

# 比治山学区ふれあいきいきサロンのご紹介

## サロン

《いいき活動ポイント対象です！》

### 霞東友友館

日時：毎月第3（木）  
13:30～15:00  
場所：霞東集会所  
内容：健康体操  
茶話会  
出前講座  
問合せ：252-0421  
（川崎）

### ふれあいサロン

日時：毎月第1（木）  
13:00～15:00  
場所：霞西集会所  
内容：転倒予防体操 出前講座  
健康一口メモ など  
※自治会会員以外は、  
別途参加費をいただきます  
問合せ：255-3895（小松）  
254-7643（殿内）  
254-3929（谷川）

### 段原日出クラブ

日時：毎月第2・4（火）  
10:00～11:00  
場所：比治山会館  
内容：いいき百歳体操  
カラオケ（月1回）  
生け花（年1回）  
問合せ：  
070-5300-8784  
（木村）

### ふれあいサロン段原山崎

日時：毎週（月）  
（不定期で（金）のことあり）  
9:00～11:00  
場所：段原山崎集会所  
段原公民館  
内容：いいき百歳体操  
かみかみ百歳体操  
しゃきしゃき百歳体操  
問合せ：281-9187（木村）

### いいきサロン若葉

日時：毎月第1・2（金）  
10:00～12:00  
場所：上東雲集会所  
内容：茶話会  
健康増進  
問合せ：288-8603  
（山中）

### ハッピーサロン かみしのため

日時：毎月第4（火）  
13:30～15:30  
場所：上東雲集会所  
内容：グラウンドゴルフ  
健康体操 手芸  
脳活性化トレーニング  
ゲーム 茶話会  
問合せ：286-4500  
（藤田）

### かみしのため いいき体操クラブ

日時：毎週（木）  
10:00～11:00  
場所：上東雲集会所  
内容：いいき百歳体操  
かみかみ百歳体操※  
（※毎月最終週）  
問合せ：288-8603  
（山中）

### 東雲本町一丁目 いいきクラブ

日時：①毎週（月）  
13:00～14:00  
②毎月第2（月）  
14:00～15:00  
場所：東雲本町会館  
内容：①いいき百歳体操  
②手芸 ダンス 茶話会  
問合せ：283-3259（水元）

### 男のサロンインナー

日時：毎月第3（金）  
14:00～16:00  
場所：東雲本町会館  
内容：健康体操 情報交換  
談笑 カラオケ  
畑仕事 など  
問合せ：285-7350  
（黒瀬）

### みんなの 元気アップ教室

日時：奇数月第3（水）  
10:00～13:00  
場所：東雲本町会館  
内容：健康講座  
健康体操  
問合せ：281-3815  
（幸田）

### 東雲二丁目 健康体操

日時：毎月第2・4（木）  
10:00～11:00  
場所：東雲会館  
内容：健康体操  
いいき百歳体操  
問合せ：287-0336  
（石河内）

### いいき ふれあい教室

日時：毎月  
第1・2・3（金）  
13:00～14:30  
場所：東雲三丁目集会所  
内容：習字（ペン習字）教室  
問合せ：282-2720  
（中村）

### いいき百歳体操 & 料理教室

日時：毎月第1～4（金）  
14:30～15:30  
場所：東雲三丁目集会所  
内容：いいき百歳体操  
料理教室（不定期）  
問合せ：282-2720  
（中村）

### 東雲いいきサロン

日時：毎月第4（金）  
14:00～16:00  
場所：東雲老人福祉センター  
内容：ボール体操 クップ  
健康講座 漫才  
手品 リラックスヨガ  
など  
問合せ：286-7655  
（東雲老人福祉センター）

### 仲よし会

①日時：毎月第1・3（水）  
13:30～14:30  
内容：カラオケ  
②日時：毎月第2（水）  
10:00～15:00  
内容：脳トレ・健康体操  
③日時：毎月第4（水）  
10:30～12:00  
内容：麻雀・お話・  
お楽しみ会  
④日時：毎週（木）  
13:30～14:30  
内容：いいき百歳体操  
場所：東雲1丁目集会所  
問合せ：282-5981  
（宇佐美）

## 子育てサロン

### 育自会

日時：毎月3回（水）  
9:30～12:30  
場所：段原公民館  
内容：造形教室  
問合せ：281-3792（段原公民館）

### こどもひろば

日時：毎月第2・4（木）  
10:30～11:30  
場所：段原公民館児童室  
共催：段原公民館  
内容：乳幼児の親子交流  
絵本読み聞かせ 紙芝居  
問合せ：090-1186-4123（三好）

### 子育て広場 ひじやま

日時：毎月第2（金）  
10:00～11:30  
場所：上東雲集会所  
内容：絵本読み聞かせ リトミック  
親子のふれあい遊び ほか  
問合せ：282-0070（橋本）

## グラウンドゴルフ

《いいき活動ポイント対象です！》

### 段原日出グラウンドゴルフ

日時：毎週（火）（木）（金）  
9:00～10:00  
場所：段原日出第一公園  
※年1回、町内親善大会あり  
問合せ：070-5300-8784  
（木村）

### 段原山崎グラウンドゴルフ同好会

日時：毎週（月）（金）  
8:00～10:00  
場所：段原山崎第2公園  
問合せ：281-9187  
（木村）

### 上東雲町グラウンドゴルフクラブ

日時：毎週（土）  
9:00～12:00  
場所：比治山小学校  
問合せ：288-8603  
（山中）

### 東雲本町グラウンド・ゴルフ同好会

日時：毎週（火）（木）（土）（日）  
7:30～9:30  
※公園清掃・ラジオ体操あり  
場所：東雲本町公園  
問合せ：286-7333（成瀬）

### 東雲1丁目グラウンドゴルフ

日時：毎週（金）  
8:00～10:00  
場所：東雲第一公園  
問合せ：282-5981（宇佐美）

### 東雲二丁目グラウンド・ゴルフクラブ

日時：毎週（水）（土）（日）  
8:00～10:00  
場所：東雲第二公園  
問合せ：283-2600（杉原）

### 東雲三丁目淵崎グラウンドゴルフ

日時：毎週（火）（木）（土）  
12:30～16:00  
場所：淵崎公園  
問合せ：282-7056（大島）