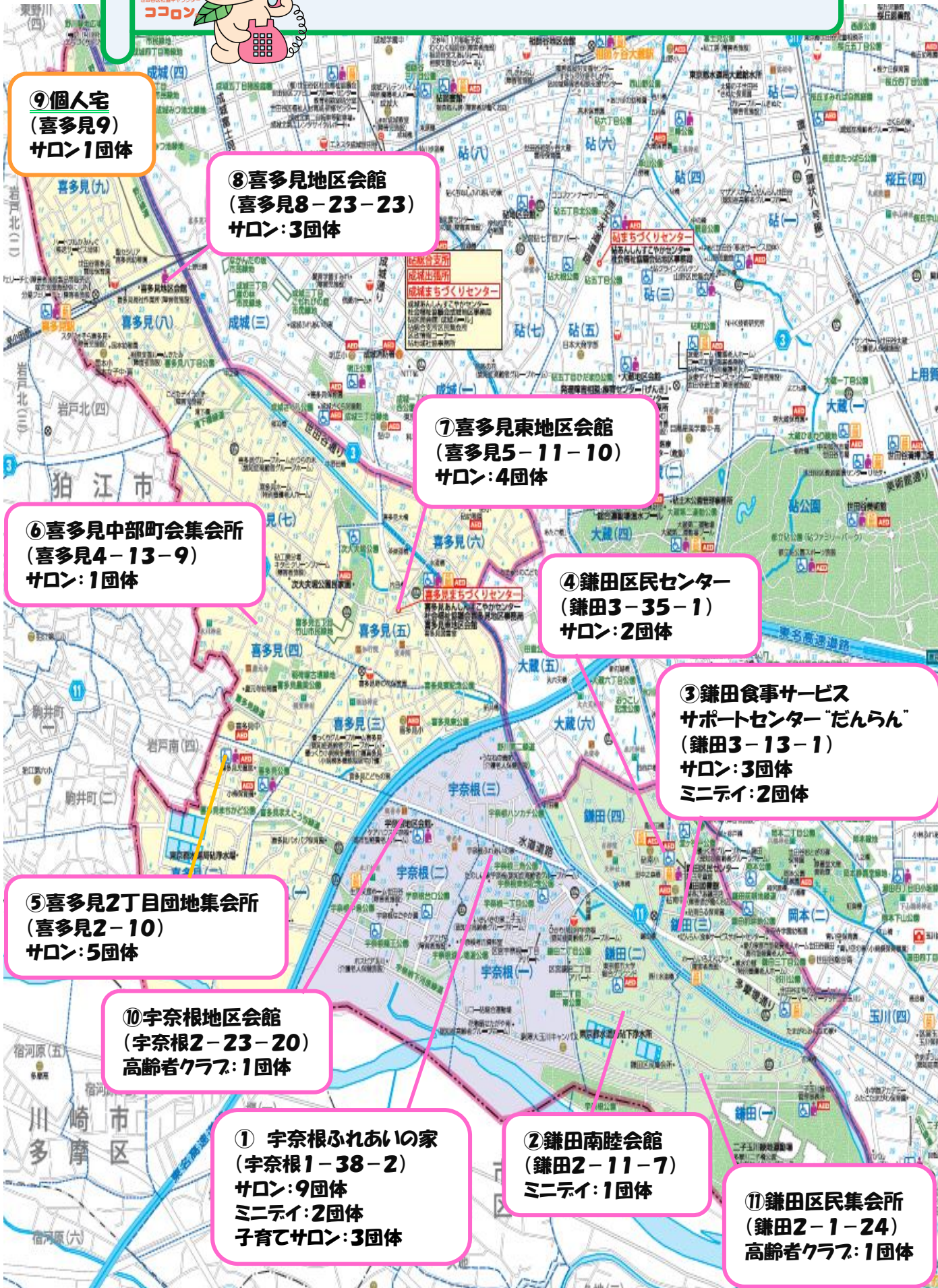


喜多見地区活動場所マップ



10
October

喜多見地区社会福祉協議会 令和5年10月発行

喜多見地区通信

★住民主体で意見を出し合う協議体を開催しています★

◎お買い物ツアー ◆ワゴン車で喜多見商店街へ行きます◆

10月20日(水) 9時30分～11時30分

◎魚屋の移動販売会(宇奈根) ◆新鮮な魚の販売で盛況です◆

10月26日(木) 13時30分～14時30分



喜多見2丁目だんだんの会 スローエアロビックで身体を動かそう!!

9月21日(木)に喜多見団地集会所でだんだんの会を開催しました。社会福祉協議会の地区サポーターでもある天野氏を講師にお招きし、スローエアロビックを楽しみました。天野氏は、子ども向け番組「おかあさんといっしょ」の9代目体操おにいさんとして1987年から6年間ご活躍されました。今回は『体側を伸ばす・体をひねる・胸を開く』という3つのポイントを意識した動きを組み合わせた運動をしました。呼吸をしっかりとしながら、音楽に合わせてゆっくりと身体を動かすことで、参加者は普段あまり使わない筋肉を意識することが出来たようです。日常生活にも有効なストレッチやマッサージも教わり「先生の説明が分かりやすかった～」、「楽しくてあっという間だった」と大好評でした。



