

ふ れ あ い ・ い き い き サ ロ ン 一 覧 表 (H25.6.30)

	サロン名	開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
1	萩の会	谷塚文化センター	毎週月曜 (4回) (祝日は休み)	15~20	月額500円	・カラオケテープを使用して参加者が一緒に同曲を歌う(新曲) ・高齢者の福祉相談等も行っている。 ・時々ことばの発声練習を行う(口形等) PM1:00~4:30 ・各自お茶等は持ってくる。 ・当番制でなく、みんなで用意片づけは行う(体調に合わせて) ・谷塚文化センターの場所が確保できない時は昼食付きで近くでカラオケをおこなっている(会費の中より費用負担)
2	野ばら会 喫茶倶楽部	松原団地C商店街	日・木曜 以外毎日		コーヒー、紅 茶、緑茶 100円	喫茶 各種イベント バザー、歌、懐メロ、落語、フラダンス 他
3	ふれあいいいききサロン ひばり会	南コミュニティセンター	月始め (火/水/木/金) 南コミュニティセ ンターが取れた日	270 委員123	200円	・体操 ・唄 ・大正琴 ・折り紙 ・栄養士さんのお話(保健センター安藤様) ・七夕かざり ・豆まき ・クリスマス会 ・カラオケ ・高砂保育園児ふれあい会 ・栗原委員さんの童話(絵本)
4	ふれあいサロン	六丁目会館	第3日曜	30	無料	その月のイベントとして、作品づくり、お話、カラオケ、食事会等
5	健やかサロン	六丁目会館・であいの森	月1回随時		無料	カラオケ・お手玉・踊り等
6	ワイワイ井戸端会議	瀬崎コミセン	第2火曜 9時~13時	20~25	200円	・季節に応じた料理を持ち回りで作り楽しんでいます。 12月…おもちつき 3月…桃の節句の男性に作ってもらう 4月…お花見 10月…屋外へ など
7	ふれあい健康体操会	氷川コミセン	毎週金曜	60前後	100円	・血圧、体重、体脂肪等の測定 ・準備体操、ラジオ体操第1、第2 ・タオルを使った体操 ・椅子に座っての体操
8	いきいきサロンあじさい	クレール松原内集会所	第1日曜	6~8	無料 材料費等100 円~300円	・敬老会での贈呈品製作 ・季節イベントの作品作り
9	サロン・イン・谷塚	市の公園、町会会館、 ふれあいの里	月~金 毎週	46	100円	・グランドゴルフ、体操…月曜~金曜 毎週 ・卓球…毎日 3時~5時 ふれあいの里 ・ダンス、カラオケ…月2回 町会会館 ・除草、清掃…月1回 公園3ヶ所 ・ごみひろい…毎日 公園3ヶ所
10	いきいきコスモスサロン	原町コミュニティセンター	隔月・第3水曜 年6回	45	無料	・昼食：毎回献立に従いスタッフで調理し、会場設営は参加者の男性などが行ってくれる ・食後：手遊び、折り紙等季節に合わせて ・運動：準備運動、音楽に乗り楽しく体を動かす、布で作ったボール遊び、輪投げ練習、輪投げ対抗(男女混合試合) ・町会祭参加の盆踊りの練習 ・祭参加 ・子ども祭の手伝い ・その他
11	サロンめだか	西町立野会館	第3火曜	20	100円	・健康体操(寝たきり老人にならない) ・体重、血圧の測定 ・近況報告 ・お茶のみ会 ・町会主催の夏の盆踊り大会参加(町会より大奨励)
12	すみれ会	松江北会館	毎月第1・第3月 曜日13時~	8	200円	・音楽に合わせて軽い体操とお茶のみです ・花見時にはお昼のお弁当を買って花見です
13	くすの木	代表者宅	第1水曜か 第2水曜	15~20	500円	朝10時頃より集まり、お茶飲みをしたりして、昼食を食べてから皆で順番にカラオケを歌い3時頃まで遊びます

ふ れ あ い ・ い き い き さ ろ ン 一 覧 表 (H25.6.30)

