

つどいの場マップ

東ロエリア版

※注 上尾市集いの場活動団体補助金及び上尾市社会福祉協議会 地域交流サロン事業補助金申請団体を対象としています。



- サロン種類**
- 👤: 体操
 - ☕: 茶話会
 - 🍵: 喫茶
 - 🧠: 脳トレ
 - 🎤: 歌
 - 👶: 子育て

- 上尾東地区**
- 1 サロン「みどりがおか」
緑丘公民館 緑丘2-2-25
毎月5日 13:30~16:00
 - 2 緑丘アップー元気クラブ
緑丘公民館 緑丘2-2-25
毎週金曜日 13:30~14:50
 - 3 緑丘五丁目
アップー元気体操クラブ
緑丘五丁目公民館 緑丘5-15-3
毎週水曜日 9:30~11:00
 - 4 フレイル予防サークル
「はつらつ」
上尾市文化センター 会議室 ニツ宮750
月3回(原則水曜日) 9:00~12:00
 - 5 グリー
上尾公民館及び上尾市文化センター ニツ宮750
月3回(水曜日) 13:30~14:30
 - 6 チャイム・クリスタル
上尾公民館 ニツ宮750
毎週木曜日 10:00~11:45
 - 7 アップー体操クラブ上尾
上尾市文化センター・上尾公民館
ニツ宮750
月3回(土曜日) 9:30~11:30
 - 8 ニツ宮サロン
「ヨーガ同好会」
ニツ宮公民館 ニツ宮943
月4回(月曜日) 9:00~11:00
 - 9 フレンド
(アップー元気体操他)
ニツ宮公民館 ニツ宮943
毎週火曜日(第2火曜日を除く) 14:00~15:30
 - 10 ビレッジハウス上尾向原
上尾向原自治会集会所 上尾村1269-1
毎週水曜日 13:00~16:00
 - 11 向原ふれあいサロン
向原公民館 上尾村543-3
第1日曜日 10:00~13:00
 - 12 本町アップー元気体操の会
本町自治会館 本町5-18
毎週水曜日(第5を除く)
10:00~11:30
 - 13 原新町元気アップー体操会
原新町公民館 原新町12
毎週月曜日(祝日を除く)
9:30~12:00
 - 14 「ふれあいサロンひがし」
上尾東団地集会所 本町6-13-8
第4水曜日 14:00~16:00

- 上尾南地区**
- 1 仲町ふれあいサロン
仲町公民館 仲町1-10-16
第4木曜日 10:00~11:30
 - 2 愛宕第二いきいきクラブ
愛宕公民館 愛宕1-18
第1,3火曜日・第2,4水曜日
13:30~15:00
 - 3 愛宕二丁目サロン
愛宕公民館 愛宕1-18
毎月20日 10:00~11:30
 - 4 アップー元気体操 栄町
栄町公民館 栄町4-14
毎月5日,15日,25日
13:30~16:00
 - 5 アップー元気体操
東町会館 東町1-3-21
毎週火曜日(第5を除く) 10:00~11:30
 - 6 あずまサロン
東町会館 東町1-3-21
第2水曜日 10:00~12:00
 - 7 陣屋のびのび親子ひろば
陣屋公民館 上尾下910-1
第2水曜日 10:00~11:30
 - 8 Goodもっと倶楽部
Zoom利用による各自宅及び
各地区公民館等
毎週木曜日 13:30~15:00

- 尾山台団地地区**
- 1 尾山台健康体操クラブ
尾山台団地集会所 瓦葺2716
毎週金曜日 13:00~15:00
 - 2 地域リハビリ教室「五月会」
尾山台みんなのひろば 瓦葺2716
第2,4火曜日 10:00~12:00
 - 3 ふれあい喫茶
尾山台団地集会所 瓦葺2716
第1水曜日 11:00~14:00
 - 4 映画の集い
尾山台団地集会所 瓦葺2716
第4水曜日 13:00~16:00
- 原市団地地区**
- 1 健康マージャン
原市団地集会所 原市3336
第2,4土曜日 9:00~13:00
 - 2 ふれあい喫茶
原市団地集会所 原市3336
第2水曜日 11:00~15:00

