



ふれあい・いきいきサロン一覧



	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	高年者	谷塚文化センター	毎週月曜 (月4回) (休日は休み)	20	500円 月額	カラオケ新曲をテープと音符で皆で覚える。歌詞は印刷して渡す。
2	ワイワイ井戸端会議	高年者	瀬崎コミュニティセンター	第1火曜	20~25	200円	季節を意識した料理を皆で作りと、片付ける。
3	ふれあい健康体操会	高年者	氷川コミュニティセンター	第1金曜	55	100円	健康で生き生きと地域で暮らし続けるために、転倒・骨折予防の体操を行っています。血圧、体脂肪、体重等測定。みんな体操、草加市民体操、ラジオ体操第一、第二。タオルを使った体操、イスを使った体操、ウォーキング、お花見会。
4	あじさい	高年者	クレール松原集会室	第2日曜	6~13	300円	敬老会用品作り、お話、町会行事参加、物づくり(お手玉、パッチワーク、ツリー、リース他)
5	サロン・イン・谷塚	高年者	市の公園、代表者宅	月曜~金曜	40	1,500円 年会費	体操、グランドゴルフ、みんなでカラオケ、町内公園2ヶ所清掃、草取り。
6	サロンめだか	高年者	西町立野会館	第3火曜	20	100円	健康体操
7	氷川ニコニコクラブ	高年者	氷川町吉澤グランド	毎週月、水、金	16	1,200円 年会費	グランドゴルフ
8	宮沼ふれあい会	高年者	弁天公園 八幡コミセン 代表者宅他	毎週火、木、土	10~20	食事会 500円	お花見会、納涼会、お月見会、ふれあい会食、体操茶話会
9	お茶や	高年者 どなたでも	新栄町団地集会所	第2木曜	30	200円	歌、おどり、おしゃべり、しりとり。



ふれあい・いきいきサロン一覧



	サロン名		開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
10	子育てサロン・ウエスト	子育て	みんなのひろば あきちゃんち	第2水曜	10	100円 親子一組	入園前のお子さんと子育て中のお母さん方の集まりで、情報交換の場としてお友達づくり、又季節ごとの行事等を活動を通してやっています。
11	サロン松江	高年者	松江中央町会会館	第1金曜	20~25	100円	新年会、暑気払い、皆さんの希望に沿った内容を考え、主に手作り品を中心に活動し、他に健康体操や、花すし等を地域の方に講師役をお願いしております。
12	せんちゃまふれあいサロン	高年者	せんちゃま保育室2階	第3月曜	16	600円	昼食会、歓談、コーラス、地域包括支援センターとの交流。
13	サロン仲良し	高年者	稲荷南町会会館	第4土曜	10	200円	茶会をしながら、自分の健康状態の話、世間話です。
14	かるがもクラブ	高年者	西町立野会館	第4火曜	10~12	100円	輪投げ、お手玉遊び等。
15	氷川ラジオ体操の会	誰でも	氷川小学校、校庭で	毎日 (日、祭日を除く)	42	1,000円 年会費	NHKのラジオ体操に合わせて6時より。
16	松江ストレッチ・フレンズ	高年者	松江第二町会会館	第2第4金曜	13	0円	ストレッチ、ラジオ体操。
17	フクフクサロン	高年者	松江中央町会会館	第1第3水曜	12	100円	健康の為に親睦を図るために行っています。吹き矢を町会の奥様達と行っております。
18	視覚障がい者 虹の会	障がい者	アコスホール 草加市文化会館、等	第2土曜	12~13	1,000円 年会費	親睦会、情報交換会、社会参加。
19	サロンもみじ	高年者	稲荷会館 稲荷コミュニティーセンター	第3金曜	11	300円	年2回料理教室。唄を歌いながら軽体操や脳トレを行っています。



