

【東部ブロック】

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	むつみ会	おしゃべり・脳トレなど・地域のささえあいづくり	①加平住区センター ②ぶらちなくらぶ (①②とも加平1丁目)	月1回不定期 13:00~15:00	誰でも	100円/回		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
2	駄菓子屋かしづき	駄菓子屋を活用した子どもの居場所	ぶらちなくらぶ2階 (加平1丁目)	第2・4水曜 14:30~17:30	誰でも	無料	年齢を問わずどなたでも気軽にお越しください。顔見知りが増え、安心できる地域づくりを目指しています。	募集中	地域包括支援センター さの 03-5682-0157
3	松倉サロン	茶話会・趣味活動	個人宅の庭 (神明3丁目)	毎日 10:00~11:30 (雨天中止)	誰でも	無料	メンバーは全員男性で、盆栽や競馬等共通の趣味の話を楽しんでいます。楽しくお話したい方大歓迎です(性別不問)。	募集中	地域包括支援センター さの 03-5682-0157
4	ゆったりグループ	ウォーキング・食事会	神明住区センター (神明南2丁目)	第1木曜 10:00~	包括へ相談	無料	ウォーキング・食事会を中心に活動しています。野菜の収穫(季節による)や屋内での体操教室をすることもあります。	応相談	地域包括支援センター さの 03-5682-0157
5	ワンニャンクラブ	ウォーキング・食事会	神明住区センター (神明南2丁目)	毎週木曜 10:00~11:30	包括へ相談	無料	定期的にウォーキングを実施。	募集中	地域包括支援センター さの 03-5682-0157
6	サロン「友&友」	おしゃべり・折り紙・体操・唱歌・ガーデニング	グリーンパーク新綾瀬 集会室 (辰沼2丁目)	第3木曜 13:30~15:30	誰でも	100円/回		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
7	サロンきずな	らくらく体操・おしゃべり・歌・輪投げ・ゲームなど	六木団地自治会第1集会 所 (六木1丁目)	第3日曜 13:00~16:00	誰でも	無料		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
8	六木三丁目ラジオ体操会	ラジオ体操、懇親会 (年2回)	六木諏訪神社 (六木3丁目)	4月から11月の 月~金曜 6:30~6:40	誰でも	無料	夏休みは近くの小学校の生徒さんも参加しています。顔見知りを増やして楽しく運動しています。どなたでもご参加ください。	募集中	地域包括支援センター さの 03-5682-0157
9	ひまわり	体操・太極拳・交流	佐野地域学習センター (佐野2丁目)	毎週月曜 10:00~11:40	誰でも	無料		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127

10	ハッピーの会	体操交流	佐野地域学習センター (佐野2丁目)	毎週月曜 10:00~12:00	誰でも	無料		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
11	さのすこやかくらぶ	健康体操など	訪問看護ステーション 樹2階 (佐野2丁目)	毎週月曜 10:30~12:30	誰でも	100円/回		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
12	パンジーズ	ウォーキング・食事会	佐野地域学習センター (佐野2丁目)	第2・4月曜 13:30~14:30	包括へ相談	無料	佐野地域学習センターを中心に、季節の散策・ウォーキングなどを実施。	募集中	地域包括支援センター さの 03-5682-0157
13	スマイルグループ	ウォーキング・食事会	佐野地域学習センター (佐野2丁目)	第1・3金曜 10:30~11:30	包括へ相談	無料	定期的に散策・ウォーキングを実施。	募集中	地域包括支援センター さの 03-5682-0157
14	佐野家族会こえた	認知症の方を介護する 家族同士の交流会、勉強会	ゆうあいらんど・さの (佐野2丁目)	第3土曜 13:30~15:30	包括へ相談	無料	現在介護されている方、介護経験者、専門職等毎回10名程参加しています。関心のある方はホウカツまでお問合せください。	募集中	地域包括支援センター さの 03-5682-0157
15	さわやかサロン	英語の学習を通じた交流	足立区勤労福祉会館 (綾瀬1丁目)	第1・3・5水曜 10:00~12:00	誰でも	無料		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
16	花鳥サロン	英語の学習を通じた交流	足立区勤労福祉会館 (綾瀬1丁目)	第1・3・5月曜 10:00~12:00	誰でも	無料		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
17	風月サロン	英語の学習を通じた交流	足立区勤労福祉会館 (綾瀬1丁目)	第2・4月曜 10:00~12:00	誰でも	無料		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
18	綾瀬サロン	英語の学習を通じた交流	足立区勤労福祉会館 (綾瀬1丁目)	第2・4水曜 10:00~12:00	誰でも	無料		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
19	綾瀬サロンほっとミックス	おしゃべり・健康体操・歌・セミナーなど	レックスハイツ綾瀬ステーションタワー1階集会室（綾瀬4丁目）	第3木曜 10:00~12:00	誰でも	無料		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
20	オリーブクラブ	歌いながら行うラジオ体操・初級太極拳	下の公園 (綾瀬7丁目)	毎週水曜 10:00~11:00	誰でも	無料	雨天・荒天中止	募集中	地域包括支援センター 東和 03-5613-1200

