

綾瀬市サロンマップ



令和6年度版

社会福祉法人綾瀬市社会福祉協議会

目次

1 はじめに

- (1) 地域ふれあいサロンとは 2
- (2) 地域ランチサロンとは 2

2 地域サロン紹介

- (1) 寺尾、早川、早川城山地域 3
- (2) 深谷地域 5
- (3) 綾西地域 NO1 7
- (4) 綾西地域 NO2 9
- (5) 吉岡、落合、上土棚 11

3 地域ランチサロン紹介

- (1) 地域ランチサロン 13



1 はじめに

(1) 地域サロンとは

地域に住むみなさまが集まり、交流や情報共有、活動を行う場のことです。

ここで紹介する地域サロンは、お茶を飲んだり、趣味活動を楽しんだり、健康体操など、地域のだれもが気軽に集まりやすい場所となっています。

(例)

- ・ グラウンドゴルフ
- ・ 麻雀
- ・ 健康体操 など



(2) 地域ランチサロンとは

地域サロンの場で食事を提供し、交流する場のことです。高齢者（特に一人暮らし高齢者）にとって、地域ランチサロンは、みんなで楽しく食事ができる場所であり、栄養が偏りがちな食事を改善する場所でもあります。

(例)

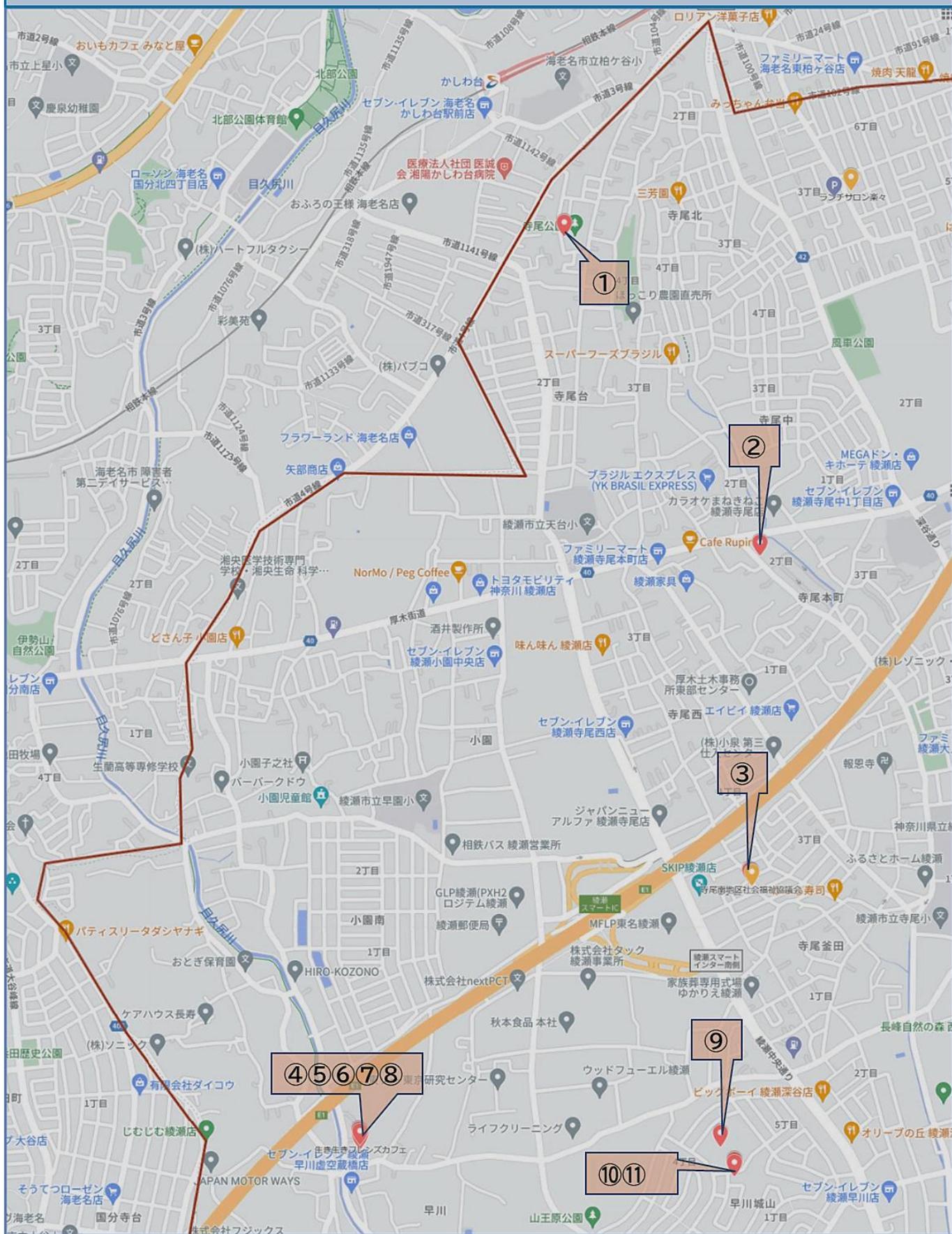
- ・ 一緒に料理を作る
- ・ 昼食後に体操 など



地域サロンや地域ランチサロンは、高齢化が進む現代社会において、地域から孤立しがちな高齢者を地域に呼び戻し、孤立の防止や健康増進を担っています。また、地域サロンを通じて地域住民の繋がりによる、地域コミュニティの活性化にもつながっています。

(1) 寺尾、早川、早川城山地域

・地域ふれあいサロン



寺尾地域

開催場所：寺尾北自治会館

- | | |
|---------------------------|---------------------|
| ① 寺尾北地区社会福祉協議会 | 毎週火、水、木、金、土 10時～12時 |
| みんなで楽しく、体操、気功、太極拳を行い交流を行う | |

開催場所：寺尾北自治会館

- | | |
|--------------------------------|------------------|
| ② 回想法を学ぶ会 寺尾 | 第2月曜日 10時～11時30分 |
| 過去の懐かしい思い出を話し合ったり回想を行い認知症予防を行う | |

開催場所：サロンなごみ

