

桜川地域でサロン開設をお考えの方

サロンを開いてみたいと思っている方

会場やサロン開設方法など

サロン開設でお悩みの点について

お気軽にご相談ください。

私たち「支え合い会議桜川」のサロンチームが

一緒に考え、悩み、アドバイスも致します

立ち上げましょう、「あなたのサロン！！」

支え合い会議桜川

桜川地域6町会を住みやすく楽しく過ごせるような
地域にする為、住民全体の助け合い事業と一緒に考え

助け合い・支え合い活動をお手伝いするグループです。

住みやすい地域にすることを目的に活動をしている皆様と共に
出来る範囲で一生懸命応援していくつもりです。

第1段階として高齢の方々が

暮らしやすい地域にするための

方法や活動の方向を検討している最中です

令和元年8月発行

発行：支え合い会議桜川

連絡先Eメール：sasaeai360@gmail.com

桜川地域のサロン情報

あなたの地域にあるシニア向けサロンを 一覧表にまとめました

シニア向けサロンとは、高齢の方々が気楽に集まれ、
楽しく語り合いながら

趣味や学びを行い、時には食事を共にし、

自由に時を過ごせ、充実感や達成感と共に

明日を迎える喜びを体感できる場です！

あなたもシニアサロンに参加してみませんか？

東新町二丁目グランダときわ台南の中に
新たなシニアサロン

「サロンゆたか」が開設しました！

施設にお住まいの方と地域の方が一緒に

脳トレ・懐かしの歌・ゲームなど

楽しいひと時はあっという間です！！

桜川地域にある掲載許可をいただいたシニア向けサロンは
中ページに載せてあります。

掲載可能なシニア向けサロンが他にあれば裏面の連絡先まで
是非連絡をお願い致します。

桜川地域のサロン

表の見方

サロン名	内容		
開催場所	開催日時	料金	
なかよし会	いたばしふるさと体操・10の筋トレ		
小茂根の郷	1階ダイルーム 第1・第3日曜日10:00-11:30	無料	
連絡・質問等は「桜川おとしより相談センターへ」! 03-3959-7485			
切り絵サロン	切り絵を楽しむ講座		
小茂根の郷	1F相談室 第2日曜日14:00-16:00	材料費と道具類は自己負担となりますが 参加費はありません	
連絡・質問等は「桜川おとしより相談センターへ」! 03-3959-7485			
のびのびケヤキ	機能訓練体操・茶話会		
ケアセンターけやき	第3日曜日13:30-15:00	1回100円	
連絡・質問等は「板橋社協サロン担当」へ! 03-3964-0236			
サロンはつらつ	童謡を楽しむ・10の筋トレ・茶話会・もの作り		
たまりば・とうしん	月曜日10:00-12:00	1ヶ月 800円	
連絡・質問等は「たまりば・とうしん」へ! 03-3958-0970			
桜川マメール・ヨーガ道場	ヨーガ		
桜川地域センター	第1・2・4月曜日13:30-15:30	月2000円	
連絡・質問等は、茂呂京子代表へ! 03-3955-6765			
チェリーくらぶ	高齢者向け出前昼食会・色々な会話を楽しむ		
たまりば・とうしん	火曜日11:00-14:30	1回 650円	
連絡・質問等は「たまりば・とうしん」へ! 03-3958-0970			
板橋マメール・ヨーガ道場	ヨーガ		
桜川地域センター	火曜日14:00-16:00	月1500円	
連絡・質問等は、茂呂京子代表へ! 03-3955-6765			
音楽療法			
まどかときわ台南	第2・第4火曜日13:30-14:30	無料	
連絡・質問等は「まどかときわ台南」へ! 03-5917-1165			
ぬりえサロン小茂根	大人の塗り絵		
主催者宅	第3火曜日14:00-16:00	1回300円	
連絡・質問等は「板橋社協サロン担当」へ! 03-3964-0236			
上板橋マメール・ヨーガ道場	ヨーガ		
上板橋体育館	水曜日9:45-11:45	月2500円	
連絡・質問等は、茂呂京子代表へ! 03-3955-6765			

桜川地域のサロン

表の見方

サロン名	内容		
開催場所	開催日時	料金	
井戸端会議	和楽と抹茶を楽しみ多岐にわたる会話に花が咲く		
たまりば・とうしん	水曜日10:00-12:00	1回 400円	
連絡・質問等は「たまりば・とうしん」へ! 03-3958-0970			
竹若会	10の筋トレ・趣味、手芸・お話を楽しむ		
たまりば・とうしん	木曜日13:00-15:00	無料	
連絡・質問等は「板橋社協サロン担当」へ! 03-3964-0236			
メモリーカフェ	認知症の方・一般の方が一緒にカフェと会話を楽しむ		
たまりば・とうしん	木曜日13:00-15:00	1回 会員100円一般200円	
連絡・質問等は「たまりば・とうしん」へ! 03-3958-0970			
サロンゆたか	施設にお住まいの方と地域の参加者が一緒に 脳トレクイズ・お話など楽しいひと時はあつという間		
グランダときわ台南	第3木曜日10:30-12:00	1回250円	
連絡・質問等は、竹内清貴代表へ! 03-3972-8987			
桜川げんきかい	体操・お話し・趣味活動		
桜川けやき苑	第4木曜日13:30-15:00	無料	
連絡・質問等は、荒蒔経子代表へ! 03-3933-8092			
サロン・ブナの杜	考え・もの作り・体操・音楽を楽しみ昼食を共に 大変有意義な一時を共有		
たまりば・とうしん	金曜日10:30-14:30	毎回1000円	
連絡・質問等は「たまりば・とうしん」へ! 03-3958-0970			
四季の会	大人の塗り絵・色鉛筆による本格的な塗り絵講座 色鉛筆の使い方などとても奥深い		
たまりば・とうしん	金曜日15:00-17:00	1回350円	
連絡・質問等は「たまりば・とうしん」へ! 03-3958-0970			
桜会マメール・ヨーガ道場	ヨーガ		
桜川地域センター	毎週土曜日19:00-20:30	月 2000円	
連絡・質問等は、茂呂京子代表へ! 03-3955-6765			