

広がっています サロン活動！！

サロンとは、地域の人たちが
気軽に集まれる交流の場です。
運営するグループによって
いろいろな活動をしています。

ぜひ皆さんも
足をお運びください！



志木市社会福祉協議会

目次

◎ 宗岡地区のサロン

- 1 サロンくすのき
- 2 ばあばとじいじのとしよりぶくろ
- 3 木曜カッピー体操
- 4 コスモスカッピー
- 5 ひまわり体操クラブ
- 6 宗岡六区カッピー体操
- 7 幸セ会ふれあいの集い
- 8 つどいの会こやぎ
- 9 男の Hi あそび
- 10 きたみ食堂
- 11 笑ってみんよう！

◎ 本町地区のサロン

- 12 市場カッピー体操の会
- 13 双葉町カッピー
- 14 ファミリークラブカッピー体操の会
- 15 すいとぴーの会
- 16 ケアラースサロン輝
- 17 みんなでごはん！！

◎ 館・幸町地区のサロン

- 18 サロンさくら
- 19 コスモスクラブ体操会
- 20 サロンおり〜ぶ
- 21 東の森式番街町内会サロン
- 22 とちの樹会体操サロン

23 ひまわりカッピークラブ

24 うたの会

25 サロン・ド・もくせい

26 気楽会

◎ 柏町地区のサロン

27 かしわ婦人の集い

28 柳瀬川町内会サロン

29 館町内会サロン

30 ガーデンサロン

31 友引会

32 そらいろ（空彩）

◎ 百歳体操

33 いろは百歳体操 KARIN

34 百歳体操シルバービューティー

35 中央の森参番街百歳体操

◎ 市運営型サロン

36 いきいきサロン

37 ふれあいサロン

38 スペース・わ

39 あざみ

40 いろは元気サロン本町

41 わいわいサロン

42 Reiwa



1、サロンくすのき



主な活動内容

集会所でお茶を飲みながらおしゃべりをしたり講師を招いて研修会を開催するサロン活動を行っていましたが、コロナの流行をきっかけに、団地内公園でのラジオ体操に切り替えて活動を行っています。第二火曜は、専門家を招いての健康相談も行っています。



活動日

毎週火曜日
9 : 30 ~ 10 : 30

活動場所

宗岡団地集会所前公園
(上宗岡1-4-66)

メッセージ

このサロンは、志木宗岡団地管理組合のご支援をいただき、平成25年5月に発足しました。宗岡団地も入居後40年が経ち、高齢化が進んでいます。将来は、自助・共助の精神のもとに、皆さんが安心して老後の生活を送ることができるようなサポートを考えていきたいと思っています。

ラジオ体操は、情報交換や安否確認にもなります。近隣の人にも輪が広がり、仲間づくりや健康づくりのために参加いただけるようになると嬉しいです。



2、ばあばとじいじのとしよりぶくろ



主な活動内容

みんなで食事やお菓子を作ったり、持ち寄ったりなど、お茶しながら、身近な話題を中心にした茶話会を行っています。毎年町内会とタイアップした行事も企画しています。



活動日

毎月27日

13:00～16:30

※令和5年度はマンションの工事により休止

活動場所

グリーンパーク志木集会所

(上宗岡4-6-47)

メッセージ

時間内であれば、年齢を問わず誰でもが参加できる出入りが自由なサロンです。少人数ですが、和気あいあいとした家庭的な雰囲気を心がけています。マンションの1階が集会室になっているので、マンションの住民にとっては、たとえ雨が降っていても傘をささずに参加できるのはうれしいところです。

マンションの住民でなくても大歓迎です。ぜひ一緒に活動を楽しみましょう！



3、木曜カッピ一体操



主な活動内容

「いつまでも元気に」を合言葉に健康づくり仲間づくりを目指してカッピ体操を行っています。

また、参加者同士の楽しいおしゃべりも大切にしています。12月には、みんなが参加できるお楽しみ会(歌、ゲーム、手品など)も企画して、大いに盛り上がっています。



活動日

毎月第1・第3木曜日

14:00～15:00

活動場所

志木市福祉センター

(上宗岡1-5-1 総合福祉センター内)