	サロン名	開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
14	いきいき昼食会	氷川コミュニティセンター	第2木曜	25	500円	食事をしながらの懇談
15	氷川ニコニコクラブ	氷川町内の広場・代表者宅	毎週月・水・金・土 9:00~11:30	84~90	通常の練習は無料	・グランドゴルフの練習(ミニゲーム) ・すこやかクラブ行事への参加
16	宮沼ふれあい会	弁天公園、自宅等他	随時	5~20	手芸200円 食事会500円	ラジオ体操を弁天公園にて8:30~9:00 週3回 13名 H24.4.29 柴又帝釈天(庚申)お参り、矢切りの渡し見学 8名 H24.5.26 スカイツリーをみて川沿いを歩く、浅草寺お詣り 8名 H24.6.12 江戸にて食事会 20名 H24.9.14 東京都庁展望台、古賀博物館見学 7名 H24.10.18 自治会マンション集会室にて軽食をしながら手芸 17名 H24.11.29 八幡コミセンでいきいきサロン会食会、カラオケ 19名 H24.12.19 月島のもんじゃ焼き、築地本願寺お詣り 5名
18	お茶や	新栄町団地集会所	第2木曜	30以上	200円	歌を歌ったり、踊りを見たり、ゲームをしたり、お話をしたりと、楽しい2時間を過ごしています 皆さん、毎月楽しみにしているとの事です
19	親と子の井戸端ひろば	谷塚文化センター	第4火曜	20		
20	サロン・ウエスト	みんなのひろば あきちゃんち	第2・4水曜	親10 未就園児15	1家族 100円	季節の行事を主にして、おひなさまづくり、七夕さま、プールあそび、じゃがいも掘り、ハロウィーンカボチャまつり、イースターデー、さつまいも掘りなど親子でやる近くの貸農園 クリスマスにはお父さんお母さん一緒にサンタのケーキづくりをする あとは、手作りのお弁当とオヤツを持参しておしゃべりしながら情報交換する 近所のおばちゃんがボランティアで絵本の読み聞かせに来てくれます リズムでABCを唄いながら踊ったり、オモチャであそんだり、多い時には親子で30人から集まります
21	サロン松江	松江中央町会会館	第1金曜	13~25	通常は200円 交流会1,000円	・地域の方が講師となつての手作り品 ・折り紙で季節に合った物を折る ・暑気払い、お花見、新年会などの交流会
22	せんちゃまふれあいサロン	せんちゃま保育室2階	第3月曜	16	600円	・手作り料理による昼食会 (現在は16人の内スタッフが8名が3グループに分かれ交代で食事を作っている) ・談話 ・コーラス
23	サロン仲良し	稲荷南会館	第4土曜	14	200円	・手芸…毛糸で編みあげる台所用タワシ ・折り紙…人形をおり台紙に貼る、くず入れを折る ・カラオケ…なるべく大きな声で唄う、発声練習 ・会館まで歩くのがやっとの人が多い為、手足のちょっとした体操をし、お茶のみ、雑談で終わっています。でも、皆さんいきいきして帰りますので活動したかいがあつてよかったのかなと思います。
24	桜会	代表者宅	第2日曜日	15 スタッフ7	500円	佐藤先生にお願いして、食事の前に30分位音楽に合わせて手足を動かす 食事とおしゃべりが主ですから、季節にあわせて作りお出しします ・1月 新年会 ・2月 初午(甘酒・赤飯) ・3月 雛祭り(無料ばもち) ・4月 お花見(おにぎり) ・5月 端午の節句(柏餅) ・6月 あじさい(豆ご飯) ・7月 七夕(枝豆) ・8月 暑気払い(カラオケ) ・9月 敬老会(無料) ・10月 町内祭礼(カレー) ・11月 紅葉(さつま芋ご飯) ・12月 クリスマス、忘年会

ふ れ あ い ・ い き い き さ ろ ン ー 覧 表 (H25.6.30)

	サロン名	開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
25	かるがもクラブ	西町立野会館	第4火曜	7~8 スタッフ6	100円	・パターゴルフ ・わなげ ・唄 ・お手玉 ・椅子に座って出来る体操 ・脳トレーニング ・カルタ取り ・お話(認知症の話、世間話、その他) ・紙芝居 ・包括支援センターの見学(おれおれさぎの話) おやつ季節によって ・お正月…しるこ ・お彼岸…おはぎ ・5月…かしわもち ・秋分…おはぎ ・クリスマス…ケーキ、プレゼント 毎月いろんなおやつがすごく楽しみにしてくれています
26	氷川ラジオ体操の会	氷川コミュニティセンター		33	無料	ラジオ体操・食事会・雑談
27	たけのこサロン	草加市文化会館2F会議室	毎月1回 木曜日	10	年1,000円	・軽度発達障害(AD/HD高機能自閉症、アスペルガー障害、LDとそのグレーゾーン等)を持つ者とその家族の情報交換と居場所作り。 障害の正しい理解と啓発のための学習等を行う。
28	松江ストレッチ・フレンズ	松江第二町会会館	第2・4木曜	13~15	無料	・ラジオ体操・軽いストレッチ ・お茶飲み情報交換
29	吹矢 ふくふくサロン	松江中央町会会館	第1水曜・ 第3木曜	10~13	100円	吹矢式呼吸法: 的に向かって力強く吹く。腹式呼吸がくり返しやっている事で、ほんとうに健康に良いと思えるようになります。皆とあつまってお話したり先生がわかりやすく教えて下さり、的を色々かえておもしろく楽しく過ごす事が出来ます。
30	視覚障がい者 虹の会	アコス会議室	第2土曜 1時~5時	25前後	無料	・視覚障がい者に関する情報交換 ・社会参加に関する案内 ・各人からの情報案内 ・各人の報告 など
31	まめに暮らそう瀬崎	瀬崎コミュニティセンター	第4水曜	18	隔月500円	・軽体操 ・歌唱 ・茶話会
32	サロンもみじ	稲荷会館、 稲荷コミュニティセンター	第3月曜	11	年間1,000円	・対話 ・料理教室 ・リズム体操(キャップバック) ・カラオケ
34	さつき会	西町東部自治会会館	第3月曜	20	100円	・軽体操 ・大正琴 ・合唱 ・お食事会 ・情報交換 ・手芸 等
35	男性料理シニア会	草加市文化会館 調理実習室	第2火曜	27	500円	~生涯現役「ピンピン、コロリ」をめざして~ 毎回ラジオ体操から始まる男性料理、シニア会は会員27名です 調理実習の他、バス旅行、ウォーキング、親睦会、栄養士による健康講話等、健康な生活が送れるような内容を重視して活動しています
36	そよかぜ	稲荷南町会館等	第3土曜	18	200円	・4/21 青柳公園ウォーキング ・5/19 柏餅作り ・6/16 七夕飾り作り ・7/1 有志で七夕飾り付け ・7/21 クレープ作り・ラジオ体操1・2 ・8月休み ・9/15 らくらくあーと作り(手芸) ・10/20 食事会 ・11/17 東京見学会 ・12/15 お楽しみ会(甘酒の作り方を教えてもらう) ・1/19 鍋めし、おしるこを食べる、軽体操 ・2/16 当番の人が草餅を作ってくる、新入会員者紹介2名
37	ひまわりフォークダンスクラブ	新田ミニコミセン	第3土曜	15~20	視覚障がい者のみ 200円	視覚障がい者とボランティアさんが共に音楽に合わせて、ステップやターンをして和気あいあい踊っています
38	お茶の間	金明町会館	第1火曜 10:00~12:00	35	100円	・ハーモニカ演奏に合わせて皆さんで合唱 ・季節にあった行事 等 ・気になる事を見つけて、講師を招きお話していただいています