- | | |
|-----------------------------------|-----------------|
| ③ 寺尾南地区社会福祉協議会 | 毎週月・金曜日 10時～15時 |
| 簡易的な体操や歌など、みんなで交流を行いながら、元気よく交流を行う | |

早川・早川城山 地域

開催場所：早川自治会館

- | | |
|---------------------------|-----------------|
| ④ 生き生きフレンズカフェ | 第2・4木曜日 13時～16時 |
| 卓球、麻雀、吹き矢を行いながら、元気よく交流を行う | |

開催場所：早川自治会館

- | | |
|-------------------|-----------------|
| ⑤ ソーイング倶楽部 | 第2・4月曜日 13時～15時 |
| ソーイングを行いながら、交流を行う | |

開催場所：早川自治会館

- | | |
|---------------------|----------------------|
| ⑥ ニットクラブ | 第2・4木曜日 9時30分～11時30分 |
| みんなで歌い健康になりながら交流を行う | |

開催場所：早川自治会館

- | | |
|------------------------|-----------------|
| ⑦ 早川地区社会福祉協議会 | 第1・3月曜日 10時～12時 |
| 健康体操をしながら、認知症予防など交流を行う | |

開催場所：早川高齢者憩の家（早川自治会館内）

- | | |
|---------------------|-----------------|
| ⑧ レインボークラブ | 第1・3木曜日 13時～16時 |
| みんなで歌い健康になりながら交流を行う | |

開催場所：早川城山グラウンド

- | | |
|-------------------|----------------|
| ⑨ 健心会 | 毎週火・金曜日 9時～12時 |
| グラウンドゴルフを通して交流を行う | |

開催場所：早川城山集会所

- | | |
|--------------------------|------------------|
| ⑩ 城山喜寿会 | 毎週月曜日 12時30分～16時 |
| カラオケや卓球、レクリエーションなどで交流を行う | |

