

祖師谷地区通信

令和2年9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。
ご利用ください！！



祖師谷地区の地域支えあい(サロン・ミニテイ) 8月 夏模様

熱中症と新型コロナウイルス感染症に、十分な対策をして支えあいました。



「あしたばの会」
運動不足をストレッチ
& 深呼吸で、ケアして
います。

心身ともに健康を
保つには、人との交流が
欠かせません。
“元気だった？”
で始まる支えあい活動。
祖師谷地区の様子を
ご紹介します！



「七夕会」
“ラジオ体操・みんな
の体操”を毎週1回、
皆で続けています。

♪ サロンでは電話や
メール、会報など、工夫
して交流している団体
も多々あります。♪

「各サロンでは」
自分たちで、サーモ
メーター・手指消毒
アルコール・机椅子
消毒用シート等、を
用意し何重にも気
を付けています。



「成城ふく吹く会」
吹き矢の順番を待っ
ている時もおしゃべ
りを控えています。
距離も十分にとって
います。

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/携帯070-3946-9801 FAX/03-6733-8434

※携帯電話です。電話番号のかけ間違いには十分お気を付けください。



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	①祖師谷区民集会所MAP ②公社祖師谷住宅 ①・⑤	①祖師谷4-1-23 ②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
	公社祖師谷住宅 MAP①	祖師谷 2-5-19	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
自主 グループ						
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

活動場所別 団体一欄

※場所は裏面のMAPをご参照ください。

	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 ママの交流	R2年度 活動休止	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	R2年度 活動休	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	
子育て サロン			なかよし会	健康体操、手仕事、歌	第2・4水	13:00~17:00	
			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	

9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、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、マイプラン成城もみじ会、成城カトレア、祖師谷いきいき貯貯クラブ、ニットサロンあむあむ、砧貯貯友の会、成城パセリ、たつみいろりの会、アップル、サロンバンド・バンド四季倶楽部、砧一本針の会、成城元気の会、成城いきいきペンギンの会、祖師谷コスモス、Fresh 成城 Seven、けやき 23 の会、成城ふく吹く会、祖師谷童謡の会、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

