



井口台・鈴が峰地区 お出かけマップ

【井口台集会所】(井口台地区社会福祉協議会)

- ① ふれあいサロンひまわり
：第4火曜 10時～15時
- ② ふれあい会食：第2土曜 12時～
- ③ 囲碁同好会：日曜 13時～
- ④ 麻雀同好会：火曜 9時半～
- ⑤ 初級麻雀同好会：月曜 9時半～
- ⑥ 唄おう会：第2・4火曜 13時～
- ⑦ 井口台琴和会：第1・3火曜 10時～
- ⑧ 子育て塾ト：第2月曜 10時～
- ⑨ 生活支援部：
大型ごみの搬出や庭木の手入れ、高所での作業などのお手伝い(1時間300円)
- ⑩ たんぽぽヨガ体操：毎週月曜 10時 or 13時～
- ⑪ 井口台さくらウォーク：第4金曜 13:30～
- ⑫ コーラスすみれ：第1・3水曜 13時半～
- ⑬ 女声コーラスわすれな草
：第2・3・4木曜 10時～
- ⑭ 井口台民踊たちばな：第2・4月曜 13時～
- ⑮ 折り紙教室：第1木曜 12時半～
- ⑯ 3B体操：第1・3火曜 16時～



鈴が峰会館(鈴が峰地区社会福祉協議会)

- TEL082-209-0331
- ⑱ ふれあいいきいき鈴が峰サロン(会食・講座など)
：第3土曜日 11時～13時
 - ⑲ 囲碁・将棋サロン
：火・木・土・日曜 13時～16時
 - ⑳ 大きな声で歌う会：第1月曜 10時半～12時
 - ㉑ 麻雀教室：月曜 13時～16時
 - ㉒ 折り紙教室：第1火曜 10時～12時
 - ㉓ どんぐりウォーク：第4木曜 時間はその都度
 - ㉔ みどりの会(公園清掃)：第2土曜 16時～17時
 - ㉕ 子育て広場：第3月曜 9時半～11時半
 - ㉖ おやしバンド：第1日曜 18時～21時
 - ㉗ 年輪会カラオケ愛好会
：第1・3木曜 10時～12時
 - ㉘ さくらのつどい：年3回程度
 - ㉙ がん体験者・家族の集い

エイブル
☆カラダすっきり体操教室
：月～土(木曜休館)
10時半・14時半～1時間
☆送迎付き会員
：午前・午後2時間

**井口台・井口
地域包括支援センター**

井口台・井口地域包括支援センター
TEL: 501-6681

問合せ：井口台集会所 TEL277-5992(月・水・金の13時～15時)

地区名	番号	名称	開催場所	開催日時	主な開催内容	参加対象者	参加費	主催者	
井口台	1	友愛ネットワーク井口台ふれあいサロン ひまわり	井口台集会所	第4火曜日 10時～15時	手芸、健康体操、認知症予防講座、カラオケなど楽しいふれあいサロン	どなたでも	実費負担	友愛ネットワーク 井口台	
	2	友愛ネットワーク井口台ふれあい会食		毎月 第2土曜日 (8・9月は休み) 5月と10月は 青空会食	季節にあった楽しい食事と談笑、歌など ※歩行困難な方は送迎	65歳以上の一人暮らし、それに準ずる高齢者世帯	300円 (青空会食は実費負担)		
	3	囲碁同好会		毎週日曜日 13時～17時	囲碁	どなたでも	なし	井口台社協	
	4	麻雀同好会		毎週火曜日 9時半～17時	麻雀	どなたでも			
	5	初級麻雀同好会		毎週月曜日 9時半～16時半	麻雀・初心者大歓迎	どなたでも			1500円/年
	6	唄おう会		第2・4火曜日 13時～15時半	自由に好きな曲を選びカラオケを歌う。	悠友会会員だが問わない			悠友会
	7	井口台琴和会		毎月第1・3火曜 10時～12時	大正琴	どなたでも	2000円/月	井口台社協	
	8	友愛ネットワーク井口台子育てサポート		毎月 第2月曜日 10時～12時	乳児検診 健康相談会 母親とのふれあい				友愛ネットワーク 井口台
	9	生活支援部		随時	大型ゴミの搬出 庭木の枝落しなどひとりでは手に終えない仕事の手助け	原則高齢者・障害者世帯	1時間：300円 600円を限度(2時間以上無料)	井口台社協	
	10	たんぼぼヨガ体操		毎週月曜日 10時～12時or 13時～15時半	健康ストレッチ、筋肉トレーニングを行い転倒防止、若返りに役立つ	どなたでも	1000円/月		
11	井口台さくらウォーク	集合場所 井口台集会所	第4金曜日 13時半～約2時間	ウォーキング	どなたでも	無料	さくらウォーク団体		
12	コーラスすみれ	井口台集会所	毎月第1・3水曜 13時半～15時半	コーラス・発表 永田先生指導	どなたでも	1700円/月			
13	女声コーラス わすれな草		毎月第2・3・4木曜 10時～12時	コーラス・発表 先生指導	どなたでも	3000円/月			
14	井口台民謡たちばな		毎月第2・4月曜日 13:00～15:00	先生の指導 井口台音戸など踊り健康増進	どなたでも	1100円/月			
15	折り紙教室		毎月第1木曜日 12時半～14時	折り紙を楽しむ ※老人会後開催	どなたでも	無料			
16	3B体操		第1・3火曜日 16時～	講師による3B体操		月会費あり	個人		
17	グラウンドゴルフ		井口台公園	月・水・金 8:30～	グラウンドゴルフ 第3金は月例会会食	どなたでも	300/月	社協	
☆	カラダすっきり体操教室	エイブル広島	月～土曜(木休館) 10時半～11時半 14時半～15時半	ストレッチや道具を使った体操 (一部送迎あり)	介護認定を受けていない方(要相談)	週1会員 6600円/月 週2会員 8800円/月	エイブル広島		
☆	エイブル送迎付き会員	エイブル広島	月～土曜(木休館) 午前・午後2時間	曜日・時間によっては送迎エリアが異なる(要相談)					