ふ れ あ い ・ い き い き さ ろ ン ー 覧 表 (H25.6.30)

	サロン名	開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
39	障がい理解のキャラバン隊「南の風」	代表者宅ほか 草加市文化会館フリースペース 谷塚文化センター	第2水曜 (基本) 不確定日	公演時30~40 イベント時20 打合せ時7 (定例会)	無料	①障がい理解の公演活動 H24.8.29 草加市 40名 H24.10.31 越谷市 25名 H25.1.29 足立区 25名 ②障がいに関する勉強、見学、懇談 H24.2.15 特例子会社 あげぼの1, 2, 3〈見学〉 H24.2.17 特例子会社 東部シンフォニア〈見学〉 H25.2.13 特例子会社 ヤマト財団スワンペーカーリー〈見学〉 ③親子レクリエーション開催 H24.5.13 遠足(川口グリーンシティ) H24.12.1 クリスマス会“ハートフルコンサート♪” ④定例会 公演会の内容検討、練習、勉強会への参加(H25 1/23) 懇談(子どもの育ちを見つめ、前進)
40	カラオケ絆	両新田西町笠原木工所	毎週日曜 (都合により休みあり)	10~15	400円	新曲等全て揃わないのでテープの持ち寄りです。また案内に依り新来者も遠くから来ています。
41	しんえいサロン	新栄町会館	第1火曜(祭日の時は翌週)10時~12時まで 1・8月は休み	35~37	100円	・季節の話題 ・だんわ ・踊り、CDなど ・合唱4曲
42	松原ハイいきいきかみやすらぎ	松原ハイツ集会所	第2木曜	30前後	100円	・お茶のみ会(10人程度のグループに分け、おしゃべりをする) ・参加者紹介(今日は誰が来ているのか?) ・介護保険について:地域包括支援センター、草加園の方のお話を聞いて学習 ・新年会 ・月1回役員会を持つ
43	どんぐり	みんなのひろば あきちゃんち	第2・4金曜	13	200円 (2回目より)	毛筆、ペン習字、第2・第4金曜日毎月13:00~15:00 その都度お手本が変わりその日に出来上がったもので良く書けたものを部屋に貼ります。 その後お茶のみ、おやつを食べながら健康に関する話や、お料理の話の話を聞いたり、楽しくやっています。たとえ1~2時間の間でも集中出来るものがある喜んでくれています。 ※初回400円(材料費200円含む) 2回目より200円 会場費、おやつ代
44	高年者のひろばコスモス	みんなのひろば あきちゃんち	第1・3月曜	10	1回200円	・布で小物づくり(古いゆかた、Tシャツ等利用してぞうりづくり、つるしびな、人形等) ・季節のみそづくり ・折り紙 ・カラオケ ・おしゃべり、お茶飲み お茶を飲みながら、手づくりおやつを食べると、自分でつくった作品を持って帰れるのが楽しみだと喜んで遠方より来てくれる方もいらっしゃいます
45	ふれあい・いきいきサロン葉月	氷川草加町会館	第1・3木曜	10~12	100円	・基本的にお茶と菓子で自由におしゃべりをする「お茶のみ会が」中心 ・オセロゲーム、カルタ等のゲーム ・認知症予防レクチャー ・忘年会 ・チョコレートパーティー
45	どんぐりの会	新栄町集会場	第2・4金曜			・季節にあわせた手芸を楽しむ