- 原市地区**
- 1 アップー元気体操
原市第一区会場
上尾市原市第一区公民館 原市1006-2
毎週金曜日 14:00~15:30
 - 2 原市2区町内交流会サロン
原市二区集会所 広場 原市北1-21-12
月1回 9:00~11:00または10:00~12:00
 - 3 3区ふれあいサロン
原市三区公民館 原市2252-1
第2木曜日 10:00~12:00
 - 4 白樺団地サロン
①第2,4月曜日 ベタンク 10:00~12:00
白樺公園 原市3300
②第4金曜日 バランスボール 14:00~15:30
③第5木曜日 内容は随時決定
白樺団地集会所 原市3233-98
 - 5 お茶のみ広場
原市五区公民館 原市3705
第1土曜日 9:30~12:00
 - 6 ラジオ体操
原市五区公民館 原市3705
第1,第2土曜日 14:00~14:30
 - 7 アップー元気体操
むつみ水交会(月曜日)
原市むつみ水交自治会館 原市569-15
毎週月曜日 10:00~11:00
 - 8 アップー元気体操
むつみ水交会(水曜日)
原市むつみ水交自治会館 原市569-15
毎週水曜日 10:00~11:00
 - 9 地縁団体むつみ・水交会
サロン
原市むつみ水交自治会館 原市569-15
毎週金曜日 14:00~15:30
 - 10 アップー元気体操
東大宮ハウス
東大宮ハウス集会所 大字原市3873-12
毎週金曜日 13:00~15:00
 - 11 7区朝市
むじなや公園 瓦葺1525-5
月1回 8:50~
 - 12 おしゃべりカフェ
原市七区会館 瓦葺1525-4
第4金曜日 11:00~13:00
 - 13 ラジオ体操
むじなや公園 瓦葺1525-5
原市1番耕地区(セキスイ公園)
月一金曜日 8:40~8:50
 - 14 おしゃべりプラザ・カフェ
原市八区自治会館 瓦葺1035-1
①プラザ 第4月曜日(年7回) 10:00~11:30
②カフェ 第4月曜日(年2回) 11:00~13:30
 - 15 840ラジオ体操の会
原市九区自治会館広場 瓦葺2280-1
毎日(雨天中止)
8:40~8:50
 - 16 9区おしゃべりカフェ
原市九区自治会館 瓦葺2280-1
奇数月(6・7・9・11・13月)の第3金曜日
10:30~13:00
 - 17 アップー元気体操
原市9区自治会館
原市九区自治会館 瓦葺2280-1
毎週木曜日 10:00~11:20
 - 18 はらいち台自治会・火曜サロン
はらいち台自治会館 原市1790-1
毎週火曜日 9:00~11:30
 - 19 はらいち台自治会・ヨガサークル
はらいち台自治会館 原市1790-1
毎週月曜日 13:30~16:00
 - 20 アップー元気体操
原市10区会場
はらいち台自治会館 原市1790-1
毎週水・木曜日 水:9:30~11:30 木:14:00~16:00
 - 21 アップー元気体操
柳通り北区自治会館
柳通り北自治会館 原市1380-4
毎週月曜日 14:00~15:30
 - 22 ふれあいサロン
柳通り北自治会館 原市1380-4
第3金曜日 13:30~15:30

- 上平地区**
- 1 町谷アップー元気体操
町谷町内会
町谷区公民館 上122
毎週水曜日 10:00~12:00
 - 2 町谷町内会談話室
町谷区公民館 上122
第3木曜日 10:00~12:00
 - 3 宮の下区スマイル
宮の下区集会所 上654-4
毎週月曜日 9:00~12:00
 - 4 アップー元気体操宮の下
宮の下区集会所 上654-4
毎週火曜日 9:00~12:00
 - 5 さわやかサロン宮の下
宮の下集会所 上654-4
第1日曜日 10:00~12:00
 - 6 上郷区茶話会・カラオケ
上郷集会所 上1256-3
第4木曜日 10:00~11:30
 - 7 上郷アップー元気体操
上郷集会所 上1256-3
第1,2,3火曜日 10:00~11:30
 - 8 箕の木区自治会アップー元気体操
箕の木会場
箕の木公民館1階集会所 上953-3
第2,4木曜日 10:00~11:00
 - 9 上新梨子自治会
上新梨子集会所 上723-5
第2,4火曜日 9:00~11:00
 - 10 やすらぎサロン
上新梨子集会所 上723-5
第3木曜日 9:00~12:00
 - 11 アップー元気体操
西門前集会所
西門前集会所 西門前412-15
毎週木曜日 10:00~11:30
 - 12 西門前通いの場づくり
西門前集会所 西門前412-15
①サロン:第3日曜日 13:00~
②ストレッチ:毎週火曜日 10:00~
 - 13 アップー元気体操南会場
南区公民館 南228-2
第1,3月曜日 13:00~15:00
 - 14 なんしんアップー
南新梨子公民館 南303-1
第2,4水曜日 10:00~11:00
 - 15 サロン「悠遊友」
南新梨子公民館 南303-1
第1木曜日 10:00~12:00
 - 16 「やすらぎサロン」
下組公民館 菅谷1-25
第3木曜日 13:30~15:30
 - 17 「ふれあい農園」
下組公民館 菅谷1-25
第1,3日曜日 9:00~11:00
 - 18 アップー元気体操下組会場
下組公民館 菅谷1-25
第2,4土曜日及び第3木曜日
(状況に応じて開催) 10:00~11:30
 - 19 いきいきサロン
「しんでん」
新田公民館 菅谷3-30
第3土曜日 13:30~15:00
 - 20 須ヶ谷アップー元気体操
須ヶ谷集落センター 須ヶ谷2-111
第2,4水曜日 9:30~11:30
 - 21 サロン須ヶ谷
須ヶ谷集落センター 須ヶ谷2-111
第4土曜日 10:00~12:00
 - 22 わくわくサロン上平塚
上平塚区民センター 平塚1-148
第3金曜日 13:00~15:00
 - 23 中平塚アップー元気体操
中平塚自治会館 平塚1708
第1金曜日,第4日曜日 10:00~11:30
 - 24 地域交流サロン
「はじめのいっぽ!!」
中平塚自治会館・畑(会館隣) 平塚1708
月1回(土曜日または平日) 10:00~12:00
 - 25 サロン下平塚
下平塚区民会館 平塚518
第3木曜日 13:30~15:30
 - 26 サロンだんらん
ビレッジハウス上尾集会所 平塚2025
第2日曜日 13:00~15:00
 - 27 こぼとサロン
シラコバト団地1集会所 上370番地 24号棟
第1日曜日 13:00~15:00
 - 28 ふれあいサロン錦
錦町第2公民館 錦町35-2
第2,4木曜日,第2金曜日または土曜日 10:00~12:00
 - 29 地域リハビリ教室
上平公民館 講義室1,2 上平中央3-31-5
第2,4金曜日 13:00~15:00

●お問い合わせ● 上尾市社会福祉協議会
048-773-7155 発行日: 2024年3月22日
○無断転載・複製を固く禁じます