

活動場所別 団体一欄 ※場所は裏面のMAPをご参照ください。

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	①祖師谷4-1-23 ②祖師谷2-5-19	ほうの会	軽体操	第1~4月	13:30~15:00
	 	祖師谷 2-5-19	ことば会	言葉の発声練習、お話し、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	10:00~11:00	
スターダスト (休会中)			お茶とおしゃべりとパソコン	第1・3・5月	13:00~15:00	
成城トリム			体操、フォークダンス、おしゃべり	第1・3・4土	10:00~12:00	
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	14:00~15:30	
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	
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	毎週金 (月4回)	09:30~12:00	
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			

サロン		祖師谷 3-21-1	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	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
子育て サロン		祖師谷 3-21-1	遊楽の会	カラオケ、トーク	毎週木	13:00~15:30
			はぐ・はぐ (休会中)	助産師による育児相談・赤ちゃんとの手遊び、ママの交流など	偶数月の第1月	10:00~11:30
サロン		祖師谷 3-30-30	ジョイフル	健康体操	第1・3金	12:30~14:30
サロン		祖師谷 3-30-30	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		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 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
ミニデイ		祖師谷 4-1-23	なかよし会	健康体操、手仕事、歌	第2・4水	13:00~17:00
子育て サロン			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
自主 グループ			高齢者福祉会	朗読会・映画会	月1回	11:00~16:00
サロン			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		千歳台 1-10	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金	10:00~13:00
サロン		千歳台 2-1-1	桐の会	健康体操	毎週火	09:30~10:30
自主 グループ		祖師谷 4-28	つばさの会	健康体操	第1・3水	13:30~15:00
			さくら会	世田谷いきいき体操	毎週金	14:00~15:00
高齢者 クラブ		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防止に伴い、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。