

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 | 祖師谷 区民集会所 | 祖師谷 4-1-23 MAP⑤ | ほうの会 | 軽体操 | 第1・3 月 | 午後 | |
| | 公社 祖師谷 住宅 | 祖師谷 2-5-19 MAP① | 公社けやき 運動サロン | 健康体操・茶話会 | 第2・4水 | 午前 | |
| | | | 七夕会 | 健康体操・リズムダンス・会食 | 毎週火 | 午後 | |
| | 祖師谷 支えあい ルーム | 祖師谷 3-21-1 MAP② |  | 成城トリム | 体操、フォークダンス、おしゃべり | 第1・3・4 土 | 午前 |
| | | | | 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 | |
| | | | | あじさい会 | ストレッチダンス | 毎週金 | |
| | | | | 砧貯筋友の会 | 軽い体操とコミュニケーション | 第1・3水 | |
| | | | | 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月 | |
| | | | | もみじ会 | 健康体操、懇親会、ウォーキング | 第2・4水 | |
| | | | | 成城パセリ | 健康体操、茶話会、ウォーキング | 毎週金 (月4回) | |
| | | | | 成城カトレア | 健康体操、茶話会、ウォーキングス トレッチ | 第1~4 木 | |
| | | | | 四季倶楽部 | 旅についての話し合い | 第3水 | |
| | | | | 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 | |
| | | | | アップル | 健康体操 | 毎週金 | |
| | | | | サロン バンド・バンド | 歌、楽器演奏、おしゃべり、お茶 | 第2・4木 | |
| | 成城いきいき | 健康体操・太極拳 | 毎週水 | 午後 | | | |
| | サロン成城の杜 | 古文を読んで・おしゃべり | 第1・3火 | | | | |
| | 祖師谷童謡の会 | 童謡、唱歌を歌う・体操 | 第1水 | | | | |



活動時間の詳細や参加については、下記までお問い合わせください。
 砧地域社会福祉協議会事務所・祖師谷地区事務局
 ☎070-3946-9801



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 | 祖師谷 支えあい ルーム | 祖師谷 3-21-1 MAP② | 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したコミュニケーション活動と情報交換 | 第4日 | 午後 | | |
| | | | 成城スクエア ダンスクラブ | スクエアダンス、茶話会 | 毎週火 | | | |
| | | | 成城花水木 | コントラクトブリッジ、茶話会 | 第2・4・5 月 | | | |
| | | | 遊樂の会 | カラオケ、トーク | 毎週木 | | | |
| サ ロ ン | 祖師谷 地区会館 | 祖師谷 3-30-30 MAP③ | ジョイフル | 健康体操 | 第1・3金 | 午後 | | |
| | | | あかね短歌会 | 短歌とおしゃべり | 第1・4金 | | | |
| サ ロ ン | 個人宅 | 祖師谷 4 MAP④ | 月よう会 | 雑談、朗読、ビデオ、歌など | 毎週月 | 午後 | | |
| 子 育 て | 祖師谷 区民集会所 | 祖師谷 4-1-23 MAP⑤ | にこにこクラブ | 0~3歳児位までの親子の茶話会 | 第4木 | 午前 | | |
| ミニ デ イ | | | 木綿の会 | 朗読と親睦 | 第2・4水 | | | |
| 自 主 | | | さわやか会 | 卓球・おしゃべり | 毎週水 | 午後 | | |
| サ ロ ン | | | 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 | | | |
| | | | 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 | | | |
| サ ロ ン | | | 都営千歳台 1丁目 アパート 集会所 | 千歳台 1-10 MAP⑦ | なかよし会 | 健康体操、手仕事(工作・手芸・折紙)、歌 | 第2・4水 | |
| サ ロ ン | | | 千歳ゴルフ センター | 千歳台 2-1-1 MAP⑥ | 高齢者福祉会 | 朗読会・映画会 | 月1回 | 午前 午後 |
| サ ロ ン | | | 千歳千草会 | 千歳台 1-10 MAP⑦ | 千歳千草会 | ストレッチ運動、リズム体操、会話等 | 毎週月 | 午前 |
| 子 育 て | | | おおきなあれ | 千歳台 1-10 MAP⑦ | おおきなあれ | 室内遊び・外遊び・おしゃべり 絵本の読み聞かせ | 第2・4金 | |
| サ ロ ン | | | 桐の会 | 千歳台 2-1-1 MAP⑥ | 桐の会 | 健康体操 | 第2・4火 | 午前 |
| 自 主 | 都営祖師谷 4丁目アパート 集会室 | 祖師谷 4-28 MAP⑧ | さくら会 | 世田谷いきいき体操 | 毎週金 | 午後 | | |
| 高 齢 者 ク ラ ブ | 祖師谷支え あいルーム | 祖師谷 3-21-1 MAP② | ともにあゆむ会 | 演奏会・落語会・講演会・食事会など | 月1回 | 午前 | | |