詳しくは社会福祉協議会喜多見地区事務局まで
お問い合わせください。
070-3946-9804

サロン・ミニデイ・高齢者クラブグループ一覧 《ふれあいサロン・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・じゃん	健康麻雀	第1・3土	13:00~ 16:00	1回200円
		たまがわ歌声サロン	童謡・ナツメロ等を 皆で歌う	第1水	10:00~ 11:30	200円
		クラフト手芸	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
		グループ粹彩 (すいさい)	水彩画・習字	第1・3金	9:30~ 13:00	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茶話会	13:30 16:00	月600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
		スイスイ吹き矢	吹き矢を使った運動	第1金 第3火	13:30~ 15:30	無料
		ミニデイわくわく	体操・歌・手作り昼食 特技ボランティアの催物 ゲーム	第2金 第4木	11:00~ 14:00	1回500円
		鎌土料理グループ	話し合い・料理・体操	毎週土	9:30~ 12:30 第2のみ 9:30-15	月200円
		ソレイユ・ウナネーゼ	手遊び・絵本読み 工作・親子体操 teatime&トーク	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・遊び・散歩・ 昼食	第2水	10:30~ 17:00	1回500円 内容で変動
		ぶばし(PUBASHI) ※現在休止中	工作・フリーマーケット 季節イベント、プール	第3木 第4水・金	10:00~ 17:00	1回200円
		② 鎌田南睦会館	鎌田 2-11-7	ミニデイ なかよしの会	会食・なつかしい歌唱 指体操・ゲーム・童謡	第1・3金
さぎ草の会	料理研究			第1・3水	10:00~ 15:30	食費実費
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	華やぐクラブ	着物のリメイク	第3金	10:00~ 14:30	1回100円
		めだかサロン	お茶・おしゃべり トルペイント・手芸	第2・4火	10:00~ 13:30	無料 材料は実費
		たぬき座	懇談・会食・手芸等 パソコン習得	毎週土	9:30~ 13:30	1回100円
		わくわく太陽	おいしい食事と 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	六月会	卓球・茶話会	毎週土 他第2・4月	12:30~ 17:00	1回100円
		明日香クラブ	健康体操・筋トレ リズムダンス・卓球	第2・3・4金 (第1・5開催 する事もあり)	12:30~ 17:00 または14:30	月 1000円
⑤ 喜多見2丁目 団地集会所	喜多見 2-10	つくしんぼの会	筋力体操、おしゃべり 手話ダンス、歌	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)茶話会	第3火	13:30~ 15:00	無料
		遊輪の会	カラオケ・お茶・お喋り	第2・4土 第1日	13:30~ 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	14:00~ 16:00	1回 100円
		Kitami サロン会	アロママッサージ、おし ゃべり、お茶など交流	第4木	13:00~ 15:00	1回300円
		⑥ 喜多見中部町会 集会所	喜多見 4-13-9	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または 第2木
⑦ 喜多見東 地区会館	喜多見 5-11-10	体操野郎会	健康体操 ※男性のみの会です	第2・4火	10:00~ 11:30	1回300円
		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
		次大夫堀囲碁クラブ	囲碁およびお茶・雑談	毎週月 5週目もあり	13:00~ 17:00	月200円
		紫陽花会	健康体操	第1・3金	10:00~ 12:00	月300円
⑧ 喜多見地区会館 第1会議室	喜多見 8-23-23	サロン喜多見 ※現在休止中	お茶・おしゃべり・歌・ ミニ体操・輪投げ・等	第3水	13:30~ 16:30	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	喜多見9	山菜更会 ※現在休止中	茶道とおしゃべり	第4水	13:30~ 16:30	実費
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・舞踏・俳句・誕生会			
		鎌田年輪の会	グランドゴルフ・輪投げ・健康体操・歩行会・手芸 カラオケ・健康麻雀・書道 ※人数限定で開催			

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
④ 鎌田 区民センター 第2・3会議室	鎌田 3-35-1	六月会	卓球・茶話会	毎週土 他第2・4月	12:30~ 17:00	1回100円
		明日香クラブ	健康体操・筋トレ リズムダンス・卓球	第2・3・4金 (第1・5開催 する事もあり)	12:30~ 17:00 または14:30	月 1000円
⑤ 喜多見2丁目 団地集会所	喜多見 2-10	つくしんぼの会	筋力体操、おしゃべり 手話ダンス、歌	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)茶話会	第3火	13:30~ 15:00	無料
		遊輪の会	カラオケ・お茶・お喋り	第2・4土 第1日	13:30~ 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	14:00~ 16:00	1回 100円
		Kitami サロン会	アロママッサージ、おし ゃべり、お茶など交流	第4木	13:00~ 15:00	1回300円
		⑥ 喜多見中部町会 集会所	喜多見 4-13-9	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または 第2木
⑦ 喜多見東 地区会館	喜多見 5-11-10	体操野郎会	健康体操 ※男性のみの会です	第2・4火	10:00~ 11:30	1回300円
		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
		次大夫堀囲碁クラブ	囲碁およびお茶・雑談	毎週月 5週目もあり	13:00~ 17:00	月200円
		紫陽花会	健康体操	第1・3金	10:00~ 12:00	月300円
⑧ 喜多見地区会館 第1会議室	喜多見 8-23-23	サロン喜多見 ※現在休止中	お茶・おしゃべり・歌・ ミニ体操・輪投げ・等	第3水	13:30~ 16:30	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	喜多見9	山菜更会 ※現在休止中	茶道とおしゃべり	第4水	13:30~ 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
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・舞踏・俳句・誕生会
⑪ 鎌田区民集会所	鎌田2-1-24	鎌田年輪の会	グランドゴルフ・輪投げ・健康体操・歩行会・手芸 カラオケ・健康麻雀・書道 ※人数限定で開催

※新型コロナウイルス感染症予防のため、現在も活動自粛中のサロン・ミニデイがあります。

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。

♪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

★砦地域社会福祉協議会事務所★

電話:03-5727-6101

FAX:03-5727-6103

