

# 祖師谷地区通信

令和2年5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！！



## 「ことば会」

ことばの発声練習をし、脳の活性化を図っています。脳トレや早口ことばで笑いたっぷりのサロンです。外出自粛が解除された時はぜひ！お仲間！

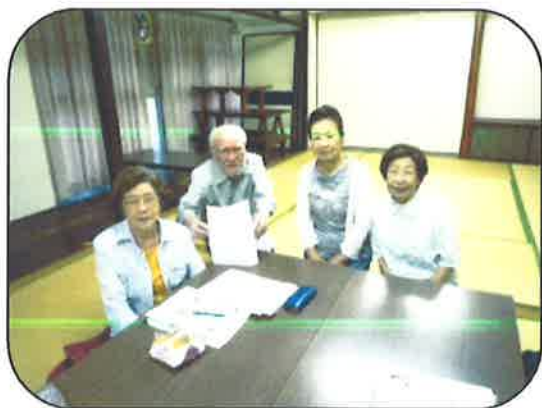
## ♪♪ 落語に挑戦 ♪♪



サロン「ことば会」代表の竹内さんより  
【寿限無(じゅげむ)】ご紹介いただきました！

『じゅげむ じゅげむ ごこうのすりきれ  
かいじゃりすいぎよの すいぎょうまつ  
うんらいまつ ふうらいまつ  
くうねるところに すむところ  
やぶらこうじの ぶらこうじ  
パイポパイポ パイポのシューリンガン  
シューリンガンのグーリンダイ  
グーリンダイの ポンポコピ～の  
ポンポコナ～の ちょうきゅうめいの  
ちょうすけ』

声に出して！  
レツツライ



## ♪♪ 祖師谷地区 協議体 ニュース ♪♪

協議体を通して『お困りごと』解決に向け、住民の皆さんと協働しています。

### 公社けやきの会

～公社・祖師谷住宅の高齢化にともなう生活課題解決に取り組んでいます～

### 祖師谷北部ふくし検討会

～商店街から離れている北部エリアを中心に生活課題に取り組んでいます～

♪話し合い日時が決まりましたら、お知らせします♪



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  <b>公社祖師谷住宅MAP①</b>	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	<b>祖師谷 支えあい ルーム MAP②</b>	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
			成城虹の会	転倒防止ストレッチ・茶話会	第1・3火	13:30~15:00
			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
			成城パセリ	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
			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
			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	12:30~14:30
			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
ミニデイ			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			おおきくなあれ	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

5月の予定	
高齢者福祉会	活動は8月までお休みです。
ともにあゆむ会	5月は活動を自粛します。
<p>※5月は、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、 サロン・子育てサロン・ミニデイは活動を自粛しています。</p>	

# 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  
 セタ会、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、マイブラン成城  
 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、成城花木水

**③祖師谷地区会館**  
 あかね短歌会、ジョイフル、遊楽の会

