

地区活動団体&地区内情報

喜多見地区通信

令和元年10月号 ~世田谷区社会福祉協議会~



9/19(木)13時からイリーゼ二子玉川ガーデンを会場に、第14回健康体操講座&マッサージ体験を開催しました。今回は入居者も含め、15名が参加されました。椅子に座ったままの体操から立って筋力アップの体操まで、様々な体操を行いました。指先を動かす体操では、手が思わず左右逆になってしまう自分達に対して、笑い声で一杯になりました。体操後のコミュニティカフェでは、ピアノの生演奏をBGMに聞きながらマッサージ体験の順番を待つ方やコーヒーで一息つきながら友人と談笑しながら過ごされる方など、始終和やかな雰囲気でした。今回、初めてマッサージを受けられた参加者からは「次回も体操とマッサージ両方受けてい。」との感想を頂きました。



左右逆に指先を動かす体操。



頭と体を動かした後はマッサージでリラックス。



ピアノの生演奏という贅沢な空間♪



コミュニティカフェにて談笑。こういう時間も大事。



★社協ではお買い物ツアーや移動販売会等の住民の声を聞く協議体を開催しております★

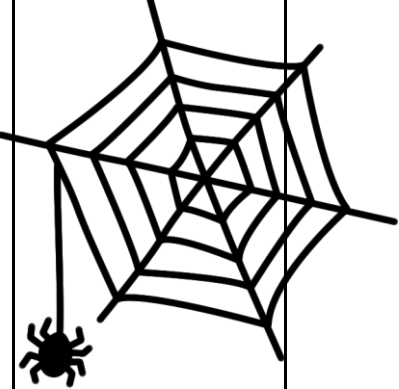

◎10月16日(水)10時~「第15回 お買い物ツアー」実施予定。

◎10月17日(木)13時~イリーゼ二子玉川ガーデンにて「第15回 健康体操講座&マッサージ体験」実施予定。

◎10月24日(木)13時半~宇奈根ふれあいの家 駐車場にて「第5回 魚屋さんの移動販売」実施予定。

サロン・ミニデイ・高齢者クラブグループ一覧

《ふれあいいいきサロン・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	サロン・じゃん	健康麻雀	第1・3土	13:00~15:00	200円	
				たまがわ歌声サロン	童謡、ナツメロ等を皆で歌う アコーディオンで伴奏	第1水	10:00~11:30	無料	
				サロンふれあい	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	
				昭和笑輪会 (ショウワショウワカイ)	カラオケ(新曲レッスンあり) お茶と菓子	第1・2・4火	13:00~16:00	1回 200円	
				グループ粹彩 (すいさい)	水彩画を楽しむ	第1・3金	9:30~13:30	無料	
				えんがわ	お茶と楽しいお話し会	第2木	13:30~16:00	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	13:30~15:30	月600円	
				サロンうなね音の館	歌、楽器演奏、お菓子お茶 の時間でおしゃべり!	第1・2月 第4日	月 13:30~16:45 日 10:00~16:45	1回 200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	
				ミニデイ	ミニデイわくわく	体操・歌・手作り昼食・ゲーム・特 技ボランティアの催物	第2金 第4木	11:00~14:00	1回 500円
				子育て サロン	ソレイユ・ウナーゼ	手遊び、昼食、絵本読み、親子体 操、teatime&トーク、工作など	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、あそび、散歩、昼食	第2水	10:30~17:00		1回 500円				
ぷばし (PUBASHI)	工作、季節のイベント、 フリーマーケット、プール	第3木 第4水・金	10:00~17:00		1回 200円				
	観光地(深大寺、等々 力溪谷、柴又等)		サロン	宇奈根歩こう会	歩行会	第4火	9:30~16:00	無料	
2	鎌田南睦会館	鎌田2-11-7	ミニデイ	ミニデйнаカよしの会	会食・なつかしい唱歌・童謡・ 指体操、ゲーム	第1・3金	11:00~15:00	1回 200円	
3	個人宅		サロン	めだかサロン	パソコン・トールペイント	①第2水 ②第4火	①13:10~16:00 ②10:00~12:00	①300円	
4	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	サロン	さぎ草の会	料理研究	毎週水 (5週目は休み)	10:00~15:30	無料	
				華やぐクラブ	着物のリメイク、昼食	第3金	10:00~16:00	1回 100円	
				二子玉川貯筋クラブ	健康体操と貯筋体操	第1・3水	14:00~15:30	月500円	
			ミニデイ	ためき座	懇談、会食、手作り(手芸 等)、パソコンの習得	毎週土	9:30~13:30	1回100円	
				鎌土料理グループ	話し合い・料理・体操	毎週土	10:00~15:30	月500円	
				わくわく太陽	美味しい食事と貯筋体操	第2・4金	11:00~15:30	月500円	

