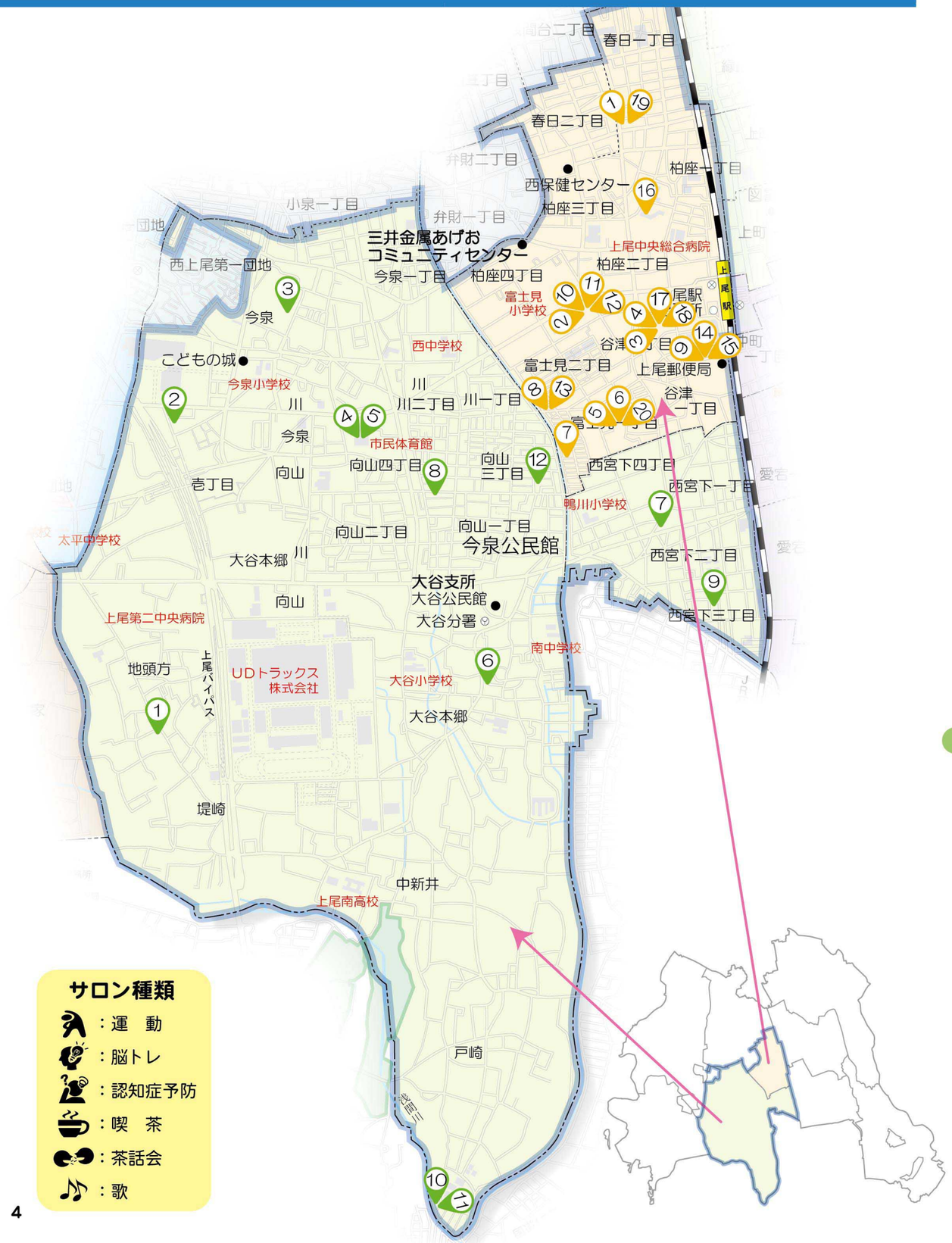
上尾市生活支援体制整備事業

つどいの場マップ

上尾西／大谷 地区



サロン種類

- ：運　動
- ：脳トレ
- ：認知症予防
- ：喫　茶
- ：茶話会
- ：歌

上尾西地区

1 春日アッピー元気体操
春日記念会館　春日1−45−9
毎週金曜日　10:00〜11:15
参加費　なし

2 アッピー元気体操 柏座公民館
柏座公民館　柏座2−14−2
毎週火曜日　10:00〜11:30
参加費　なし

3 アッピー元気体操 谷津会場
谷津公民館　谷津2−3−23
毎週金曜日　14:00〜15:00
参加費　なし

4 観音ラジオ体操会
谷津観音境内　谷津2−3−23
元旦を除く毎日
6:30〜6:40
参加費　なし

5 サロン「青空」
富士見一丁目公民館　富士見1−8−33
①第1日曜喫茶　①10:00〜12:00
②第3日曜ランチ　②11:30〜15:00
参加費 ランチ：300円／回　喫茶：100円／回