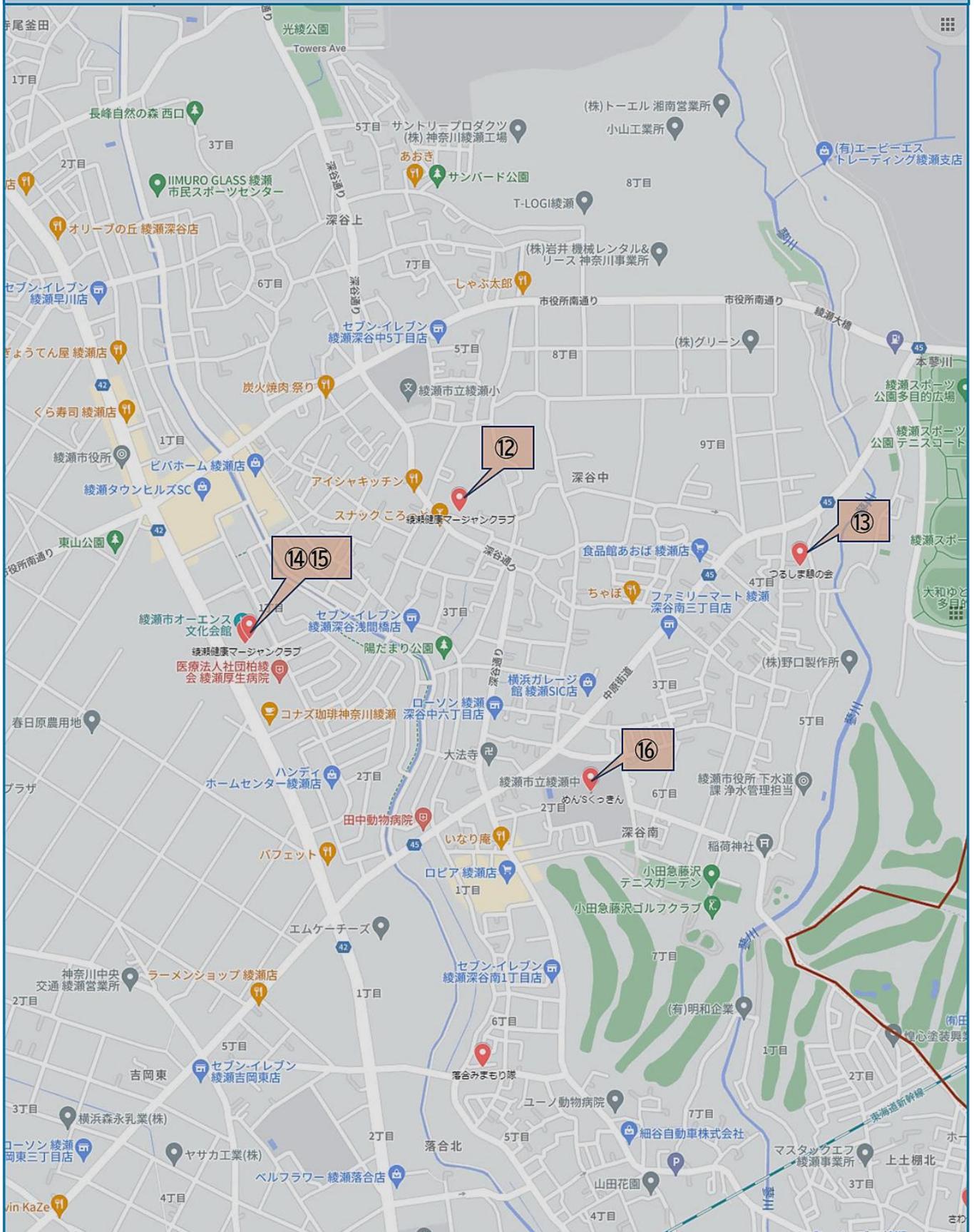
開催場所：早川城山集会所

- | | |
|--------------------|--------------|
| ⑪ 体操の会 | 毎週木曜日 9時～12時 |
| みんなで元気よく体操を行い交流を行う | |