メッセージ

平成20年8月に活動をスタートしました。カッピ体操を、無理のない程度に、楽しく行っています。健康づくりだけでなく、友達づくりにもつながり、いつも笑顔あふれる場所となっています。

これからも、健康づくりとおしゃべりを通じて仲間の輪を広げたいと思っていますので、気軽に参加してみませんか。お待ちしております。



4、コスモスカッピー



主な活動内容

いつまでも住み慣れた地域で「元気で楽しく」をモットーに、各々のペースに合わせてカッピー体操をしています。そして、体操後にはゆっくりとお茶を飲みながら楽しく交流を深めています。

また、参加者同士でダンベル作りやお花見ウォーキングなども行っています。



活動日

毎月第1・第3火曜日

9:00～12:00

活動場所

宗岡三区町内会館

(中宗岡2-22-45)

メッセージ

楽しく無理のない活動で、仲間も徐々に増えています。この活動を通じて、ご近所の方とのつながりも深まっています。活動日の参加は自由で、出欠確認や当番、会費などは一切ありません。

また宗岡三区に限らず、どなたでも参加できます。

私たちとつながりを深めてみませんか。お待ちしております。



5、ひまわり体操クラブ



主な活動内容

私たちは、楽しく笑っていただけるように月に2回の健康づくりとしてカッピー体操を行っています。

また、第1月曜日にはお話会、第3月曜日には保健師による保健指導として血圧や薬の飲み方の指導なども行っています。料理会、旅行なども企画して行っています。



活動日

毎月第1・第3月曜日

1班 9:30～10:20

2班 10:40～11:30

活動場所

宗岡五区町内会館

(下宗岡3-15)

メッセージ

普段一人ではやらない体操も、全員おそろいのTシャツを着用することで気持ちも通じ合い、明るく行うことができます。そして、体操後にはお話会を開き、参加者同士の交流の場として笑顔があふれる場所となっていますので、月2回の活動が楽しみで仕方ありません。

今後も皆様が楽しく参加できるように心がけていきます。



6、宗岡六区カッピー体操



主な活動内容

宗岡六区町内会と宗岡六区寿会が中心となり、カッピー体操を取り入れ、楽しいおしゃべりをしながら活動をしています。

一人ひとりのペースに合わせて体操できるので初めての方や、体操を覚えるのが苦手な方でも楽しんで運動することができます。



活動日

毎月第1・第3水曜日

9:00～11:00

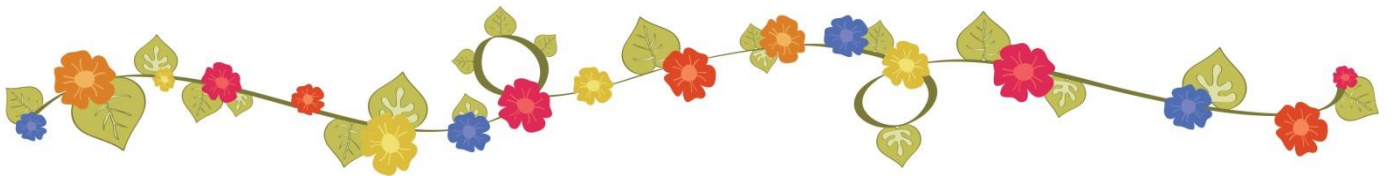
活動場所

宗岡六区区民会館

(下宗岡4-5-2)

メッセージ

歩いて行くことができる場所で、ご近所の方たちと一緒にできることが、続けていけるポイントです。体操で気持ちの良い汗を流したり、おしゃべりをして大笑いしたりと楽しい時間を過ごしています。お近くの方は、お散歩の途中にでも気軽にのぞいてみてください。



7、幸セ会 ふれあいの集い



主な活動内容

幸セ会は昭和 59 年から活動しているボランティア団体です。平成 18 年からふれあいの集いとして、サロン活動を行っています。

参加費 100 円を集めてお茶菓子を購入し、昼食も持ち寄って、みんなで茶話を楽しんでいます。

赤い羽根共同募金活動にも協力しています。



活動日

毎月第 4 火曜日 9 : 3 0 ~ 1 5 : 0 0

活動場所

宗岡六区区民会館

(下宗岡 4 - 5 - 2)