ふれあい・いきいきサロン一覧



	サロン名		開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
20	さつき会	高年者	西町東部自治会会館	第3月曜	17	100円	茶話会、軽体操、脳トレ、合唱等
21	そよかぜ	高年者	稲荷南町会会館	第3土曜	22	200円	4月～6月 情報交換 7月 踊り練習、七夕飾付け、納涼大会(盆踊り) 9月 おはぎ作り 12月 おたのしみ大会(ビンゴゲーム) 1月 新年会(味道苑) 2月 手芸、はりえ 3月 来年度の予定計画、柔軟体操。
22	ひまわりフォークダンスクラブ	障がい者	新田コミュニティーセンター	第3土曜	17	200円	フォークダンス
23	サロンお茶の間	高年者	金明町会館	第1火曜	35	100円	警察の方をお呼びして振込詐欺、交通规则の話をして2回にわけて、お伺いしました。 いぬ年にちなみ折り紙で犬を折る。 七夕かご作り、ゲーム、ハーモニカ、唄。
24	しんえいサロン	高年者 年齢性別 不問	新栄町会館	第1火曜	49	100円	<ul style="list-style-type: none"> ・3月ワグダンス、川柳、ミトクソウ ・4月アコーディオン演奏、歌、口腔体操 ・5月体操、パズル、生活の知恵袋クイズ ・6月ハーブ演奏、朗読 ・7月ワグダンス、ジャズ、クイズ、踊り ・9月更生保護女性会の講演、 ・10月ハンドベル演奏、野菜の重さ当てゲーム ・11月笑点もどき、食についてのなぜなぜ、文化歴史、諺 ・12月ハンドベル、クリスマスソング等、 大人の脳トレ、生活の知恵袋クイズ ・2月日舞河藤流、3名によるちょっとした話、川柳、なぜなぜ。



ふれあい・いきいきサロン一覧



	サロン名		開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
25	松原ハイいきいきカサヤすらぎ	高齢者	松原ハイツ集会室	第2木曜	30	100円	おしゃべりカフェ（お菓子、コーヒー、お茶、紅茶有り）毎回司会者が出すテーマでひと言スピーチをしている。 4月 お花見ウォーク、 5月 アマチュア落語家による寄席、 7月 食生活改善推進委員の方を講師に「高齢者の低栄養を防ぐ食事」勉強会、 新年会はマジックショー。
26	手習いサロンどんぐり	高齢者	みんなのひろば あきちゃんち	第2第4金曜	25	200円	毛筆、ペン字、おやつ、おしゃべり
27	高齢者のひろばコスモス	高齢者	みんなのひろば あきちゃんち	第1第3月曜	20~25	200円	残り布での小物作り、着物の再利用で簡単な洋服やかばん作り。
28	ふれあい・いきいきサロン葉月	高齢者 子育て	氷川草加町会会館	第1第3木曜	20~30	100円 (通常) 500円 (食事会)	茶話会、研修会、ストレッチ体操、折り紙、合唱、食事会（年5回）
29	どんぐりの会	高齢者	新栄町団地集会所	第3金曜	16	500円	手芸、季節の飾り物、手軽にできる小物づくり。
30	歌と手芸の憩いのえんがわ	高齢者	八幡コミュニティーセンター	毎週土曜 (月3回)	20	500円 月額	(情報交換)脳トレ目的、歌3、4曲歌う。えん下運動、手芸(小物作り)指先、脳トレ目的。
31	カラオケサロンカナリア	高齢者	みんなのひろば あきちゃんち	第1第3金曜	16	500円	カラオケの練習、新曲を年4~5曲おぼえます。全員で合唱曲を唄い、あとはお茶のみです。
32	手芸サクラ	高齢者	ふれあいの里	第2第4土曜	28~30	200円	高齢者の方々が楽しく作品づくりが出来る様に、材料は手元にあるもの。ない人には200円~300円くらいの安い価格で揃えてます。皆様に大変喜ばれてます。



ふれあい・いきいきサロン一覧



	サロン名		開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
33	とらいあぐる	子育て	獨協大学地域と子どもリーガルサービスセンター	第1または第2火曜	65	300円 親子一組	歩けるようになった子どもとその保護者のひろば。遊びや季節の行事を通して親子関係を深めてもらうことを目的とした子育て支援活動です。
34	ふじの会	高年者 制限なし	プレミアムプレイス 草加松原	第3金曜	15~20	200円	近況を語り合ったり、トランプ、花札等の遊び、軽い体操、歌（童謡、草加音頭、綾瀬川慕情、等々）
35	ワンコインお茶のみサロン谷塚（南）	高年者	谷塚南ミニコミュニティセンター	第1第3水曜	25	100円	口腔体操、大きな声で歌う。保健師による健康講話。頭と身体を使う体操。おたのしみ会、ひな祭り、クリスマス会、ゲーム、手品等、お茶を呑みながら楽しいおしゃべり。
36	手話チャットサロン	障がい者	谷塚文化センター	第2第4火曜	20	100円 月額	耳の聞こえない人と聞こえる人が、一緒に手話を使って交流する。
37	サロンひかり	高年者	デイサービスセンターあ おやぎ	第4月曜	20	200円	ラジオ体操、筋トレ、脳トレ、おしゃべり、コーラス、ゲーム、その他。
38	サロン雅	高年者 年齢不問	高砂コミュニティセンター	第2水曜	25~30	200円	折り紙、押し花、ぬり絵、オセロ、保育園園児合同イベント。
39	健康麻雀・我楽多会	高年者	中央公民館、文化センター	第1第3水曜	28	500円	高年者中心の、懇親を目的とした麻雀ゲーム
40	SOKA FRIENDS	障がい者	草加市スポーツ健康都市 記念体育館	毎月1回	35	300円 月額	・毎月1回の車いす、ツインバスケットボールの練習。 ・各地域で開催される交流大会への参加等。
41	サロン・エンジョイ	高年者	五丁目会館	第2第4月曜	10~15	200円 月額	健康体操、吹矢、おしゃべり等。
42	たんぽぽ	高年者	社会福祉活動センター	第3水曜	50	200円	体操やお茶飲み、栄養士や地域包括支援センターから講義をしてもらう。