(2) 深谷地域



・地域ふれあいサロン



深谷地域

開催場所：中村地区センター

⑫	綾瀬健康マージャンクラブ	第1・3・5金曜日 9時～17時
麻雀をしながら健康的に交流を行う		

開催場所：鶴島会館

⑬	つるしま憩の会	月・水・木・金 12時～（曜日で変更有）
カラオケで大きな声を出しストレス解消と交流を行う		

開催場所：綾瀬市高齢者福祉会館

⑭	綾瀬健康マージャンクラブ	第2・4土曜日 9時～16時
麻雀をしながら健康的に交流を行う		

開催場所：綾瀬市中央公民館

⑮	きょうからグループ	第2・4木曜日 13時～15時 視聴覚室等
みんなで楽しくカラオケをしながら交流を行う		

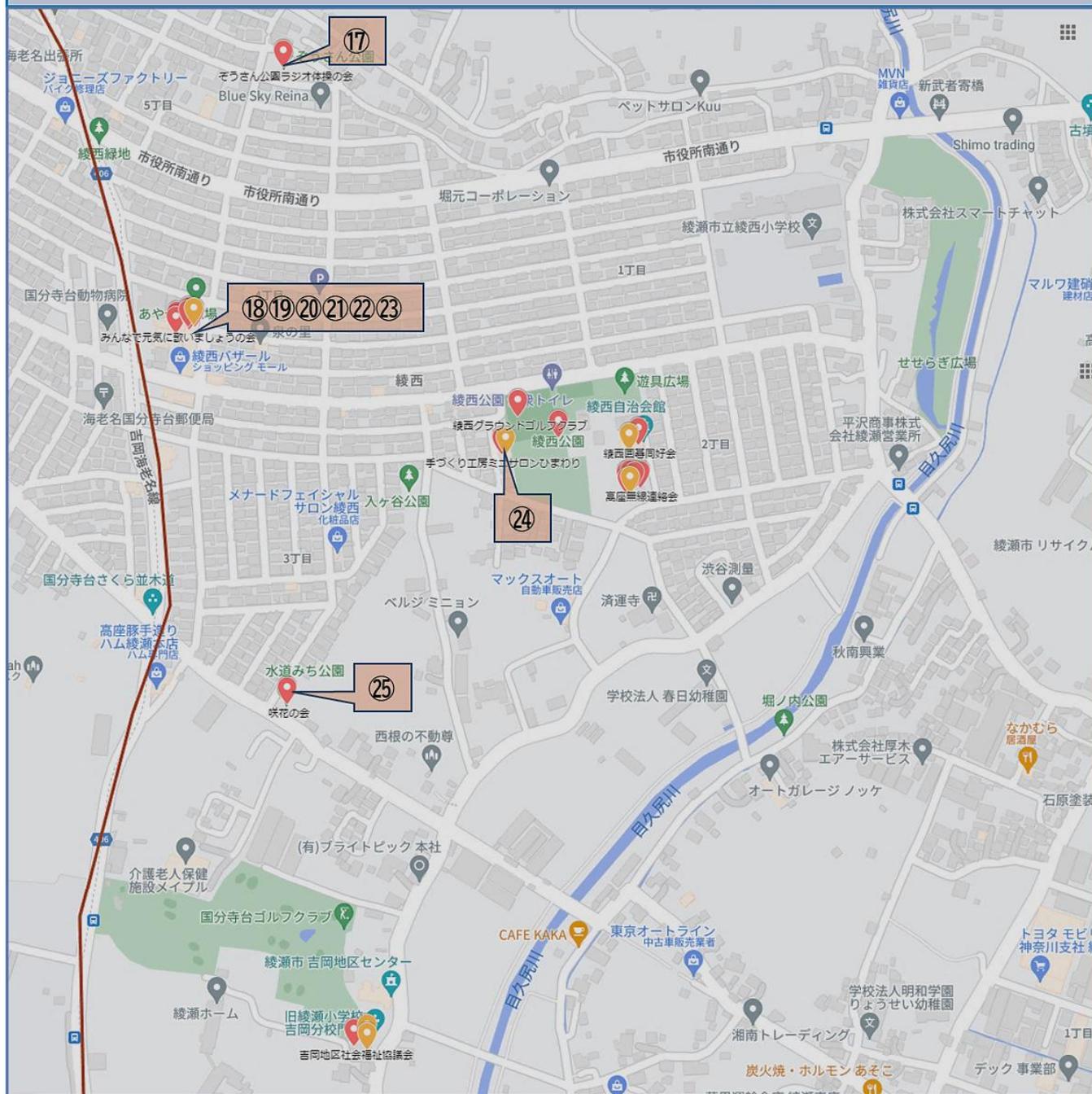
開催場所：綾瀬中学校 調理室

⑯	めん'Sくっきん	第3日曜日 9時～13時 綾瀬中学校調理室
一緒に料理を作り交流を行う		



(3) 綾西地域 NO.1

・地域ふれあいサロン



綾西 地域 NO.1

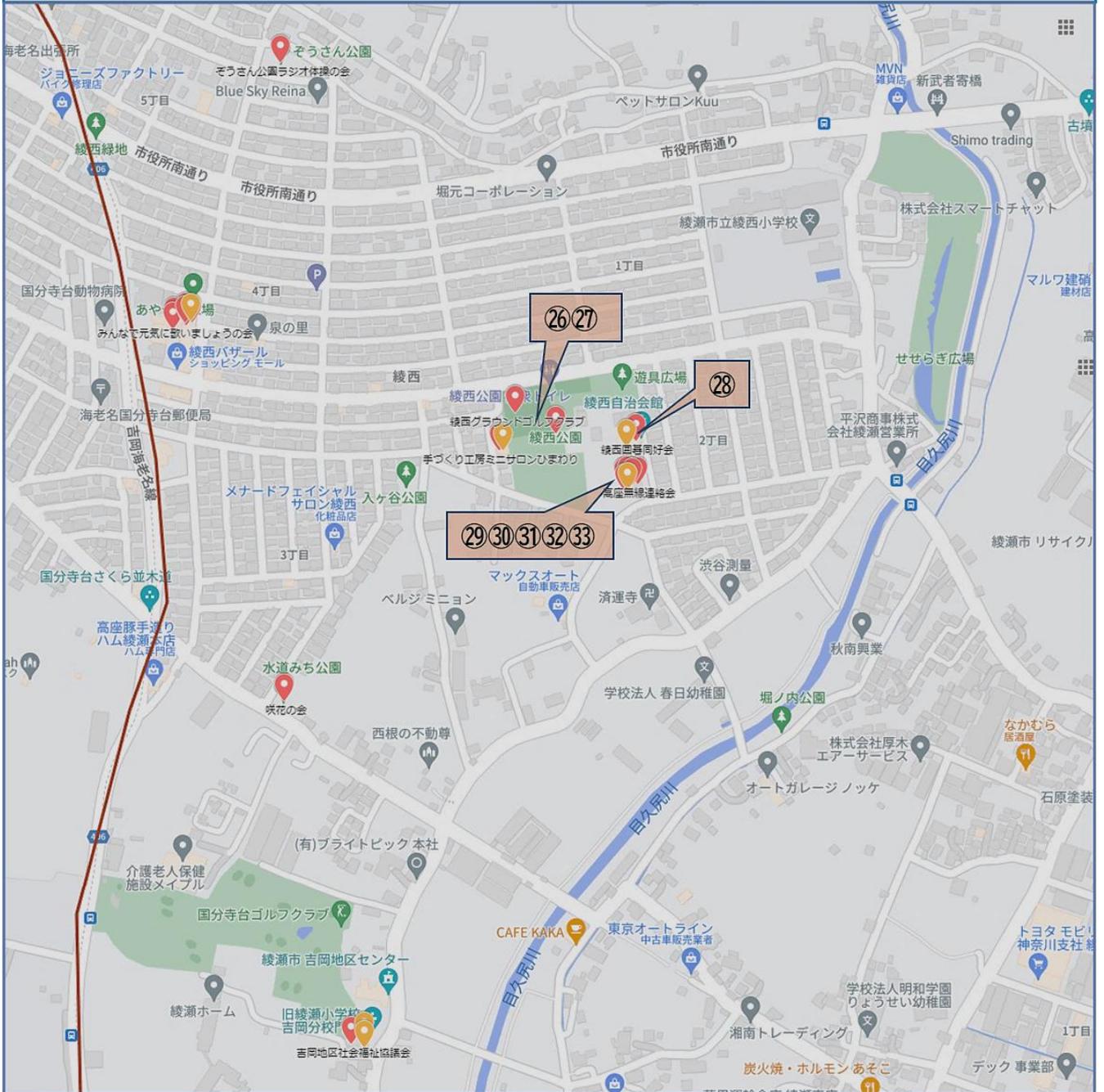
- 開催場所：ぞうさん公園
- ⑰ **ぞうさん公園ラジオ体操の会** 毎朝6時30分 * 悪天候中止
ラジオ体操をしながら交流を行う
- 開催場所：綾西バザール
- ⑱ **みんなで元気に歌いましょうの会** 第3日曜日 10時～11時30分
みんなで元気よく声を出して歌い交流を行う
- 開催場所：綾西バザール
- ⑲ **おしゃべりの会** 毎週木曜日 17時～19時