メッセージ

町内会のご理解もいただき、楽しく活動が続けています。

今後もっと多くのご近所の方と、楽しいおしゃべりを通じて仲間の輪を広げていけたらと思っています。あなたも私たちの輪に入りませんか。



8、つどいの会こやぎ



主な活動内容

私たちつどいの会こやぎは、近隣住民にこだわらず、市内の人たちと、運動や脳トレ、ハーモニカに合わせた歌などを楽しんでいます。

その他、ゲーム等もあり、時には講師に来ていただいて楽しいひとときを過ごしています。



活動日

毎週土曜日

13:30～15:30

活動場所

宗岡六区区民会館

(下宗岡4-5-2)

メッセージ

参加者同士でゲームなどを持ち寄って交流しながら介護予防を図っています。

参加していただける高齢の方々には、一人でも多く楽しんでいただけるよう活動しています。

皆さんのお越しをお待ちしています。



9、男の Hi あそび



主な活動内容

日々の暮らしを楽しくするために、Hi（ハイ）になる家事を男だけで実験しています。



活動日

毎月第4木曜日

13:00～17:00

活動場所

志木市総合福祉センター

(上宗岡1-5-1 総合福祉センター内)

メッセージ

2021年12月に始まったばかりの、自由で、クリティカルで、ロジカルな、

男性だけの家事サロンです。

毎回みんなで話し合っ活動内容を決める、フラットでテキトーなグループ活動をしています。

唯一の応募要件は「暇のある人」です。



10、きたみ食堂



主な活動内容

食事を楽しみながら、世代を超えて、地域の方々が集まれる場づくりを目指しています。



活動日

毎月第4日曜日

11:30～13:00

活動場所

いこいの家コンクリヤ

(中宗岡1-8-1)

メッセージ

いこいの家コンクリヤの部屋を利用し、食事を楽しみながら、世代を超えて、地域の方々が集まれる場づくりを目指しております。長いコロナ禍の為、なかなか思うようにはなりません。しばらくは、おにぎり弁当販売が続きます。それでも、楽しみにしていただける方々にご利用いただいております。配達もしております。



11、笑ってみよう！



主な活動内容

毎月第3月曜日に、地域の人たちと一緒に民謡を唄って楽しんでいます。

今後は三味線にあわせて、踊ってみようと考えています。



活動日

毎月第3月曜日

13:30～15:00

活動場所

志木ニューハイツ町内会館

(中宗岡2-10)

メッセージ

全身全霊で活動しております。

唄うことが好きな方、ご近所にお住まいの方はもちろん、遠方にお住まいの方でも大歓迎です！

ぜひお越しください！



12、市場カッピ一体操の会



主な活動内容

カッピ一体操を中心に、転倒予防や脳を鍛える体操も取り入れて、楽しくおしゃべりしながら活動しています。動作を確認しながらゆっくりと体操しているので、初めての方や体操を覚えるのが苦手な方でも楽しんで運動することができます。



活動日

毎月第2・第4水曜日

10:00～11:00

活動場所

市場町内会館

(本町2-10-1)

メッセージ

ご近所の方たちと体操で気持ちの良い汗を流したり、おしゃべりをして大笑いしたりと楽しい時間を過ごしています。

平成23年5月から始まった活動です。現在は月2回ですが、もう少しやりたいとの声も出ています。お近くの方は、お散歩の途中にでも気軽にのぞいてみてください。



13、双葉町カッピー



主な活動内容

町内会の住民等が会館に足を運び、顔見知りになり、交流を深め、体を動かして少しでも体力向上を図り、心の健康、体の健康を目指している双葉町カッピー体操です。



活動日

毎月第2・第4火曜日
14:00～16:00

活動場所

双葉町町内会館
(本町5-6-3)