21	おさんぽサロン	多世代で集まって運動 やおしゃべりなど	介護予防型リハビリ 「さんぽ道」 (谷中3丁目)	第3土曜 13:30~15:00	誰でも	150円/回		募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
22	東一シニアたいそう教室	地域交流・見守り・介護 予防運動・認知症予防 運動	北三谷小学校 (東和1丁目)	第4土曜 10:00~11:00	誰でも	無料	上履きと水分は持参要	募集中	地域包括支援センター 東和 03-5613-1200
23	よつ葉サロン	健康麻雀	①東和住区センター ②佐野地域学習センター	備考欄参照	誰でも	500円/半年	活動場所は①東和3丁目/②佐野2丁目。 活動日・活動時間は①第1・2・4木曜 10:30~15:30/②第1・3金曜 9:00~17:00。	応相談	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
24	3人でスタート	ウォーキング	中川公園・土手など (中川1~5丁目)	第2・4水曜 14:00~16:00	誰でも	無料	中川公園や亀有周辺で集合し近辺のウォー キングコースを歩いたり、たまに遠出をしてい ます。	休止中	地域包括支援センター 中川 03-3605-4985
25	気功を楽しむ会	気功など	UR大谷田1丁目団地集 会室 (大谷田1丁目)	第2・4月曜 10:00~11:30	誰でも	無料	気功「練功18方法」に取り組んでいる他、健 康に役立つ体操や知識を持ち寄り、参加者が やりたいことを柔軟に取り入れています。	応相談	地域包括支援センター 中川 03-3605-4985
26	笑顔のひろば	おしゃべりやオセロ・ 将棋・催しなど	UR大谷田一丁目団地 2号棟1階5号室 (大谷田1丁目)	毎週 火曜・金曜 9:30~15:00	誰でも 近隣住民の 方	無料	行政・福祉団体等との連携、地域コミュニ ティ活動、高齢者のふれあい・見守り活動、 子育て世帯の支援。	募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
27	みんなのひみつきち	子どもの居場所・多世 代交流	UR大谷田一丁目団地集 会所 (大谷田1丁目)	主に水曜	誰でも	無料	活動時間は13:30~夕焼け放送まで。たまに土 日祝日に開催することもあります。子どもは 小学生が多め。	募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
28	大谷田ラジオ体操の会	ラジオ体操・歌謡体操	UR大谷田一丁目団地 2号棟前広場 (大谷田1丁目)	月~土曜 9:00~9:30頃	誰でも	無料	見学・参加希望の方は直接お越しください (連絡不要)。	募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
29	さくら会	体操・歌・おしゃべ り・工作・食事(持ち 帰り)	五反野コミュニティセ ンター (西綾瀬2丁目)	第2・4水曜 11:00~11:45	誰でも	400円/回	参加費400円はお弁当代です。	募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127
30	HOSHIIMO GYM	トレーニングマシンを 使った運動	西綾瀬在宅サービスセ ンター (西綾瀬3丁目)	月曜・水曜・ 金曜 17:00~18:00	介護サービ ス利用して いない人	無料	参加者それぞれのペースで運動します。少人 数募集中。祝日はお休みです。	募集中	地域包括支援センター 西綾瀬 03-5681-7650
31	にこにこファミリー	掃除をしながら地域の みなさんに挨拶と見守 り	弘道中央公園周辺 (弘道2丁目)	第2水曜 8:00~9:00	誰でも	無料	弘道中央公園集合。地域のつながりづくりを 目指し、近隣の小中学校の登校時間に合わせ て活動しています。	募集中	基幹地域包括支援センター 03-6807-2127