

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 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 第は5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
			ミニ デ イ	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
			子 育 で サ ロ ン	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
				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
	1・観光地(深大寺/柴又等) 2・宇奈根ふれあいの家 宇奈根1－38－2 3・宇奈根ふれあいの家		サ ロ ン	えんがわ	1・歩行会 2・茶話会 3・習字、ぬりえ	1・第 4 火 2・第 3 木 3・第 1,3 金	1・9:30～16:00 2・13:00～16:00 3・9:30～13:00	無料 (実費)
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	第 1・3水	10:00～15:30	食費実費
				めだかサロン	トールペイント手芸	第4火	10:00～13:30	無料
				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

	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	鎌田 3－35－1	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・筋トレ 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	喜多見 2－10	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 筋トレ)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	グランドゴルフ・おしゃべり	第2・4火	9:00～12:00	無料
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	喜多見 5-11-10	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	喜多見 8－23－23	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

《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2－23－20	宇奈根和楽会	グランドゴルフ・民謡・舞踏・俳句
⑫	鎌田区民集会所		鎌田2－1－24	鎌田年輪の会	グランドゴルフ・輪投げ・健康体操 カラオケ・健康麻雀・書道 ※人

サロン等参加のご興味が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

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

※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。

