【北部ブロック】

No.	名称	活動内容	活動場所 （町名）	活動日 活動時間	参加条件	参加費	備考	募集状況	問い合わせ先
1	いこう！ふれあいサロン	体操、ゲーム、懇談、お茶のみ	竹の塚ハイツ集会所 （伊興1丁目）	主に第3月曜 14:00~16:00	誰でも	無料		募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
2	サザンカの会	ウォーキング（舎人公園・西新井大師など）	伊興地域学習センター （伊興2丁目）近辺	第2･4金曜 13:00~14:30	誰でも	無料	おしゃべりしながら楽しく約5～6キロ歩きます。初参加の方も大歓迎。伊興地域学習センター1階入口集合・解散。雨天中止。	募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
3	手編みサークル	編み物	地域包括支援センター伊興 （伊興3丁目）	第2火曜 13:30~15:30	募集していない	無料	毛糸、編み物道具各自持参	休止中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
4	あんしん会	茶話、月ごとのイベント、塗り絵、俳句、体操など	東伊興住区センター分館（生活館） （東伊興3丁目）	第1水曜 10:30~12:00	誰でも	150円/回	東伊興町会の方大歓迎。近隣公園でお花見など季節ごとのイベントもしています。	募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
5	ふくちゃん	歌	東伊興住区センター分館（生活館） （東伊興3丁目）	第3･4水曜 10:00~11:45	誰でも	500円/半年		募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
6	スケット★伊光	ノルディックウォーク	アダチ・ニュー・スポーツ （東伊興1丁目）	第2･4木曜 13:30~14:40 程度	誰でも	100円/回	2本のポールを持って東伊興周辺を1時間程度歩きます。雨天時は集合場所で体操教室をやります。	募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
7	コスモスの会	おしゃべり	代表者宅 （西伊興2丁目）	第1土曜 13:30~15:30	誰でも	100円/回		募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
8	寿クラブサロン	おしゃべり、体操、交流	伊興北町会館 （西伊興4丁目）	第4日曜 13:00~15:00	誰でも	無料		募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
9	みんなのおうち	おしゃべり、紙芝居、多世代交流など	伊興町第二アパート第二集会所 （西竹の塚1丁目）	第2･4火曜 10:00~12:00	誰でも	無料	赤ちゃんからお年寄りまでみんなで楽しく過ごしましょう（高齢者の参加者募集中）	募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
10	おしゃべり広場	おしゃべり、製作、歌など	おじゃんせ（集会室） （西竹の塚1丁目）	第1木曜 13:00~15:00	誰でも	無料		募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280
11	歌声サロン	童謡、昭和歌謡を一緒に歌う	ティールームワンワンズ （西竹の塚2丁目）	第3火曜 15:00~16:30	誰でも	500円/回	普段はドラッカフェを営業。サロンにはアコーディオン演奏者、声楽の先生も来てくれます。障害のある方もどうぞいらして下さい	募集中	地域包括支援センター伊興 03-5837-1280

12	花畑クラブ	①ゲートボール ②グランドゴルフ	毛長川公園 （花畑5丁目）	月~土曜 9:00~11:00	誰でも	無料	10名で活動中。月･水･金はグランドゴルフ。火･木･土はゲートボール。男女ともに参加しやすい雰囲気です。	募集中	地域包括支援センターはなはた 03-3883-0048
13	モルック桜花	モルック	花畑公園（花畑5丁目） 7~9月は桜花亭（花畑4丁目）	第1･3火曜 10:00~11:30	誰でも	100円/回	7月~9月の期間は熱さ対策の為、花畑公園から桜花亭に場所と曜日が変わります。	応相談	地域包括支援センターはなはた 03-3883-0048
14	サロンおおとり	おしゃべり、将棋、トランプなど	鷲宿会館 （花畑6丁目）	第2水曜 13:00~16:00	誰でも	無料	茶話会、折り紙などの軽作業、季節の行事を行っています。通りがかりでの参加歓迎。	募集中	地域包括支援センターはなはた 03-3883-0048
15	平一くつろぎサロン	お食事会、体操など	平野1丁目団地集会所 （平野1丁目）	第4木曜 12:00~14:00	誰でも	300円/回	町会・自治会不問です。2週間前までに事前申し込み必要です。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
16	足立すこやか雀スクール	麻雀	特別養護老人ホームピオーネ足立 （平野1丁目）	第1･3土曜 13:00~15:00	麻雀初心者、未経験者	200円/回	麻雀をやってみたい方、初心者が学生さんから健康麻雀を学び楽しむ場です	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
17	まんまのおかって	食事作り、共食	特別養護老人ホームピオーネ足立 （平野1丁目）	第2土曜 11:00~15:00	誰でも	大人700円･子供300円	おむすびやお味噌汁をみんなで作ってみんなで食べます。流しそうめんなど季節に応じたイベント食もあります。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
