

サロン・ミニデイ・高齢者クラブグループ一覧 《ふれあいサロン・支えあいミニデイ》

| 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 宇奈根 ふれあいの家 | 宇奈根 1-38-2 | サロン | サロン・じゃん | 健康麻雀 | 1.第1・3土 第4火 2.第2土 | 1.13:00 ~16:00 2.14:00 ~17:00 | 1回200円 |
| | | | 歌声サロン宇奈根 | 童謡・ナツメロ等を 皆で歌う | 第1水 | 10:00~ 11:30 | 200円 |
| | | | クラフト手芸 | 手芸・おしゃべり | 第4土 | 13:30~ 16:30 | 月300円 |
| | | | 宇奈根ひなの会 | 手芸(つるし雛作り) おしゃべり・お茶 | 第1木 第3金 | 13:30~ 16:00 | 実費 |
| | | | いきいき貯筋クラブ 宇奈根 | 健康体操と茶話会 | 第1・3・5水 第5は茶話会 | 13:30 16:00 | 月600円 |
| | | | たのしい絵手紙 | 絵手紙作成を介した 懇親 | 第3水 | 10:00~ 12:00 | 1回500円 |
| | | | 琴の調べ | お琴・歌・お茶 おしゃべり | 第2金 第4木 | 15:00~ 17:00 | 無料 |
| | | | スイスイ吹き矢 | 吹き矢を使った運動 | 第1金 第3火 | 13:30~ 15:30 | 無料 |
| | | | 宇奈根ホオ・カニ | ウクレレ演奏、おしゃべり | 第4日 | 13:00~ 15:00 | 1回200円 |
| | | ミニデイ | ミニデイわくわく | 体操・歌・手作り昼食 特技ボランティアの催物 ゲーム | 第2金 第4木 | 11:00~ 14:00 | 1回500円 |
| | | | 鎌土料理グループ | 話し合い・料理・体操 | 毎週土 | 9:30~ 12:30 第2のみ 9:30-15 | 月200円 |
| | | | ソレイユ・ウナネーゼ | 手遊び・絵本読み 工作・親子体操 teatime&トーク | 毎週月 5週目もあり 祝日は休み | 10:30~ 14:00 | 1回100円 |
| | | 子育てサロン | あそぼ・あそぼ 工作の会 | 工作・遊び・散歩・ 昼食 | 第2水 | 10:30~ 17:00 | 1回500円 内容で変動 |
| | | | サロン | えんがわ | 1・歩行会 | 1・第4火 | 1・9:30 ~16:00 |
| | | 2・茶話会 | | | 2・第3木 | 2・13:00 ~16:00 | |
| 3・習字、ぬりえ | 3・第1,3金 | 3・9:30 ~13:00 | | | | | |
| ② | 鎌田南睦会館 鎌田 2-11-7 | ミニデイ | ミニデイ なかよしの会 | 会食・なつかしい歌唱 指体操・ゲーム・童謡 | 第1・3金 | 11:00~ 15:00 | 1回500円 |
| | | | ③ | 鎌田 食事サービス サポートセンター だんらん 鎌田 3-13-1 | サロン | さぎ草の会 | 料理研究 |
| 華やぐクラブ | 着物のリメイク | 第3金 | | | | 10:00~ 14:30 | 1回100円 |
| ミニデイ | たぬき座 | 懇談・会食・手芸等 パソコン習得 | | | 毎週土 | 9:30~ 13:30 | 実費 |
| | わくわく太陽 | おいしい食事と 貯筋体操 | | | 第2・4金 | 11:00~ 15:30 | 月850円 |