メッセージ

楽しい！待ち遠しい！という声が聞かれるようになった双葉町カッピー体操は、平成23年から実施しています。

少しずつでも輪が広がっていくことを目標に！！

笑って、みんなで体を動かしたい方、第1・第3木曜日の13時30分から約1時間程度、双葉町町内会館でお待ちしています。



14、ファミリークラブカッピ体操の会



主な活動内容

「体が元気であるように」「ご近所との交流」を目的に、志木ファイブハイツファミリークラブが母体となって、毎月カッピ体操を行っています。合間にちょっとしたレクリエーションを交えながら、音楽に合わせたカッピ体操と休憩時の会話をみんなで楽しんでいます。



活動日

毎月第1・第3木曜日

14:00～15:00

活動場所

志木ファイブハイツ集会室

(本町5-17-2)

メッセージ

マンションでの生活は、なかなかご近所とおつきあいが難しいのですが、この活動を始めて少しずつ輪が広がっています。健康のために、月2回行っています。参加者の中には、身の回りのことはすべて自分で行っている90代の男性も参加しており、みんなの目標となっています。

今後もみんなが楽しく健康づくり、仲間づくりができることを無理せず続けていきたいと思っています。



15、すいとぴーの会



主な活動内容

町内会の事業として太極拳を10年以上実施し、平成22年6月からはカッピー体操を月2回行っています。カッピー体操は、体も頭もより健康的にしていくことを目的に、いろいろな曲に合わせて体を動かすものです。中には、タオルや手作りのダンベルを使った体操などもあります。スタッフの方の優しい指導の下、各々が無理をせず、できる範囲で行っています。



活動日

毎月第1・第3火曜日

10:00～11:00

活動場所

東町集会所

(本町6-16-23)

メッセージ

家では続けることが難しい体操も、皆さんと一緒に行うことで楽しく続けられることができ、生活に張りが出ます。体操の合間には、おしゃべりをして楽しい時間を過ごし、「楽しく体操」を目的にしています。

なお、会場が狭いため、参加希望の方は社協までご一報ください。



16、ケアラズサロン輝



主な活動内容

「あなたのお話を聴かせてください。私の話も聴いてください」介護している人のお話をよく聴くことをモットーにしています。

お正月やクリスマスには、いつもと雰囲気を変えて楽しく過ごしています。ミニ講座も年1～2回講師を招いて開いています。



活動日

毎月第1月曜日・第3木曜日

10:00～11:30

活動場所

第1月：ペアクレセントモール
第3木：埼玉県警備保障
レンタルスペース
(志木市本町3-2-24)

メッセージ

私たちは2014年11月にさいたまNPOセンターが主催した介護者支援セミナーに参加したメンバーで介護者サロンを立ち上げました。

志木市長寿応援課のご支援を受けながら活動しています。

介護されている人が、ご都合の良い時間に、途中からでも参加できるようにしています。

お帰りも自由です。介護を一人で背負わないでください。



17、みんなでごはん！！



主な活動内容

シニアにも対象を広げた、小学生を中心とした子ども食堂です。毎回、子どもたち全員が参加できるデザート作りを行い、食事以外でも、お絵かき（ホワイトボード）やトランプ遊びなどで、初参加の子どもたちもすぐに、打ち解けて楽しい集まりになっています。



活動日

毎月第2土曜日

17:00～17:20

活動場所

いろは遊学館

(本町1-10-1)

メッセージ

社会福祉協議会主催「子ども食堂ボランティア養成講座」をきっかけに、平成30年10月に始まりました。親子での参加もOK。結果として、全世代交流の場になれば、何よりです。食材のご提供、ボランティアとしての参加も大歓迎です。



18、サロンさくら



主な活動内容

認知症予防と地域住民の親睦を図ることを目的とし、鍵盤ハーモニカや脳トレのレクリエーションなどを行っています。



活動日

第1・第3水曜日

14:00～16:00

※詳細はお問い合わせください

活動場所

シーズウィッシュ共用施設

(幸町3-4-4)

※場所が変更する可能性があります。

事前にお問い合わせください。

メッセージ

主に高齢者を対象としていますが、中年層の認知症に対する危機意識の高い人の参加も歓迎しています。

代表が生涯学習音楽指導員なので、鍵盤ハーモニカを導入するなど、音楽を積極的に取り入れた活動を行っています。脳トレゲーム・朗読・クイズ・近場の散策なども行っています。