おしゃべりしながら交流を行う
- 開催場所：めだかの楽校（綾西バザール内）
- ⑳ **花いち短歌の会** 第3火曜日 14時～16時
日々の暮らしを短歌に詠み交流を行う
- 開催場所：めだかの楽校（綾西バザール内）
- ㉑ **回想未来塾** 第2・4金曜日 10時～11時30分
過去の懐かしい思い出を話し合ったり回想を行い認知症予防を行う
- 開催場所：めだかの楽校（綾西バザール内）
- ㉒ **音・楽くらぶ メロディアン♪** 第4月曜日 13時30分～15時
歌と体操で健康促進。認知症理解など参加者との交流を行う
- 開催場所：めだかの楽校（綾西バザール内）
- ㉓ **綾西みんなの足** 毎週第1金曜日 10時～12時
定期的な外出支援と交流を行う
- 開催場所：手作り工房ひまわり
- ㉔ **手づくり工房ミニサロンひまわり** 第1木曜日 10時～15時
小物を手作りしながら交流を行う
- 開催場所：水道みち公園
- ㉕ **咲花の会** 第2日曜日 9時～15時
花を植栽し花を見ながら茶話会を開き交流を行う

綾西 地域 NO.2 に続きます



(4) 綾西地域 NO.2

・地域ふれあいサロン



綾西 地域 NO.2

開催場所：綾西公園

- | | | |
|--------------------------|---------------|----------------------|
| ②6 | 綾西グラウンドゴルフクラブ | 毎週月・木曜日 8時30分～11時30分 |
| みんなで元気よくグラウンドゴルフを行い交流を行う | | |