悠友会…井口台老人クラブ(年1200円)

地区名	番号	名称	開催場所	開催日時	主な開催内容	参加対象者	参加費	主催者
鈴が峰地区	18	ふれあいいきいき 鈴が峰サロン	鈴が峰会館	第3土曜日 11:00~13:00	ふれあい会食・親睦・各種講座など	鈴が峰住民	300円	地区社協
	19	第2住宅サロン (ふれあいサロン)	第2住宅集会所	毎週水曜 10:00~12:00	第1・3 : 脳トレ・写真会等 第2・4 : 娯楽・お茶会など	自治会	無料	自治会 管理組合
	20	第3住宅サロン	第3住宅集会所	随時開催	茶話会・夏祭りなど	休止中		自治会
	21	第4住宅サロン	第4住宅集会所	随時開催	学生塾・書道など	自治会		
	22	東住宅サロン (サロンつばさ)	東住宅集会所	火・木そろばん教室				
	23	わいわいサロン	ガーデン集会所	第2・4水曜 13:30~16:00	ダーツ・輪投げ・麻雀など	相談		
	24	ふれあいサロン		第3水曜 13:30~15:00	茶話会	自治会		
	25	男のだべり塾		第3木曜 19:00~	茶話会	自治会		
	26	ピンポン教室	鈴が峰児童館	第2・4火曜日 10:00~12:00	卓球の練習 子ども達との交流		500円/年	地区社協
	27	囲碁・将棋サロン	鈴が峰会館	毎週火・木・土・日 13:00~16:00	囲碁・将棋	参加者へ相談	2,000円/年	
	28	大きな声で歌う会		第1月曜日 10:30~12:00	童謡・唱歌の練習	参加者へ相談	1,000円/年	
	29	麻雀教室		毎週月曜日 13:00~16:00	麻雀の練習	鈴が峰住民	1,000円/年	
	30	折り紙教室		第1火曜日 10:00~12:00	折り紙の練習	鈴が峰住民		
	31	どんぐりウォーク (ウォーキング教室)	町内周辺	第4木曜日 時間はその都度	ウォーキングと交流 施設見学等	鈴が峰住民	無料	
	32	みどりの会(公園清掃)	鈴が峰会館前公園	第2土曜日 16:00~17:00	清掃活動		500円/年	
	33	子育て広場	鈴が峰会館	第3月曜日 9:30~11:30	乳幼児健康相談日		無料	母親クラブ 民生委員
	34	おやじバンド		第1日曜日 18:00~21:00		参加者固定	2000円/年	地区社協
	35	年輪会 カラオケ愛好会		第1・3木曜 10:00~12:00			鈴が峰住民	年輪会
	36	さくらのつどい		年3回程度開催		おおむね75歳以上のお一人暮らし、それに準ずる高齢者お二人暮らしの方の交流		
37	オレンジカフェすずがみね	力田病院		毎月第3土曜日 13:00~16:00	交流、講座、相談など	どなたでも	100円	地区社協
38	がん体験者・ 家族のつどい	鈴が峰会館		気軽に参加・相談する 場です	どなたでも	100円		
39	ゴリラ会ラジオ体操	ゴリラ公園	毎週月~金 6時半~	ラジオ体操 ※雨天中止	どなたでも	無料		