会場確保の都合上、開催が不定期のため、参加希望の方は社協までご一報ください。



19、コスモスクラブ体操会



主な活動内容

コスモスクラブ体操会は、平成 22 年 7 月にスタートしました。会としてスタートする前から、皆さんの健康維持と親睦を図るため、ラジオ体操と太極拳を行っています。



活動日

毎朝

6 : 3 0 ~ 7 : 0 0

活動場所

コスモ志木マンション公開公園

(幸町 1 - 8 - 4 0)

メッセージ

会は、年末年始も関係なく、毎日活動しています。近隣の方々や、柏町、遠くは新座団地から、健康維持を願い、午前 6 時 30 分を目指して集まってきます。S さん持参のラジオを囲み、ラジオ体操をします。体操後は、希望者で太極拳をします。参加者は、子どもから大人までさまざまです。

どなたでも参加できますので、皆様のご参加をお待ちしています。



20、サロンおり〜ぶ



主な活動内容

高齢者あんしん相談センター館・幸町の
元気回復事業に参加されている方々を中心
に、その行事内容に関連した活動を行って
います。

朝一番はゆったりとした体操、その後季節に
即したお遊びなど楽しいひとときを過ごし、
多くの仲間と賑やかに軽食をいただき散会。



活動日

毎月第1・第3水曜日
10:00～12:00
もしくは
13:30～15:00

活動場所

西原ふれあいセンター
(幸町3-4-70)

メッセージ

高齢者あんしん相談センター館・幸町の支援をいただきながらサロン活動をしており、
参加者の方々も安心して集まっていただけだと思います。

また、新・旧民生委員・児童委員もボランティアとして関わらせていただいております。

特に幸町地域の皆さんに気楽に集まっていいただける身近なサロンになりますことを願っ
て。元気に楽しく過ごしましょう！



2 1、東の森式番街町内会サロン



主な活動内容

- ①お楽しみ会：毎月講師の方をお招きして、お菓子作り・手芸・木工・絵・写真など、幅広く体験します。
- ②麻雀会：一般と女性の部にわかれて麻雀を楽しみます。

写真準備中

活動日

- ① お楽しみ会は休止中
- ② 麻雀会は不定期開催のため
お問合せください

活動場所

東の森式番街集会所
(館 2 - 6 - 1 3)

メッセージ

町内会のボランティア活動の一つとして2008年に発足しました。

午前中は月変わりのお楽しみ会で、お茶とお菓子をいただきながらさまざまな体験をします。

午後はロングラン麻雀会として、成績をつけながら男女30人以上（8卓くらい）で麻雀を楽しんでいます。



22、とちの樹会体操サロン



主な活動内容

椅子に座ったままでできる軽体操ではじまり、その後にはお茶を飲みながらおしゃべりの時間を楽しんでいます。3月にはお花見会を行うなど、季節の行事も企画しています。



活動日

毎月第2・第4金曜日

10:00～11:30

活動場所

中央の森式番街集会所

(館2-3)

メッセージ

地域福祉コーディネーター（現「地域福祉推進員」）が中心となって、これからの館地区には何が必要か、自分たちにはどんなことができるかを考えながら、平成18年11月にスタートしました。館地区に押し寄せている高齢化の波に負けないよう、無理なく楽しみながら続けられるサロンを目指しています。

ご近所で外出の機会を増やしたいとお考えの方がいらっしゃいましたら、ぜひおいでください。見学也大歓迎です。



23、ひまわりカッピークラブ



主な活動内容

市民体育館で毎週水曜日にカッピー体操を行っています。

館地区の方、新座団地の方などご近所の方が気軽に立ち寄り、体操をしています。



活動日

毎週水曜日

13:30～14:30

活動場所

市民体育館

(館2-2-5)

メッセージ

社協の介護予防で実施していたカッピー体操を、平成30年度から住民で運営しています。

地域の高齢者とカッピー体操を介して交流を深めています。男性、女性問いません。

皆さんもぜひ一緒に体を動かして、健康寿命を延ばしましょう。

お待ちしております！



24、うたの会



主な活動内容

多世代での合唱、歌の練習を通して、地域住民の健康増進を図っています。

年に1～2回、発表会を行うことで、参加者の意欲を高めています。



活動日

毎月第1・2・4木曜日

13:00～17:00

※事前にお問い合わせください。

活動場所

柳瀬川図書館

(館2-6-14)