※新型コロナの期間を経て、現在も活動自粛中のサロン・ミニデイがあります。
ご不明な点等ございましたら事務局へお問い合わせ下さい。



| 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 | | |
|----|------------------------------------|---------------|-----------------------|---------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-----------------|-------------|
| ④ | 鎌田 区民センター 第2・3会議室 | サロン | 六月会 | 卓球・茶話会 | 毎週土 他第2・4月 | 12:30~ 17:00 | 1回100円 | |
| | | | 明日香クラブ | 健康体操・筋レ リズムダンス・卓球 | 第2・3・4金 (第1・5開催 する事もあり) | 12:30~ 17:00 または14:30 | 月 1000円 | |
| ⑤ | 喜多見2丁目 団地集会所 | サロン | つくしんぼの会 | 筋力体操、おしゃべり 手話ダンス、歌 | 第2・4火 | 13:30~ 15:00 | 月200円 | |
| | | | いこいのひろば | 運動(ヨガ・ダンベル 筋レ)茶話会 | 第3火 | 13:30~ 15:00 | 無料 | |
| | | | 遊輪の会 | カラオケ・お茶・お喋り | 第2・4土 第1日 | 13:30~ 16:30 | 1回200円 | |
| | | | ダンベルクラブ | ダンベル体操・お茶会 | 毎週金 5週目は休 | 14:00~ 16:00 | 1回 100円 | |
| | | | Kitami サロン会 ※現在休止中 | アロママッサージ、おしゃべり、お茶など交流 | 第4木 | 13:00~ 15:00 | 1回300円 | |
| | | | ⑥ | 喜多見公園 | 喜多見 2-10-45 | サロン | グランドゴルフ さつき会 | 第2・4火 |
| ⑦ | 喜多見中部町会 集会所 | 喜多見 4-13-9 | サロン | いきいきサロン 中部 | お茶・おしゃべり・歌唱 体操・お手玉・手話 | 第1または 第2木 | 10:00~ 12:00 | 1回100円 |
| ⑧ | 喜多見東 地区会館 | サロン | 体操野郎会 ※男性のみの会です | 健康体操 | 第2・4火 | 10:00~ 11:30 | 1回300円 | |
| | | | なごやか体操 すずの会 | 体操、おしゃべり | 第1・3月 | 12:30~ 14:30 | 1回100円 | |
| | | | 次大夫堀囲碁クラブ | 囲碁およびお茶・雑談 | 毎週月 5週目もあり | 13:00~ 17:00 | 月200円 | |
| | | | 紫陽花会 | 健康体操 | 第1・3金 | 10:00~ 12:00 | 月500円 | |
| ⑨ | 喜多見地区会館 大広間 喜多見地区会館 第1会議室 | サロン | サロン喜多見 ※現在休止中 | お茶・おしゃべり・歌・ ミニ体操・輪投げ・等 | 第3水 | 13:30~ 16:30 | 無料 | |
| | | | 喜多見囲碁の会 | 囲碁・お茶と菓子 | 第1・3・4火 第2金 | 12:30~ 17:00 | 月500円 | |
| | | | いきいきダンベル 体操 | ダンベル体操 | 第1・2・4水 祝日は休み | 13:00~ 14:30 | 1回50円 | |
| ⑩ | 個人宅 | 鎌田3 | サロン | めだかサロン | トールペイント・手芸 | 第2・4火 | 10:00~ 13:30 | 無料 材料は実費 |

《高齢者クラブ》

| 拠点 | 活動場所住所 | グループ名 | 活動内容 |
|----|---------|--------|--------------------------------------------------|
| ⑪ | 宇奈根地区会館 | 宇奈根和楽会 | グランドゴルフ・民謡・舞踏・俳句・誕生会 |
| ⑫ | 鎌田区民集会所 | 鎌田年輪の会 | グランドゴルフ・輪投げ・健康体操・歩行会・手芸 カラオケ・健康麻雀・書道 ※人数限定で開催 |

♪ご興味のある方は下記へお問い合わせ下さい♪

【お問い合わせ先】

★喜多見地区事務局★ 電話:070-3946-9804 FAX:03-6733-7943

★砧地域社会福祉協議会事務所★ 電話:03-5727-6101 FAX:03-5727-6103