開催場所：綾西公園

- | | | |
|-------------------------------|-------------|--------------------|
| ②7 | 綾西公園花とみどりの会 | 第一月曜日 9時～12時（雨天翌週） |
| 公園の清掃や花の管理をしながら、公園利用者も含め交流を行う | | |

開催場所：綾西自治会館

- | | | |
|-------------|---------|---------------------|
| ②8 | 綾西囲碁同好会 | 毎週水曜日 12時20分～18時40分 |
| 囲碁を通して交流を行う | | |

開催場所：綾西高齢者憩の家

- | | | |
|---------------------|--------|------------------|
| ②9 | たんぽぽの会 | 第4以外の金曜日 10時～12時 |
| 身体を動かし、認知症予防など交流を行う | | |

開催場所：綾西高齢者憩の家

- | | | |
|--------------------------|---------|----------------------|
| ③0 | カラオケ愛好会 | 毎週火曜日 10時～16時（祝日要確認） |
| カラオケで大きな声を出しストレス解消と交流を行う | | |

開催場所：綾西高齢者憩の家

- | | | |
|----------------------|------|------------------|
| ③1 | 花みずき | 毎月第4 金曜日 10時～15時 |
| ラジオ体操、脳トレなどで楽しく交流を行う | | |

開催場所：綾西高齢者憩の家

- | | | |
|--------------------|----------------|----------------------|
| ③2 | かわせみ・レインボー健康体操 | 毎月第2・4水曜日 10時15分～12時 |
| みんなで元気よく体操を行い交流を行う | | |

開催場所：綾西高齢者憩の家

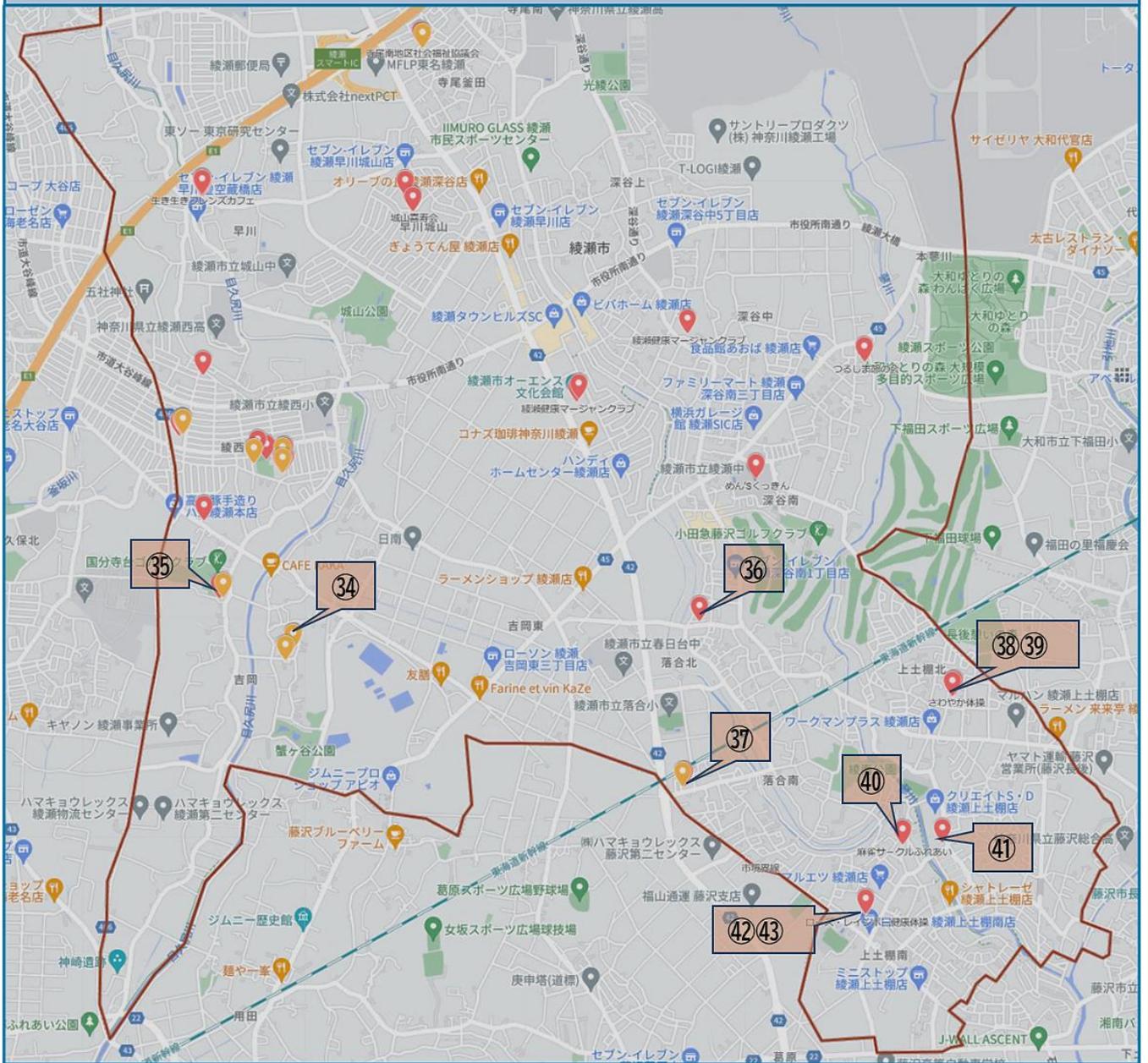
- | | | |
|---------------------------|---------|--------------------|
| ③3 | 高座無線連絡会 | 毎月第1土曜日（基本）10時～13時 |
| 無線の操作方法や災害時の使い方などを学び交流を行う | | |