18	平野ラジオ体操同好会	ラジオ体操・ 筋力トレーニング	平野住区センター中庭 （平野2丁目）	毎日 （1/1~1/3以外）	誰でも	ラジオ電池代99円/年	雨天中止	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
19	東栗原団地ポールウォーキング	ポールウォーキングで街歩き	都営東栗原アパート第一集会所（一ツ家2丁目）から近隣地域	毎週火曜 9:00~10:00	誰でも	無料	ポールはグループで購入したものを使えます。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
20	ワイワイクラブ	おしゃべり・お茶・レクリエーション	一ツ家2丁目アパート集会所 （一ツ家2丁目）	第1土曜 13:00~16:00	誰でも	無料	自治会からお茶代を支出するため、自治会外の方は低額有料です。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
21	さくら会	ポールウォーキング	一ツ家第一公園 （一ツ家4丁目）	毎週水曜 9:30~10:30	誰でも	無料	ポール購入をお勧めしますが、地域包括支援センター一ツ家から借りることもできます。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
22	自主ポールウォーキング	ポールウォーキング	一ツ家第一公園 （一ツ家4丁目）	毎週木曜 10:00~11:00	誰でも	無料	ポールは地域包括支援センター一ツ家から借りることができます。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
23	金曜ポール	ポールウォーキング	一ツ家第一公園 （一ツ家4丁目）	毎週金曜 10:00~11:00	なし	無料	ポールは地域包括支援センター一ツ家から借りることができます。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300

24	とらの会	ポールウォーキングとDVD体操	第2週:一ツ家第一公園 第4週:保塚住区センター ※備考欄参照	第2･4金曜 13:30~14:30	誰でも	年約 1,000円	住区センター使用料のみかかります。ポールはレンタル可。※ 一ツ家第一公園（一ツ家4丁目）、保塚住区センター（保塚町7丁目）	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
25	常楽	①テレビ体操、②ポールウォーキング、筋トレ	備考欄参照	備考欄参照	なし	無料	①そんぽの家S足立保塚（保塚町4丁目）第1月曜14:00~15:00/②一ツ家第一公園（一ツ家4丁目）第3水曜10:00~11:00	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
26	七夕会	DVD体操、おしゃべり	そんぽの家S足立保塚 （保塚町4丁目）	第3金曜 10:00~11:00	誰でも	無料	サービス付き高齢者住宅の食堂でDVD体操やおしゃべりをしています。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
27	保塚さわやかサロン	講師による健康体操、折り紙など	保塚住区センター （保塚町7丁目）	第4月曜 13:30~15:30	誰でも	700円/回		募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
28	友愛クラブ六三	①輪投げ②グランドゴルフ③絵手紙	六町三丁目町会々館 （六町3丁目）	備考欄参照	誰でも （特に近隣の方歓迎）	1,200円/年（入会費）	活動日は①毎週土曜13:00~15:30②毎週火曜9:30~③第2･4木曜10:00~12:00。③は負担別途あり。クラブに入会し参加日を選べます。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
29	ろくまる見守りウォーキング	地域見守りウォーキング	六町駅前安全安心ステーション「ろくまる」（六町4丁目）	毎週水曜 17:00~18:00	誰でも	無料	夕焼けチャイムに合わせて1時間程度、六町駅周辺を見守りしながらごみ拾いします。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
30	三峰会ラジオ体操	ラジオ体操	堺田公園 （南花畑1丁目）	備考欄参照	誰でも	無料	町会・自治会不問です。 7月~10月　6:30~6:45 11月~6月　7:30~7:45（日･祝･雨天除く）	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
31	あゆみ	体操	堺田町会会館 （南花畑1丁目）	毎週火曜 10:00~11:00	誰でも	1,000円/月	講師と一緒に筋トレやストレッチを行います。地域、性別関わらずどなたでも参加できます。見学も歓迎します。	応相談	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
32	ふれあいサロン　マハロ	歌、おしゃべり、健康体操、脳トレなど	サウンドハウスマハロ （南花畑1丁目）	第2金曜 14:00~16:00	誰でも	200円/回		募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
33	花三クラブ	①グランドゴルフ②卓球	南花畑4丁目アパート自治会館 （南花畑4丁目）	備考欄参照	誰でも	備考欄参照	活動日は①毎週月･木曜8:00~10:00②毎週水曜8:30~11:30。参加費は①100円/月②無料。 クラブ入会金は2400円/年。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