5	鎌田区民センター 第2・3会議室	鎌田3-35-1	サロン	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も活動 場合有)	13:30~16:30	月 1000円
				六月会	卓球、茶話会	第2・4月 他(主に土曜)	12:30~17:00	1回 100円
6	喜多見2丁目団地 集会所	喜多見2-10	サロン	つくしんぼの会	筋力体操、手話ダンス、歌、おしゃべり	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、筋トレ等) お茶とおしゃべり、	第3火	13:30~15:00	無料
				遊輪の会	カラオケ、お茶、おしゃべり	第2・4土	13:00~16:00	1回 200円
				ダンベルクラブ	ダンベル体操、お茶会	毎週金 (5週目は休み)	14:00~16:00	3ヶ月 1000円
7	喜多見中部町会集会所	喜多見4-13-9	サロン	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又は第2木	10:00~12:00	100円
8	喜多見東地区会館 第3会議室	喜多見 5-11-10	サロン	次大夫堀囲碁クラブ	お茶・雑談及び囲碁	毎週月 (5週目もあり)	13:00~17:00	月200円
	喜多見東地区会館 第2会議室			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	無料
9	次大夫堀公園	喜多見 5-27-14	サロン	さつき会 ※現在休止中	輪投げ・お茶・お話し	第3金	13:30~15:30	無料
10	喜多見地区会館	喜多見 8-23-23	サロン	サロン喜多見	お茶とおしゃべり、歌、ミニ 体操、輪投げ、しりとり	第3水	13:30~15:30	実費
				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800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)	12:30~14:30	1回 50円
11	個人宅		サロン	さんしゅゆ (山茶更)会	茶道とおしゃべり	第4水	13:00~16:30	実費

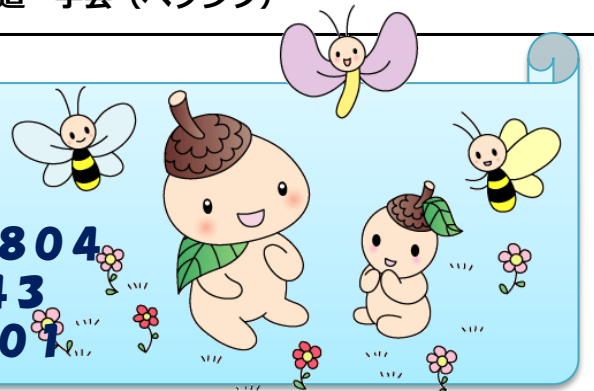
《高齢者クラブ》

	拠点	活動場所住所	グループ名	活動内容
8 12	喜多見東地区会館 宇奈根地区会館	喜多見5-11-10 宇奈根2-23-20	鶴寿会	・輪投げ・グランドゴルフ・カラオケ・舞踊・手芸(茶道・ダンス)
6	喜多見2丁目団地 集会所	喜多見2-10	喜久寿会	・輪投げ・グランドゴルフ・カラオケ・健康麻雀・舞踊・手芸(一泊旅行・誕生会)
10	喜多見地区会館	喜多見8-23-23	喜楽会	・輪投げ・グランドゴルフ・歩行会・カラオケ・健康麻雀・舞踊(一泊旅行・誕生会)
12	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・舞踊・俳句(定例会・誕生会)
13	鎌田区民集会所	鎌田2-1-24	鎌田年輪の会	・輪投げ・グランドゴルフ・健康体操・歩行会・カラオケ・健康麻雀・舞踊 書道・手芸(パタンク)

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

★砧地域社会福祉協議会事務局★電話：03-5727-6101



喜多見地区 ☆活動場所マップ☆

⑪ 個人宅
サロン：1団体

⑩ 喜多見地区会館
サロン：3団体
高齢者クラブ：1団体

⑦ 喜多見中部町会集会所
サロン：1団体

⑧ 喜多見東地区会館
サロン：2団体
高齢者クラブ：1団体

① 宇奈根ふれあいの家
サロン：11団体
ミニデイ：1団体
子育てサロン：3団体

⑫ 宇奈根地区会館
高齢者クラブ：2団体

⑨ 次大夫堀公園
サロン：1団体

④ 鎌田食事サービス
サポートセンター“だんらん”
サロン：3団体
ミニデイ：3団体

⑤ 鎌田区民センター
サロン：2団体

③ 個人宅
サロン：1団体

⑥ 喜多見2丁目団地集会所
サロン：4団体
高齢者クラブ：1団体

② 鎌田南睦会館
ミニデイ：1団体

⑬ 鎌田区民集会所
高齢者クラブ：1団体