メッセージ

年代を問わず、どなたでも参加できる活動です。

歌うことを通して健康増進やご近所の人たちとの交流を図っています。

歌うことが好きな人はぜひ活動をのぞきにいらしてください。



25、サロン・ド・もくせい



主な活動内容

季節を感じられるイベントや集いの場です。
笑顔のつながりがうまれるような食と健康を
テーマにした活動をしています。



活動日

毎月第3金曜日

14:00～15:00

活動場所

ふれあい館もくせい

(館1-4-1)

メッセージ

ホットプレートで調理したり、食と健康の工夫についてプチ講座でちょっと知りたいことを学ぶなど、食を中心にしゃべり場として活動しています。

どなたでも気軽に参加できる会です。

一緒に活動したい方、しゃべり場に参加したい方、大募集です！



26、気楽会



主な活動内容

太極拳・気功



活動日

毎週木曜日

10:00～11:00

※令和5年9月～12月は毎週火曜日

14:00～15:00

活動場所

コスモ志木マンション集会室

(幸町1-8-40)

メッセージ

現在は、太極拳と気功の両方を行っています。気功については、音楽に合わせて、呼吸を大事にしながら、ゆるゆると体をストレッチして動かしていきます。

名前のとおり、気楽に参加していただければと思います。



27、かしわ婦人の集い



主な活動内容

私たちは、「元気で転ばないように」を目標として、カッピー体操を行っています。タオルや手作りのダンベルなどを使った体操などさまざまな種類があり、音楽に合わせて声を出しながら、みんなで楽しんでいます。また、年に1～2回程度食事会なども企画しています。



活動日

毎月第2・第3・第4月曜日

10:00～11:30

活動場所

城町内会館

(柏町3-9-69)

メッセージ

カッピー体操を行うことで、体力の維持を図っています。そのためには、続けていくことが大切なので、無理のない程度の軽めの体操を中心に行っています。また、体操の合間には、みんなでおしゃべりをして、わいわいと楽しい時間を過ごしています。

このサロンに参加することで、参加者同士の交流の機会が増え、つながりがより深まります。そして、地域での情報交換の場にもなっています。

今後も、皆さんが楽しく利用できるように心がけていきます。

なお、会場が狭いため、参加希望の方は社協までご一報ください。



28、柳瀬川町内会サロン



主な活動内容

第1木曜日：茶話会

第2木曜日：趣味の会

第3・4木曜日：カッピー体操

これらの活動を中心に、お茶を飲みながらお菓子を持ち寄ったり、囲碁・将棋をしたり、楽しく活動しています。毎回10～15人程度の参加があります。



活動日

毎週木曜日

13:00～16:00

活動場所

柳瀬川町内会館

(柏町6-1-17)

メッセージ

みんな仲良く、気軽に集まることのできる温かい場になっています。春にはお花見をしたり、困ったことがあればみんなで解決します。ここで初めて出会い、仲良くなった方も多く、みんなで旅行に行ったりもしています。

ホームページでも紹介していますので、ぜひ見てください。男性の参加もお待ちしています。みんなで楽しみましょう。

柳瀬川町内会ホームページ <http://yanasegawa.life.coocan.jp/index.html>



29、館町内会サロン



主な活動内容

町内会の皆さんが交流を深める場を用意し、明るく楽しい町内会づくりを目指しています。体を動かし、思考力を高め、心身の健康維持に努める企画に取り組んでいます。現在継続的に実施しているのは健康麻雀教室と健康体操です。

このほかに、ミニコンサートや手芸教室、歌声喫茶などを開催しています。



活動日

健康麻雀教室 毎週月曜日と木曜日

9:00~12:00、13:00~16:00

活動場所

館町内会館

(柏町6-23-16)

メッセージ

顔を合わせて、自分の健康状態や家族のことなど、近況報告やら世間話などの情報交換、手を動かし足を動かしての運動不足の解消と筋力維持、目と指と頭を使つての脳トレ、耳を澄まして声を出してリラックスなど行っています。

