

## 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	参加費
①	個人宅	砧3	子育てサロン	ふらここ	おはなし会、本の貸出し(30分程度の滞在) ※おもちゃの広場は開催なし	開館時間 ①第1・3月 10:00～16:00 ②第2・4月 10:00～12:00 おはなし会(30分程度の短い会) ①10:30 ②11:30 ③15:30		無料
②	友愛ホーム	砧3-9-11	ミニデイ	ミニデイきぬた	会食・歌・体操・手芸など	毎週水	11:00～15:00	600円(食事代400円)
③	砧公園 大蔵総合運動場	砧1	サロン	世田谷ウォーキング フォーラム砧グループ	健康ウォーキング	第1・3火	10:00～12:00	無料
④	岡本地区区会館 第一会議室	岡本1-25-4	子育てサロン	岡本なないろふうせん	茶話会、体操(1歳半～)	木 (月3回)	10:00～11:00	月1,500円
			高齢者クラブ	岡本寿会	輪投げ、健康体操、歩行会、カラオケ、民謡、書道、手芸、美化清掃、友愛活動	高齢者クラブの活動日・時間・参加費については直接代表者様にお問い合わせ下さい。		
⑤	泉の家	岡本 2-33-23	サロン	泉 川柳会	川柳・お茶・おしゃべり	第4水	13:30～15:30	100円
⑥	カーメスト大蔵の杜 コミュニティサロン 『和み』	大蔵 3-1-6	サロン	大蔵そよかぜサロン	親睦を目的に茶話、手芸等交えた交流	第4木	13:00～15:00	月300円
⑦			サロン	大蔵てんとう虫の会	健康体操、茶話会	第2・4水	13:00～15:30	無料
⑧	妙法寺 安心庵 (原則として)	大蔵5-12-3	サロン	石井戸 泉会	手芸・外出行事・ビデオ会など	月1回 随時	外出: 午前 その他: 午後	実費
⑨	大蔵地区会館 第一会議室	砧3-5-6	サロン	なかよしクラブ	お茶とおしゃべり	第1・3火	9:30～12:00	月1,000円
			サロン	月曜体操会	健康体操、講習会ほか	毎週月	9:00～11:30	月500円
	子育てサロン		ぼんぼこサロン	0歳児子育て支援。おしゃべり、情報交換	第1金	10:00～12:00	100円	
	高齢者クラブ		光寿会	輪投げ、健康体操、俳句、カラオケ、民謡、書道、手芸、美化清掃、友愛活動、懐メロ、太極拳	高齢者クラブの活動日・時間・参加費については直接代表者様にお問い合わせ下さい。			
⑩	砧地区会館 会議室	砧8-2-21	サロン	砧すこやかクラブ	健康体操(太極気功・ストレッチ・筋トレ(リズム体操))	第2・4月	10:00～11:30	1,000円/3ヶ月
			子育てサロン	親子体操 ぐるーいんぐ	親子体操	月(月2～3回)	15:30～17:00	月1,000円
	①砧くちなしの家 ②砧地区会館	サロン	銀の吹朗	スポーツ吹き矢、懇親会	①第1金 ②第2土 ③第3火	①13:00～16:00 ②15:00～17:00	1回300円 個人用吹き口108円	

⑪	砧くちなしふれあいの家	砧8-26-33	サロン	赤とんぼ	絵手紙とお茶飲み会	第1・3・5水	12:30～16:30	500円			
			サロン	明日香	料理教室、会食、外出、他	第2・4月	9:30～15:00	実費			
			サロン	アートクラブ11(イルブ)	水彩画ほかお茶と懇談	第2・3・4日曜	9:30～16:30	300円			
			サロン	歌『麗の会』	お茶とおしゃべり、音楽ピアノ伴奏でコーラス(楽譜の記号をみんなで表現)、ラジオ体操	毎週木	11:00～15:00	100円			
			ミニデイ	おとこの台所・砧	料理及び会食	第1土 第2・4火	9:00～14:00	500円			
			サロン	男の料理道場「カワセミ」	簡単な料理を学びながら親睦を図る	第2金	10:00～14:00	500円			
			サロン	おもりで元気	転倒防止などのためにおもりを使って体操する	毎週水	10:00～12:00	200円			
			サロン	金曜くちなし	認知症予防のための旅行計画・パソコン	毎週金	10:00～12:00	実費			
			サロン	砧くちなし会	①料理研究 ②実習	①第1・2・4・5火 ②第3火	① 9:30～11:00 ② 9:00～14:00	実費			
			サロン	砧すみれ会	マージャン、おしゃべり、お茶の会	第1・4木	13:00～16:30	0円			
			サロン	くちなし歌謡サロン	歌とお茶と懇談	第1土・第3日曜	13:30～16:30	100円			
			サロン	四十雀の会	書道・おしゃべり	第3金	13:30～15:30	500円			
			自主グループ	成城オアシス会	食事会	①第1日 ②第3月	全日	無料			
			サロン	ためきクラブ	輪番制で毎回一人が発表し、意見・感想を語り合う中高年男性の集まり	第1・3火	13:30～15:30	無料			
			サロン	ばらの会	麻雀、お茶、おしゃべり	第2水・第3土・第4日	10:00～16:30	200円			
			サロン	ひこばえ砧	お茶・おしゃべり	第4水	11:30～15:30	実費			
			サロン	ひだまり会	健康料理と楽しいおしゃべり	第2・4土	11:00～15:00	700円			
			サロン	三春会	唱歌・童謡、名文朗読、お茶を飲みながら、思い出話やおしゃべり	第2・4火	13:00～16:00	100円			
					①砧くちなしの家 ②砧地区会館	サロン	銀の吹朗	スポーツ吹き矢、懇親会	①第1金 ②第2土・第3火	①13:00～16:00 ②15:00～17:00	1回300円 個人用吹き口108円
			⑫	笑恵館	砧6-27-19	ミニデイ	砧ほほえみ	おしゃべり・情報交換・昼食	第2・4火	10:00～14:00	500円
子育てサロン	にこにこKUU	おしゃべり、情報交換				第1火	10:30～12:00	100円			

サロン・ミニデイは、活動をお休みしていることがあります。  
見学・ご質問等は、社会福祉協議会砧地区事務局

(080-9418-7736)までお問い合わせください。