(5) 吉岡、落合、上土棚地域



・地域ふれあいサロン



吉岡 地域

開催場所：マザーズガーデン

③4	咲花の会	第2日曜日 9時～15時
花を植栽し花を見ながら茶話会を開き交流を行う		

開催場所：吉岡自治会館

③5	吉岡地区社会福祉協議会	毎週土曜日 10時～12時
卓球を通して人との交流を行う		

落合 地域

開催場所：落合地区全域

③6	落合みまもり隊	週2回（不定期）15時30分～16時30分
地域の高齢者や子供たちの見守りと防犯パトロールなどで、地域内の交流を行う		

開催場所：落合ふれあいの家

③7	落合地区社会福祉協議会	第2・4木曜日 9時～12時
みんなで楽しく麻雀を行い交流を行う		

上土棚 地域

開催場所：上土棚自治会館

③8	アップルレインボー健康体操	火曜日 13時30分～15時30分（祝日未定）
タオルを使ったストレッチを中心に無理なく健康に交流を行う		

開催場所：上土棚自治会館

③9	さわやか体操	金曜日 13時30分～15時30分（祝日未定）
ストレッチを中心に楽しい時間を過ごし交流を行う		

開催場所：南部ふれあい会館

④0	麻雀サークルふれあい	毎週木曜日 12時～16時 毎週土曜日 9時～13時
麻雀を通して交流を行う		

開催場所：綾南地区センター

④1	和気藹々健康クラブ	毎週木曜日 12時～16時 毎週土曜日 9時～13時
麻雀を通して交流を行う		

開催場所：地域交流会はなね

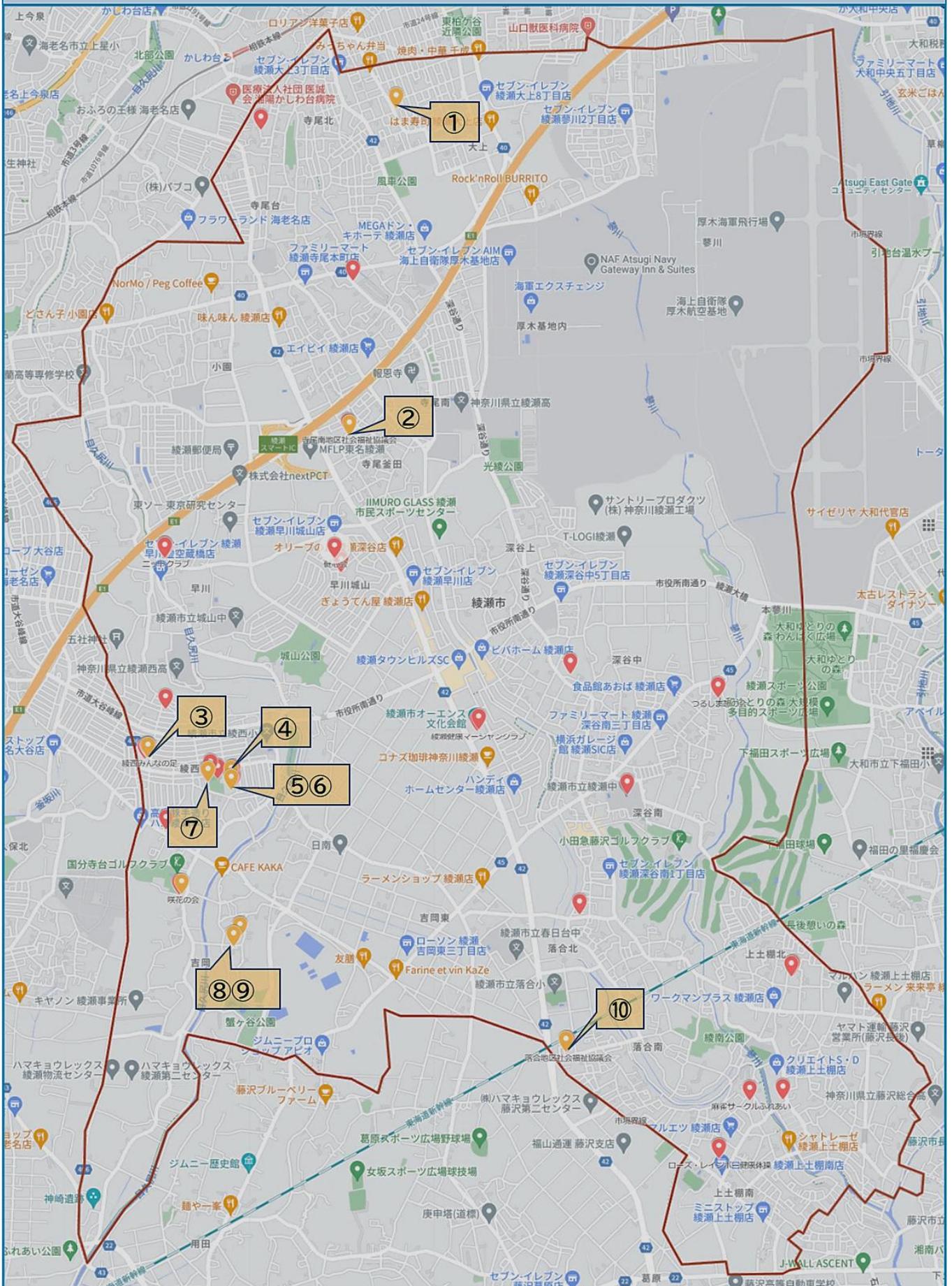
④2	回想未来塾 はなね	第2、第4木曜日 10時～11時30分
過去の懐かしい思い出を話し合ったり回想を行い認知症予防を行う		