だれでも参加できます。お気軽にお越しください。



30、ガーデンサロン



主な活動内容

サンマンション志木ガーデン居住者を中心に、茶話会や体操を行っています。

時々、季節に合わせて歌を歌うなどのイベントも行っています。



活動日

毎週水曜日

13 : 30～16 : 00

活動場所

サンマンション志木ガーデン集会所

(柏町 3 - 9 - 67)

メッセージ

サンマンション志木ガーデンは、120世帯、築33年のマンションで、高齢の方も多くいらっしゃいます。数年前からマンション集会所で集いの場の立ち上げを提案する声が出ていましたが、平成29年2月から自主的に有志でサロン活動を開催し、マンションの理事会で賛同が得られました。

当初は茶話会のみでしたが、参加者の方から体操をしたいとの声があがり、平成30年8月からいろは百歳体操も行っています。

参加者同士で協力し準備や声かけなども行い、実際に筋力アップの効果を感じる方もいらっしゃいます。年末には「クリスマス音楽の集い」も実施いたしました。

お茶を飲みながら世間話などをして気楽に集いながら、何かあった時には自然と助けあえるような関係をつくっていきたいと考えています。



3 1、友引会



主な活動内容

おおよそ月に1回、友引の日に茶話会を開催しています。季節の話題や、参加した方々のお話は、和気あいあいとした雰囲気が一層盛りあがります。毎回10名前後の方が参加しています。



活動日

毎月1回 友引の日

14:00～15:00

活動場所

宝幢寺長屋門休憩所

(柏町1-10-22)

メッセージ

住み慣れた地域で誰もが集い、お茶を飲みながらおしゃべりをし、いつまでも心身ともに元気でいられることを目的としています。また、友が友を引っ張り、少しずつ人の輪を広げ、親睦を図っています。

境内には季節により様々な草木が花を咲かせますので、参加者の皆さんで観賞しています。

次回開催日は宝幢寺長屋門の掲示板にてご案内しておりますので、ぜひお気軽にご参加ください。



3 2、そらいろ（空彩）



主な活動内容

生活困窮者、ひとり親世帯など何らかの理由で十分な食事をとることができない状況の人々に、食品等を提供します。



活動日

お問い合わせください。

※団体の Twitter、Instagramあり

活動場所

志木市柏町 2 - 2 7 - 1 3

メッセージ

柏町の「そらいろハウス」で、フードパントリー、フードドライブ、子どもの居場所活動などを行っています。

必要な支援やステップを共に考え、医療、地域、教育等、その方が必要としているケースに合わせて関係各所へつなげます。

百歳体操

サロン／団体名	活動状況	活動日	活動場所
33、いろは百歳体操 KARIN 	百歳体操	毎週水曜日 14:00～15:00	本町 6 - 1 8 - 2 6 (はんだ内科クリニック様となり)
34、百歳体操シルバービューティー 	百歳体操	毎週火曜日 13:30～15:00	ふれあい館 もくせい (館 1 - 4 - 1)
35、中央の森参番街百歳体操 	百歳体操	毎週水曜日 10:00～11:30	志木ニュータウン 中央の森参番街 集会所

いきがいサロン（余裕教室活用・毎日運営型）

サロン／団体名	活動状況	活動日	活動場所
36、いきいき サロン いきいきサロン 運営委員会	さまざまな趣味活動が行われているサ ロン。活動は、麻雀、ダーツ、歌声、 絵手紙、手芸、工作、囲碁、太極拳、 体操、パソコン相談室等。	日・祝・木曜除く 毎日 9:00～16:00	志木第二小学校 教育福祉ふれあい館 TEL(080)9393-1611
37、ふれあい サロン ふれあいサロン 運営委員会	さまざまな趣味活動が行われているサ ロン。活動は、ボーリング、民謡、ウ ォーキング、手芸、写経、体操、輪投 げ、脳トレ、工作、マグダーツ等。	日・祝・木曜除く 毎日 9:00～16:00	宗岡小学校 三世代交流館 TEL(070)3363-0329