6 富士見アッピーにこにこクラブ
富士見一丁目公民館　富士見1−8−33
毎週木曜日　13:00〜15:30
参加費　なし

7 富士見団地第三公園 ラジオ体操会
富士見団地第三公園　富士見1−19
毎週月曜日〜土曜日（5月〜11月のみ実施）
6:20〜6:50
参加費　なし

8 アッピースマイル体操 富士見団地集会所
富士見団地集会所　富士見2−11−7
第1・2・3水曜日　10:00〜11:30
（水曜日が月5回の場合は第4週も実施）
参加費　なし

9 ソフィア上尾 ラジオ体操クラブ
ソフィア上尾集会室　谷津2−1−1
毎週金曜日　10:00〜11:30
参加費　なし

10 サロンかしわざ
柏座公民館　柏座2−14−2
第3火曜日　13:30〜15:30
参加費　100円／回、クリスマス会200円

11 「サロンかしわ」
柏座公民館　柏座2−14−2
第1・2・3月曜日いずれか1回
13:00〜15:00
参加費　100円／回

12 三丁目サロン
柏座公民館　柏座2−14−2
第1金曜日　13:30〜15:00
参加費　100円／回

13 サロン［ひまわり会］
富士見団地集会所　富士見2−11−7
第3土曜日　13:00〜14:30
参加費　100円／回

14 ふれあいサロン・ソフィア
ソフィア上尾B棟集会室　谷津2−1−1
第1月曜日　13:30〜15:30
参加費　100円／回

15 ふれあいサロン・ソフィア
谷津公園　谷津2丁目
毎週土曜日　9:00〜10:30
休止：酷暑・酷寒期
参加費　なし

16 ふれあいサロン
パーク上尾団地管理棟集会室
柏座3−1−48
毎週金曜日　14:00〜15:30
参加費　なし

17 谷津サロン（1丁目）
谷津公民館　谷津2−3−23
毎月第1日曜日　13:30〜15:00
参加費　100円／回

18 谷津サロン（2丁目）
谷津公民館　谷津2−3−23
毎月第1日曜日　13:30〜15:00
参加費　100円／回

19 春日倶楽部
春日記念会館　春日1−45−9
毎月末水曜日　12:00〜14:00
参加費　300円／回

20 サロン「富士見・映画クラブ」
富士見一丁目公民館　富士見1−8−33
第4金曜日（7・8月は他に1回）
13:30〜15:30
参加費　なし

大谷地区

1 地頭方アッピー元気体操
地頭方公民館　地頭方114
毎週金曜日（8月除く）10:00〜12:00
参加費　200円/年

2 軽体操サロン
大谷地区壱丁目愛宕会館
壱丁目北14−8
毎週木曜日　9:00〜12:00
参加費　実施状況により不足の場合のみ

3 いずみ倶楽部
今泉公民館　今泉149
第1・3水曜日　10:00〜12:00
参加費　100円／月

4 アッピー木曜クラブ
上尾市民体育館　向山4−3−10
毎週木曜日　10:00〜11:30
参加費　なし

5 市民体育館アッピー体操
上尾市民体育館　向山4−3−10
毎週火曜日　10:00〜12:00
参加費　なし

6 アッピー元気体操 大谷本郷自治会
大谷本郷自治会館　大谷本郷802-1
第2・4水曜日　10:00〜11:30
参加費　なし

7 アッピー元気体操 天神会館
西宮下天神会館　西宮下1−224
第1・3・5週月曜日　9:30〜11:00
参加費　200円/年

8 ふれあいサロン
向山自治センター　向山1−43−8
月1回　13:30〜15:30
参加費　なし
内容により500円程度

9 なかよしサロン
西宮下三丁目自治会館　西宮下3−18
第2火曜日　10:00〜12:00
参加費　なし

10 ふれあいサロン
戸崎団地自治会館　戸崎1−51
第1土曜日または第3土曜日
10:00〜11:00
参加費　なし

11 にこにこサロン
戸崎団地自治会館　戸崎1−51
第3土曜日または第4土曜日
10:00〜12:00
参加費　100円／回

12 ふれあいカフェ
向山サポートセンター　向山3−2−8
毎月20日（拠点閉所日はその前後の日程）
10:00〜12:00
参加費　なし