ふれあい・いきいきサロン一覧



	サロン名		開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
43	おしゃべりサロン ふささらさいさい	高年者 誰でも可	谷塚南町会会館	第3木曜	15~30	100円	地域の方におしゃべりを通してコミュニケーションの場として活用していただく。世代交流をしてほしい。高齢者だけのサロンにしたいと思っています。地域の全世代の方を対象に居場所として思っ
44	いきいきサンガ	高年者	草加北ミニコミュニティセンター	第3日曜	20	100円	軽い体操、口腔体操（巻笛等）趣味を取り入れ（キャップブローチ、猫クリップ、お手玉、爪ようじ入れ、折り紙）12月 子どもから大人の参加（エレクトーンに合わせ歌とゲーム）
45	瀬崎おしゃべりサロン	高年者	瀬崎コミュニティセンター	第1第3月曜	25~30	100円	発声訓練、エアースイミング個人メドレー、歌、ゲーム多種、簡単な手作り手芸、ぬり絵、新聞の人生相談を各テーブルで話合う。解説者の考え方を皆さんの答えと照らし合わせる（好評です）。
46	松原将棋クラブ	高年者 誰でも可	ハーモネスタワー 団地集会室	毎週日曜	20	300円 月額	将棋の対局。楽しく将棋をしています。いつでも新会員を受け入れます。
47	スマイルサロン	高年者	新田西文化センター	第1月曜	10	100円	お互い様の心がけで、何があっても笑顔で前向きに！をモットーにおしゃべりにより自立した元気な高齢者をめざす。
48	サロン松原	高年者	松原ミニコミュニティセンター	第3水曜	15	100円	健康体操、合唱、お茶会。
49	お楽しみ・おしゃべりサロン	高年者	グリーンライフ草加	第2火曜	15~25	100円	歌、クイズ、ゲーム、紙芝居、軽体操、おしゃべり、お茶タイム、他。入居者の人と楽しむ。
50	親の会「ひまわり」	障害児	草加市文化会館	第4木曜	10	100円	発達に心配のあるお子さんを持つ保護者が集まり、情報交換や悩みを共有する。



ふれあい・いきいきサロン一覧



	サロン名		開催場所	開催日	参加人数	参加費	活動内容
51	みんなのひ・ろ・ば	高年者	コンフォール草加集会所	第3月曜	20	200円	脳トレとして麻雀、オセロ、トランプなど。折り紙、点つなぎ、ぬり絵。軽い運動として卓球、輪投げ等。合間に脳トレ体操、ラジオ体操、手指の運動等。休憩にはコーヒー、お茶、おやつ等でおしゃべりタイム。
52	和間人（わかんと）	高年者	フリースペースSole	第4月曜	10~20	100円	ラジオ体操、CDで第1、第2。毎月の課題 1月茶席、2月毛皮のブローチ作り、3月ペットボトル菜園。百人一首とおしゃべり。
53	おしゃべりサロン ラッキー楽喜	高年者 子育て	デイサービスセンター喜楽苑	第1土曜	20	100円	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者、子ども皆が気軽に参加できるサロン。 ・年に1回のイベント（今回はひなまつり） ・月々はおしゃべりに加え出前講座、健康に関する事。体操等、スタッフと話し合いながら予定を立てていきたいと思ひます。
54	プチコリベビー	子育て	獨協大学地域と子どもリーガルサービスセンター	第1または第2月曜	56	300円	生後3ヶ月から歩き始めの子どもとその親のあそびのひろば。お友達作りや親の負担軽減なども目的。
55	サロン・トライブ	子育て	瀬崎コミュニティセンター	第4日曜 (7・9・10・2月)	14	0円	子育て世代の情報交換、地域の子どもたちを応援するコミュニティづくり
56	地域サロン「柳島」	高年者 誰でも可	ウエルシア柳島店	第2火曜	10	100円	子育て中のお母さんからお年寄りまで、誰でも気軽に集まれるおしゃべりの場です。