

# 砧地区 グループ一覧

※サ→サロン / 子→子育てサロン / ミ→ミニデイ  
高→高齢者クラブ / 自→自主グループ

	グループ名	活動内容	活動日	時間	参加費	拠点	
子	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	岡本地区会館 第一会議室 鎌田区民センター	
サ	泉 川柳会	川柳・お茶・おしゃべり	第4水	13:30~15:30	100円	泉の家	
子	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	個人宅	
ミ	ひまわりの会	食事会・うた・おしゃべり・編み物など	第2火、 第2・4土	09:00~15:00 10:00~16:00	300円	都営住宅自治会集会所	
子	親子体操ぐるーいんぐ	親子体操	月(月2~3回)	15:45~16:45	月1,000円	砧地区会館	
サ	なかよしクラブ	フォークダンス、お茶とおしゃべり	第1・3火	09:30~12:00	月1,000円	大蔵地区会館 第一会議室	
サ	月曜体操会	健康体操、講習会ほか	毎週月	09:00~12:00	月500円		
子	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	大蔵地区会館 和室	
ミ	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)	友愛ホーム	
ミ	サファイアクラブ	会食・絵手紙・書道・ペン習字・歌・詩吟	毎週月	10:30~15:00	600円 (食事代400円)	友愛ホーム	
ミ	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	笑恵館	
子	にこにこKUJ	おしゃべり、情報交換	第3月	10:30~14:30	100円		
サ	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	砧地区会館 会議室	
サ	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	砧公園、大蔵総合運動場	
サ	大蔵そよかせサロン	親睦を目的に茶話、手芸等交えた交流	第1木	13:00~15:00	月300円	結工房	
サ	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	大蔵住宅集会所	
ミ	大蔵ふれあいミニデイの会	食事・手工芸・歌う会、カラオケ、外食、 交流会	第1・2・3木	11:00~15:00	600円 (食事代400円)		
サ	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	妙法寺 安心庵 (原則として)	
サ	銀の吹朗	スポーツ吹き矢、懇親会	①第1土、第2・4火 ②第2土・第3火	①14:00~16:00 ②15:00~17:00	1回300円 個人用吹き口108円	①砧くちなしの家 ②砧地区会館	
自	成城オアシス会	食事会	①第1日 ②第3月	全日	無料	☆砧くちなし ふれあいの家	
サ	もくれんの会	失語症のリハビリとしておしゃべり 歌をうたい皆の連携を密にする	第1金	13:00~15:30	月300円		
サ	ばらの会	麻雀、お茶、おしゃべり	第2水・第3土第4日 曜	10:00~16:30	200円		
サ	たぬきクラブ	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	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	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	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	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	明日香	料理教室、会食、外出、他	第2・4月	09:30~15:00	実費		
サ	アートクラブ11(11ア)	水彩画ほかお茶と懇談	第2・3・4日曜	09:30~16:30	300円		
サ	砧はる風 ※今年いっぱいお休み	手仕事（折り紙、編み物、小物手芸など） 朗読	第4金	12:00~16:00	100円		
サ	四十雀の会	書道・おしゃべり	第3金	13:30~15:30	500円		
サ	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	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	①09:30~11:00 ②09:00~14:00	実費		
サ	三春会 ※今年いっぱいお休み	唱歌・童謡、名文朗読、お茶を飲みながら、思い 出話しやおしゃべり	第2・4火	13:00~16:00	100円		
サ	元気 元気 ※今年いっぱいお休み	健康体操・お話・お茶	第2金	13:00~15:00	月100円		
サ	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	砧すみれ会	マーじゃん、おしゃべり、お茶の会	第2・4木	13:00~16:30	0円		
ミ	ひこばえ砧	調理の後会食・お茶・おしゃべり・小物づくり	第1月・第4水	11:30~15:30	700円		
ミ	おとこの台所・砧	料理及び会食	第1土 第2・4火	09:00~14:00	500円		
サ	歌『麗の会』	音楽活動、会食、健康体操	毎週木	11:00~15:00	200円		
自	助産師広場マンデー	安産ヨガ、赤ちゃんとのあそび・手遊びなど	原則 第2月曜日	10:00~12:00	500円		タガヤセ大蔵デイ
自	元気はつらつ・ おもり体操の会	おもりを使った体操	毎週月曜日	13:00~14:00	初回500円 以降1回300円		法人格砧町自治会 事務所
自	みどりの会	お話、製作（簡単な裁縫等）	第1火曜日	13:00~16:00	100円		大蔵氷川神社 社務所
高	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。 光寿会：03-3416-1080(歌代) 岡本寿会：03-3700-6254(両角) 大蔵福寿会：090-4838-6745(増淵)				大蔵地区会館
高	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					岡本地区会館

※新型コロナウイルス感染症予防のため、活動を休止している場合がございます。

見学ご希望の方は事前にご連絡下さい。

問合せ先：社会福祉協議会 砧地区事務局 TEL/080-9418-7736 FAX/03-4330-1226