開催場所：地域交流会はなね

④3	ローズ・レインボー健康体操	毎月第1・3木曜日 ① 9時～10時45分 ② 11時～12時45分
みんなで元気よく体操を行い交流を行う		

(1) 地域ランチサロン

・ ・ 地域ランチサロン



大上、寺尾 地域

開催場所：エポックデイケアセンター

① ランチサロン楽々	第2・4木曜日 10時~15時 祝日休み
ランチ作りと体操口コモティブシンドローム予防を行う	

開催場所：サロンなごみ

② 寺尾南地区社会福祉協議会	第3金曜日 10時~15時
お昼を食べながら、みんなで交流を行う	

綾西 地域

開催場所：めだかの楽校（綾西バザール内）

③ 綾西みんなの足	毎週第2木曜日 10時~12時
お昼を食べながら交流を行う	

開催場所：綾西自治会館

④ 咲花の会	第3水曜日または第4土曜日 要確認
一緒に料理を作り交流を行う *3カ所で実施	

開催場所：綾西高齢者憩いの家

⑤ 花みずき	毎月第2土曜日 10時~15時
お昼を食べて、ラジオ体操、脳トレなどで楽しく交流を行う	

開催場所：綾西高齢者憩いの家

⑥ 咲花の会	第3水曜日または第4土曜日 要確認
一緒に料理を作り交流を行う *3カ所で実施	

開催場所：手作り工房ひまわり

⑦ 手づくり工房ミニサロンひまわり	第2・3・4木曜日 10時~15時
みんなで楽しくおしゃべりをしながら交流を行う	

吉岡 地域

開催場所：なないろサロン内

⑧ 咲花の会	第2水曜日または第4土曜日 要確認
一緒に料理を作り交流を行う *3カ所で実施	

開催場所：なないろサロン

⑨ なないろサロン	毎週水曜日 10時~15時
茶話会、園芸、レクリエーション、会食など、楽しく交流を行う	

落合 地域

開催場所：落合ふれあいの家

⑩ 落合地区社会福祉協議会	第3木曜日 10時~14時
みんなで楽しくお昼を作りながら交流を行う	

【問合せ先】

気になるサロンや参加してみたいサロンがありましたら、本会またはボランティアセンターまで御連絡ください。

社会福祉法人 綾瀬市社会福祉協議会

電 話 : 0467-77-8166

アドレス : info@ayase-shakyo.or.jp

本会ホームページ



Facebook



X (旧 Twitter)



あやせボランティアセンター

電 話 : 0467-70-3210

アドレス : ayase-vc@ayase-shakyo.or.jp

あやせボランティアセンター 公式LINE

