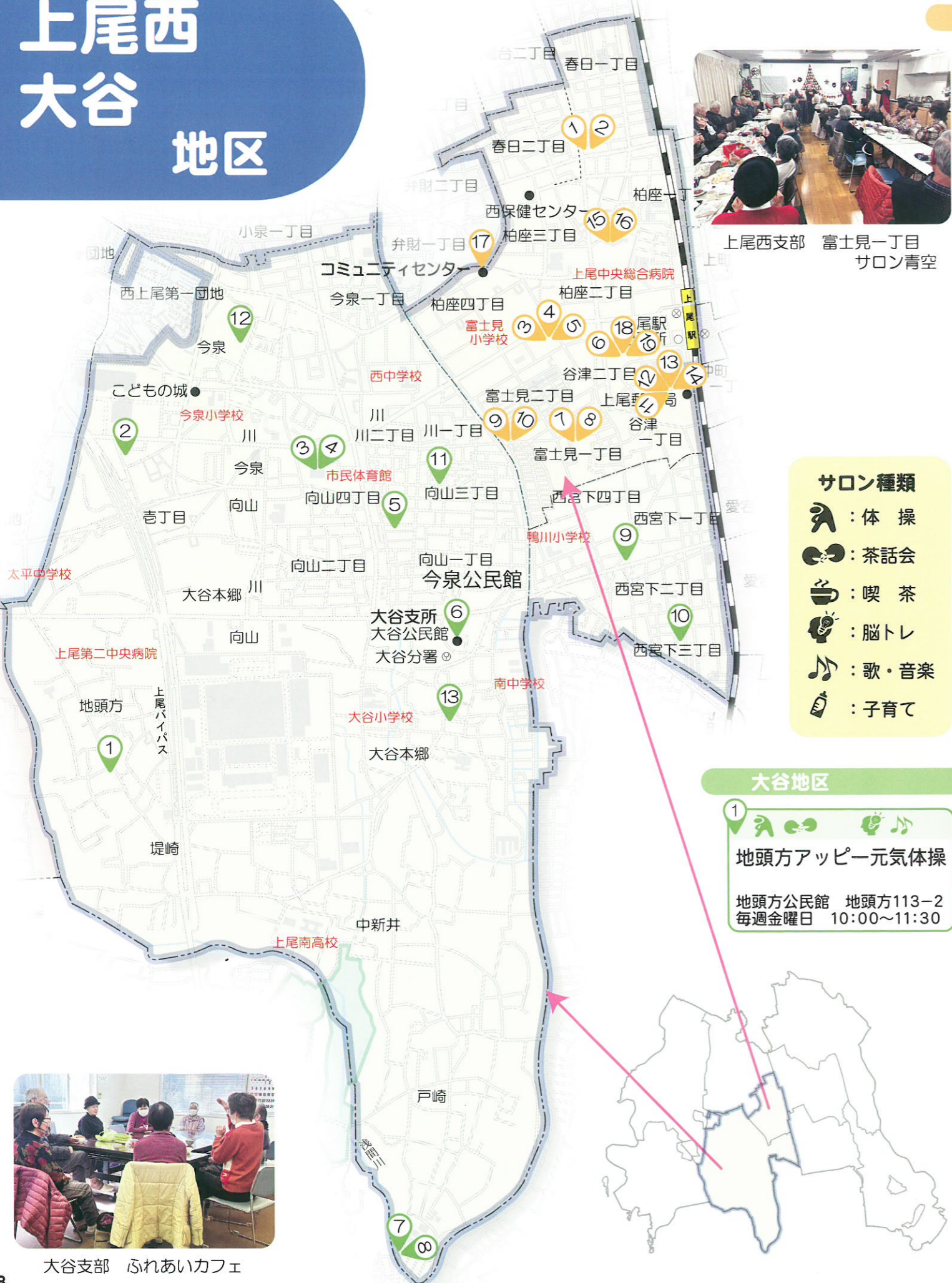


# 上尾西 大谷 地区



- サロン種類**
- : 体操
  - : 茶話会
  - : 喫茶
  - : 脳トレ
  - : 歌・音楽
  - : 子育て



大谷支部 ふれあいカフェ

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	2	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
3	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	4	「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
5	柏座3丁目サロン 柏座公民館 柏座2-14-2 第1金曜日 13:30~15:00	6	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
7	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 13:30~15:00	8	サロン「青空」 富士見一丁目公民館 富士見1-8-33 毎月第1, 3日曜日 10:30~ 季節のイベント年6回
9	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 (水曜日が5週ある場合は第4も実施) 10:00~11:30	10	サロンひまわり会 富士見団地集会所 富士見2-11-7 第1土曜日 13:00~14:30
11	ソフィア・フレイル 予防運動 ソフィア上尾集会室 谷津2-1-1 毎週木曜日 10:00~11:30	12	ふれあいサロン・ソフィア ソフィア上尾集会室 谷津2-1-1 第1月曜日 13:30~15:30
13	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	14	ソフィア上尾 ラジオ体操クラブ ソフィア上尾マンション内集会室 谷津2-1-1 毎週金曜日 10:00~11:30
15	パーク上尾 アッピー元気体操 パーク上尾管理棟 柏座3-1-48 毎週木曜日 10:00~11:30	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
17	ファイトアッピー 三井金属あげおコミュニティセンター 柏座4-2-3 毎週月曜日 10:00~11:30	18	谷津サロン(1丁目) 谷津公民館 谷津2-3-23 毎月第1水曜日 13:30~15:00
19	谷津サロン(2丁目) 谷津公民館 谷津2-3-23 毎月第1水曜日 13:30~15:00		
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113-2 毎週金曜日 10:00~11:30	2	軽体操サロン 吉丁目北愛宕会館 吉丁目北14 毎週木曜日 10:00~11:30
3	市民体育館アッピー体操 市民体育館 卓球室・会議室 向山4-3-10 毎週火曜日 10:00~11:30	4	アッピー木曜クラブ 市民体育館 卓球室・会議室 向山4-3-10 毎週木曜日 10:00~11:30
5	ふれあいサロン 向山自治センター 向山1-43-8 1回 13:30~15:30(夏期14:00~16:00)	6	大谷アッピー元気体操 大谷公民館 大谷本郷949-1 毎週月曜日 10:00~11:20
7	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	8	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
9	アッピー元気体操 天神会館 西宮下一区天神会館 西宮下1-224 第1, 3月曜日 9:30~11:00	10	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
11	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 10:00~12:00	12	いずみ倶楽部 今泉公民館 今泉149 第1・3水曜日 10:00~12:00
13	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水曜日 10:00~11:30		