34	なかよし会	ウォーキング	吉右衛門堀公園 （東保木間1丁目）	毎週水曜 9:00~10:00	誰でも	無料	集合の保塚公園から吉右衛門堀公園に向かって歩き、吉右衛門堀公園でもウォーキングしています。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300
35	あおぞら会	ウォーキング	総合スポーツセンター （東保木間2丁目）	第3金曜 13:00~14:00	誰でも	無料	スポーツセンターのコースをウォーキングしています。	募集中	地域包括支援センター一ツ家 03-3850-0300

36	はつらつクラブ	お食事会	飲食店等	第1月曜 午後	誰でも	無料（備考欄参照）	飲食代等は自己負担。会の度に食事場所・時間は変更となる。回の際に次回の詳細も決める。	募集中	地域包括支援センターーツ家 03-3850-0300
37	スマイルアップ	ウォーキング	公園やスポーツセンター等	第1･3火曜 13:30~14:30	誰でも	無料	スポーツセンターから生物園等までウォーキングすることが多い。イベントがあると活動場所が変更になることもある。	応相談	地域包括支援センターーツ家 03-3850-0300
38	もみじ会	散策、ウォーキング	都内の公園や名所	第2月曜 10:00~12:00	誰でも	無料	交通費や入園料は各自負担。	募集中	地域包括支援センターーツ家 03-3850-0300
39	モルックさくら	モルック	西保木間二丁目第二アパート内公園 （西保木間2丁目）	第2･4金曜 14:00~15:00	誰でも	無料	公園内でモルックを楽しむ。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
40	色彩ぎょたく教室	四季折々の物を色付けします	講師宅 （西保木間3丁目）	毎月第3土曜 15:00~	誰でも	500円/回	日本絵の具を使い、色彩豊かに植物などを色付けます。魚拓のイメージとは違うかも知れません。終了時刻はご自身のペースで。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
41	保木間ソバ打ちの会	皆で蕎麦を打ち、皆で食べ、皆で楽しくお喋りする	西保木間第三地区第五住宅会 （西保木間3丁目）	2か月に1回の土曜午前、不定期開催	地域住民（誰でも）	食材費として一回千円程度	参加者多数の場合は体験できないことあり。見学可能（要参加費）。蕎麦打ちを教える人がいないため、皆で知恵を出し合い運営。	応相談	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
42	モルック毛長川	地域親睦と健康増進	西保木間住宅供給公社公園 （西保木間4丁目）	第1･3火曜 14:00~15:30	誰でも	50円/回	公園内でモルックを楽しむ。 7月～9月の開催時間は15:30~16:30。 雨天時は公社の集会室で活動。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
43	サロン公社	手芸、脳トレ、交流、畑の収穫（6･10月頃）	公社西保木間住宅集会所 （西保木間4丁目）	第3水曜 13:00~16:00	誰でも	150円/回		募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
44	笑美会（ほほえみ会）	体操、ゲーム、散策	悠々会館 （西保木間4丁目）	第2･4木曜 9:50~12:00	誰でも	無料	悠々会館を利用して、モルックを行ったり、シルバーパスを利用したバス散策等を行ったりしています。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
45	悠友会	運動、ゲーム、脳トレ	悠々会館 （西保木間4丁目）	毎週木曜 10:00~11:30	誰でも	100円/月	みんなの意見を聞きながら活動内容を決め、楽しく行います。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
46	うたごえぽっぽ	歌唱	ハートぽっぽ （保木間1丁目）	第4火曜 15:00~16:00	誰でも	300円/年	ピアノの演奏に合わせて、皆で楽しく昔の歌や季節の歌を歌います。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
47	四つ葉会	歓談･ウォーキング	足立区生物園 （保木間2丁目）など	第2水曜	誰でも	無料	園内で歓談やウォーキングを行っています。	休止中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965

48	渕江げんきかーい	ウォーキング	元渕江公園 （保木間2丁目）	毎週木曜 14:30~15:30	誰でも	無料	夏季（7月~9月）の活動時間は15:30~16:30。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
49	舞リハビリ体操	体操	カーサ･ラ･ヴィーダ保木間1階 （保木間5丁目）	第4月曜 13:30~14:30	誰でも	無料	日本舞踊の動きを軸に扇子や手拭いを使いながら踊ります。（上履き、飲み物を持参）	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
50	ドレミの会	歌、合唱、唱歌	足立老人ケアセンター地下1階 （保木間5丁目）	第4水曜日 13:30~14:30	誰でも	100円	生演奏に合わせて、皆で楽しく昔の歌や季節の歌を合唱します。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