街なかふれあいサロン（空き店舗活用・毎日運営型）

サロン／団体名	活動状況	活動日	活動場所
38、 スペース・わ ダリアの会	お茶を飲みながら楽しくお喋りのでき る地域の高齢者の憩いの場。お弁当を 持参で昼食を食べながらお話しするこ とも OK。	日・木除く毎日 13:00～14:30 15:00～16:30	ペアモール商店街 （柳瀬川書店隣り） TEL(048)487-3771
39、ふれあい サロン あざみ みのりの会	お茶を飲みながら楽しくお喋りのでき る地域の高齢者の憩いの場。季節の行 事の他、誕生日会、地域との交流も。	日・祝・水除く毎日 10:00～12:00	中宗岡 1-19-27 コージーコート TEL(048)471-7760

サロン／団体名	活動状況	活動日	活動場所
40、いろは元気 サロンカフェ 元気加の運営委員会	60歳以上の高齢者を対象に、1日 100円でお茶・コーヒー・紅茶・麦 茶などを提供。リハビリ設備併設。	毎週月曜（祝除く） 10:00～12:00 14:00～16:00	本町1丁目交差点 本町1-6-3 (048)424-4856

福祉団体運営サロン（市活動場所提供、毎日運営型）

サロン／団体名	活動状況	活動日	活動場所
41、わいわい サロン 福祉団体連絡会 おおぞら	市内8つの福祉団体で構成している 「福祉団体連絡会おおぞら」が運営。 福祉の情報提供や障がい者の自立支 援、社会参加、地域交流、会員相互の 活動の拠点となっている。	土・日除く毎日 12:00～16:00	福祉団体の店 わいわいサロン (ヤオコー本町店 向かい) (048)487-6676

コミュニティふれあいサロン（市活動場所提供、毎日運営型）

サロン／団体名	活動状況	活動日	活動場所
42、Reiwa 市民ボランティア	市内初の空き家活用サロン。性別や 年齢を問わず参加できる。活動は、 体操・書道・囲碁・将棋・麻雀等。	土・日・祝除く毎日 10:00～15:00	せせらぎの小径付近 下宗岡2-3-23

※令和5年7月26日現在

※マークについて

体操・レク中心

茶話中心



サロンってなに？

ふれあい・いきいきサロンは、全国社会福祉協議会が 1994 年に提唱した活動で、地域で互いにつながりをつくる集いの場です。参加する一人ひとりがともに楽しい時間を過ごしなが
「地域の一員」としての気持ちを高め、地域社会におけるつながりを再構築し、地域の助け合い
が広がっていく場です。



サロンの特徴

①気軽に

サロンは地域に住む人たちが出会い、交流し、仲間づくりができ、気軽に立ち寄れる場です。

②楽しく

サロンは参加者が楽しく集うことが第一ですが、担い手自身が「楽しい」と感じる事が
さらに大切です。

③無理なく

地域で生活する人が主役です。地域の皆さんが居心地よく、無理なく活動しましょう。

④自由に

サロンに「こうでないといけない」という決まりはありません。参加者の状況や希望によって
自由に活動を展開しましょう。

⑤多様な運営形態で

サロンは高齢者、障がい者、子育て中の方など、参加者を限定せず地域の人たちが集まること
ができます。

町内会、老人クラブ、福祉団体、地域のボランティアグループ等の実施団体も多様です。

サロン活動を始めてみませんか？

社会福祉協議会では、サロン活動を楽しく安心して続けられるよう支援します。

- ・ 事務費の支給
- ・ 会場費の支援
- ・ 保険加入
- ・ 広報支援（社協だよりへの掲載・チラシ作成配布等）
- ・ 相談支援（プログラム相談・運営相談等）
- ・ ボランティア調整（介護予防体操ボランティア、傾聴ボランティア等）
- ・ 物品貸出（レクリエーション用品）
- ・ 連絡会開催



活動してみたい、立ち上げたいなどの詳細につきましては、下記にお問い合わせください。

社会福祉法人 志木市社会福祉協議会

〒353-0001

埼玉県志木市上宗岡1-5-1

TEL (048) 474-6508 (地域福祉担当)

FAX (048) 475-0014