

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	①祖師谷区民集会所MAP ②公社祖師谷住宅 ①・⑤ 公社祖師谷住宅MAP①	①祖師谷4-1-23 ②祖師谷2-5-19	ほうの会	5月 活動休	第1~4月	13:30~15:00	
			ことば会	言葉の発声練習、お話会、歌ほか	第1・4日	13:00~15:00	
			七夕会	健康体操・リズムダンス・会食	毎週火	14:00~15:30	
			公社けやき運動サロン	健康体操・茶話会	第2・4水	10:00~11:30	
			学び舎 折り紙の会	折り紙・おしゃべり	第1土	13:30~15:30	
			自主グループ				
サロン	 祖師谷支えあいルームMAP② 	祖師谷3-21-1	スターダスト	お茶とおしゃべりとパソコン	第1・3・5月	13:00~15:00	
			桔梗会	講話会、食	5月 活動休	第3火	10:00~12:00
			成城トリム	体操、フォークダンス、おしゃべり	毎週土	09:30~12:00	
			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	10:00~11:30	
			Fresh成城Seven	パソコンを通じて、高齢者の親睦・時には散策	第1・3月	13:30~15:30	
			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	13:00~16:00	
			たつみいろりの会	認知症予防活動(旅行・パソコン)	毎週火	10:00~12:00	
			砧貯筋友の会	軽い体操とコミュニケーション	第1・3水	10:00~12:00	
			アップル	健康体操	毎週金	14:00~16:00	
			サロンバンド・バンド	歌、楽器演奏、おしゃべり、お茶	第1・2・4木	13:00~16:00	
			祖師谷童謡の会	童謡、唱歌を歌う・体操 (入会費500円)	第1水	13:00~15:30	
			砧一本針の会	編み物・お茶	5月 活動休	毎週金	13:30~16:00
			成城元気会	健康体操、お茶とコミュニケーション	第2・4木	14:00~16:00	
			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じたコミュニケーション活動と情報交換	第3日	13:30~16:00	
			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・5月	09:00~12:00	
			もみじ会	健康体操、懇親会、ウォーキング	第2・4水	09:00~12:00	
			成城パセリ	健康体操、茶話会、ウォーキング	第1・2・5金	09:30~12:00	

活動場所別 団体一欄 ※場所は裏面のMAPをご参照ください。

サロン	祖師谷支えあいルームMAP②	祖師谷3-21-1	成城カトレア	健康体操、茶話会、ウォーキングストレッチ	毎週木	10:00~11:30			
			成城スクエアダンスクラブ	スクエアダンス、茶話会	第2・4火	13:00~16:30			
			四季倶楽部	旅についての話し合い	第3水	10:00~12:00			
			成城花水木	コントラクトブリッジ、茶話会	第2・4・5月	10:30~16:30			
			遊楽の会	カラオケ、ト	5月 活動休止	毎週木	13:00~15:30		
子育てサロン			はぐ・はぐ	助産師によるママの交流など	5月 活動休止	偶数月の第1月	10:00~11:30		
サロン	祖師谷地区会館MAP③	祖師谷3-30-30	ジョイフル	健康体操	第1・3金	12:30~14:30			
			あかね短歌会	短歌とおしゃべり	第1・4金	13:00~16:00			
サロン	個人宅MAP④	祖師谷4	月よう会	雑談、朗読、ビデオ、歌など	毎週月	14:00~16:30			
サロン	祖師谷区民集会所MAP⑤ 	祖師谷4-1-23	木綿の会	朗読と親睦	第2・4水	10:00~12:00			
			さわやか会	卓球・おしゃべり	毎週水	13:00~17:00			
			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	12:30~14:30			
			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	13:30~16:00			
			なかよし会	健康体操、	5月 活動休止	第2・4水	13:00~17:00		
			にこにこクラブ	0~3歳児くらいまでの親子の茶話会	第4木	10:00~12:00			
			元気の会	健康体操	①第1・3月 ②第2・4月	①10:00~11:30 ②13:15~14:45			
			高齢者福祉会	朗読会・映	5月 活動休止	月1回	11:00~16:00		
			サロン	都営千歳台1丁目アパート集会所MAP⑦	千歳台1-10	千歳千草会	ストレッチ運動、リズム体操、会話等	毎週月	09:45~11:45
			子育てサロン			おおきくなあれ	室内遊び・外遊び・おしゃべり・絵本の読み聞かせ	第2金	10:00~13:00
サロン	千歳ゴルフセンターMAP⑥	千歳台2-1-1	桐の会	健康体操	5月 活動休止	毎週火	09:30~10:30		
自主グループ	祖師谷住宅集会所MAP⑧	祖師谷4-28	つばさの会	健康体操	第1・3水	13:30~15:00			
高齢者クラブ	ソナーレ祖師ヶ谷大蔵(主会場)MAP⑨	祖師谷3-26-3	ともにあゆむ会	演奏会・落語会・講演会・食事会など	月1回	月により異なります			

新型コロナウイルス感染症拡大・緊急事態宣言の発令に伴い、施設の休館や活動を休止している団体があります。事前にお問い合わせください。