51	和楽会	おしゃべりや生活の中での近況報告	花畑地域学習センター第二学習室 （花畑4丁目）	第2土曜 13:00~15:00	誰でも	無料	おしゃべりの場ですので、気軽に参加出来ます。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
52	毛長川歩こう会	ウォーキング	毛長川流域	第2･4火曜 14:00~15:00	誰でも	無料	四季折々に自然を鑑賞しながら、楽しくおしゃべりしながら歩きます。7~9月は活動時間が15:00～16:00になります。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
53	元気！！ひまわり会	大人の散歩	主に足立区内	第3木曜 11:00~	誰でも	実費	竹ノ塚駅待ち合わせ。皆で行き先を決め、電車やバスで散策に出かけます。往復2時間以内の場所（主に都内）へ遠出することも。	募集中	地域包括支援センター保木間 03-3859-3965
54	ボイスジューン	カラオケ	ご自宅 （六月3丁目）	第3水曜 14:00~15:00	誰でも	100円/回	個人宅のバーカウンターがあるお部屋でカラオケを楽しむ会です。	募集中	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
55	竹の塚モルック	モルック	竹の塚第七公園 （竹の塚１丁目）	第1･3火曜 13:30~14:30	誰でも	無料	雨天や高温が予想される場合は、前日にリーダーから中止の連絡をします。男女ともに参加しやすく、通りがかりの方も大歓迎です。	募集中	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
56	コスモス	ウォーキング、茶話会	竹の塚地域学習センター等 （竹の塚２丁目）	第3火曜 10:00~11:00	誰でも	無料	雨天時ウォーキングは中止です。 食事会は決行します。気軽に参加出来ます。	応相談	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
57	太極拳・藍	太極拳	竹の塚地域学習センター （竹の塚2丁目）	毎週水曜 13:00~15:00	経験者	3000円/月	入会2000円が必須です。少しでも経験のある方を募集しています。12時20分頃から会場の準備をしています。	応相談	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
58	フラワーシー	フラワーアレンジメント	竹の塚地域学習センター （竹の塚2丁目）	毎週水曜･木曜 10:00~12:00	誰でも	備考欄	初回体験は2850円です。その後は単発4200円、年間会員2500円。明るい雰囲気で、初心者でも先生に聞きながら実施できます。	募集中	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
59	バンブー・エコー	コーラス	竹の塚地域学習センター （竹の塚2丁目）	毎週木曜 9:50~12:00	誰でも	5,000円/月	40代～80代の女性が参加しています。指揮者協会の先生が、高度な技術も分かりやすく説明してくださる伝統のある合唱団です。	募集中	地域包括支援センター六月 03-5242-0302

60	手あみサークル一実会	手芸	竹の塚地域学習センター （竹の塚2丁目）	第2･4木曜 13:00~15:00	誰でも	2000円/月	女性の参加者がほとんどで、アットホームな雰囲気です。	応相談	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
61	ハプニング	催しものに参加	竹の塚地域学習センター等 （竹の塚2丁目）	行事に応じて	誰でも	無料	竹の塚地域学習センター等の行事のチラシをリーダーがメンバーに配布。その中から参加希望の行事を検討して参加しています。	募集中	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
62	チームひまわり	体操、催し物	竹の塚地域学習センター等 （竹の塚2丁目）	行事に応じて	誰でも	無料	メンバーが順番にリーダーを担当。リーダーにより参加する行事が異なります。ほとんど体操を中心とした活動をしています。	応相談	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
63	コスモス会	ウォーキング・パークで筋トレ	保木間公園 （竹の塚3丁目）	第2･4月曜 9:00~11:00	誰でも	無料	竹の塚地域学習センター（竹の塚2丁目）に集合。保木間公園まで歩き、パークで筋トレ参加後茶話会やカラオケをしています。	募集中	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
64	竹の塚ラジオ体操会	ラジオ体操	竹の塚第一公園 （竹の塚6丁目）	毎週火曜~金曜 6:30~7:00	誰でも	無料	雨天時は中止です。気軽に参加出来ます。	応相談	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
65	けやきの会	催し物	行先によって異なる	第1火曜 10:00~12:00	誰でも	無料	シルバーパスを利用して女子旅をするグループです。行先はメンバー全員で話し合い決めていきます。	募集中	地域包括支援センター六月 03-5242-0302
66	秋桜（コスモス）会	茶話会･ウォーキング･はつらつ測定会	行先によって異なる	はつらつ測定会開催日	誰でも	無料	高齢者7名のグループです。メンバーには男性もいらっしゃいます。あだち脳活ラボを活用しながら活動しています。	応相談	地域包括支援センター六月 03-5242-0302