



## 参加者募集！ 地域活動(サロン・ミニデイ等)のご紹介

MAP 会場	種別	グループ名	活動内容	活動日	時間	参加費(円)
① 船橋地区会館	サロン	ふなぼし体操の会	健康体操・リズム体操、月1回の茶話会	毎週金	10:00~11:30	月1,000
	サロン	永楽会	介護予防筋力づくり体操	第1~4木、(祝日を除く)	第1・3木/13:30~15:00 第2・4木/10:30~12:00	入会費1000
	サロン	ふなぼし体操サークル	体操、茶話会	毎週水、第3週のみ木曜	10:00~12:00	200/回
	サロン	ふなぼし体操クラブ	健康体操、サロン語らい、花見、紅葉狩り	毎週土	10:00~11:30	月1000
	ミニデイ	船橋なかよし会	会食、体操・散策・合唱・手芸・手話・頭の体操 他	第1・3火	10:30~14:30	500/回
	子育て サロン	 あかちゃんカフェ	1歳未満の乳幼児を対象に子育て支援	第1木・第3水	10:00~12:00	100/回
② 希望ヶ丘団地集会所等	サロン	希望ヶ丘喫茶 (会場：Eラウンジ)	お茶とおしゃべり	第2土	11:00~14:00	100
	ミニデイ	希望ヶ丘太陽の会	体操、脳トレーニング、食事、散歩、会話	第2・4火	10:00~14:00	参加費200円/月 弁当代600円/回
	サロン	老いじたくサロン	老いじたくに関する情報提供と、茶話会	第1月、(祝日を除く)	13:30~15:30	100/回
	サロン	希望ヶ丘はつらつ教室	健康づくり筋力体操	毎週木	10:30~11:30	月800
	サロン	ポッチャ アミーゴ	ポッチャを通じて参加者の健康を維持し、相互理解の場を創出する	第1・3土	13:00~16:00	100/回
③ 希望ヶ丘区民集会所等	サロン	ゆりの木世田谷支部	スポーツ吹矢、ポッチャ	第2・4火、第2・4日	12:30~14:30	月1000
	サロン	青空会	軽体操、ストレッチ・練功十八法(前段・後段)、レクリエーションダンス、腰痛予防体操	第1・3水	13:00~15:00	500/2ヶ月
	サロン	希望ヶ丘YYリハスポクラブ (会場：地域体育館)	障がい者・高齢者などがスポーツ(ポッチャ・卓球など)を通じてリハビリや心身の健康を図る。	第1~4月	9:30~11:30	月500
⑤ 千歳ふれあいルーム	サロン	千歳ひまわりの会	健康体操、お茶とおしゃべり	第2・4木	13:30~16:00	月600
	サロン	銀杏(いちょう)会	パソコンでミニコミ誌をつくる	第1・3火	13:00~17:00	実費
	サロン	ローズの会	おしゃべりと趣味の会(ストレッチ体操・お手玉・折り紙・フォークダンス等々)	毎週金	10:00~12:00	月500
	サロン	かたつむり	太極扇、太極剣、太極拳、練功18法、歌、踊り、お茶会、脳トレ、料理講習会	第2・4・5木	09:00~12:00	月50
	子育て サロン	 TikiTiki	フラダンス	第2・4月	15:00~17:00	500/回
	サロン	レイモミの会	フラダンス、交流	第1・3木	10:00~12:00	月1000
⑥ 千歳台地区会館	子育て サロン	 親子パンダクラブ	親子体操(1歳半~未就園児対象の内容)	月3回(金)	10:00~11:00	月1500
	サロン	わの会	コーラスを通しての地域交流	第1・3土	10:00~12:00	月1000
	サロン	たけのこ会	卓球・健康体操	毎週金	12:30~17:00	月500
	サロン	手芸サークル ハーモニィ	手芸、お茶とおしゃべり	第3木、(8月夏休み)	09:00~14:30	300/回
	サロン	いな碁会	囲碁・将棋・懇親・頭の体操	毎週日	13:00~17:00	月500
① 船橋地区会館	高齢者 クラブ	千歳いずみ会 ※( )は活動曜日。詳細は問い合わせください	・健康麻雀(月)・民謡(月)・囲碁(火木土)・茶道(水)・舞踊(木)・詩吟(土)・カラオケ(土)			
④⑥ 千歳台地区会館、他	高齢者 クラブ	千歳廻寿会 ※各活動曜日・詳細は問い合わせください	・舞踊(月3回土13:00~)・書道・押し葉・輪投げ・筋トレ・グランドゴルフ			
② 希望ヶ丘団地集会所	高齢者 クラブ	望みの会	・健康体操(第4金10:00~11:30)・輪投げ(第2・4木17:00~19:00)・歩行会(第2金10:00~) ・健康麻雀(第2日、第3または4水13:00~16:00)・音読(第3金10:00~11:30) ・地域交流お茶の会(第3日11:30~13:00)・美化清掃(毎月最終日曜10時集合、雨天中止)			



詳しくは、社協船橋地区事務局へ(TEL 070-3946-9803 / FAX 03-6733-7973)