

伊勢原市内の ふれあいミニデイ (サロン) 一覧

茶話会を中心に活動しているサロン 一覧

令和7年6月現在

	団体名	実施場所/住所	実施日時
1	八幡台お楽しみ会	八幡台一区集会所 八幡台1-3-5	毎月第4金曜日 13:30-15:30
2	大住台シルバーサロン	大住台自治会館 大住台3-2-1	毎月第2月曜日(8月は休み) 13:00-15:00
3	東高森団地わかばの会	東高森団地集会所 高森5-23-1	毎月第2金曜日 13:00-15:00 (年2回は12:00-14:00)
4	原之宿あじさいクラブ	伊勢原南コミュニティセンター 桜台5-12-18	毎月第1水曜日(8月は休み) 4~9月 13:30-15:30 10~3月 13:00-15:00
5	ミニサロン岡崎	岡崎福祉館 岡崎6936-13	毎月第4木曜日 (変更になることあり) 13:30-15:00
6	ミニサロン白金山	白金山集会所 高森1540	毎月第2月曜日 13:00-15:00
7	すみだミニサロン	すみだ自治会館 高森6-12	毎月最終月曜日(変更になることあり) 13:30-15:30
8	ミニサロンすみれ会	小金塚集会所 高森1380-2	毎月第1木曜日(変更になることあり) 9:30-11:30
9	東成瀬ミニサロン	成瀬コミュニティセンター 東成瀬26-1	毎月第4月曜日 13:30-15:30
10	うえるかめ伊勢原	中央公民館 東大竹1-21-1	毎月第3木曜日 (活動日は変更の可能性あり) 13:00-15:00
11	あかね台ミニサロン	あかね台会館 高森3-23-51	毎月最終火曜日(7、8月は休み) (12月は第3火曜日) 13:30-15:30
12	片町ミニサロン	伊勢原大神宮社務所 伊勢原3-8-1 または 伊勢原市社会福祉協議会会議室 伊勢原2-7-31	毎月15日 (8月は日程変更の可能性あり) 13:30-15:30
13	比々多ミニサロン	三ノ宮451-1 または 泉心荘 三ノ宮511-1	毎月第1木曜日 13:30-15:00
14	生き生き倶楽部	伊勢原南公民館 東大竹854	毎月1回 第4~5週(曜日未定) 10:00-11:30
15	クローバーの会	上平間台自治会集会所 桜台5-15-16	年9~10回程度 土曜日か日曜日 13:30-15:00 (食事のある回は11:30-15:00)
16	手作りテーション八雲	板戸公会堂 板戸592	毎月第1金曜日(変更になることあり) 10:00-12:00
17	遊の会	八幡台二区自治会集会所 八幡台2-965-40 伊勢原市シルバー人材センター八幡台事務所2F	毎月第4木曜日 13:30-15:00
18	板戸第一ミニサロン	板戸第一自治会館 板戸295-8	毎月第2金曜日 10:00-12:00
19	元気はつらつ倶楽部	伊勢原南コミュニティセンター 桜台5-12-18	毎月第2水曜日(変更になることあり) 14:00-15:30
20	けんこう・つなぐ・うたごえ	伊勢原シティプラザ1階 ふれあい ホール 伊勢原2-7-31	毎月1回(原則土曜日) 10:30-12:00
21	リバティ悠遊の会	リバティタウン伊勢原 第1集会所 東成瀬4-2	毎月第1火曜日(変更になることあり) 13:30-15:00

介護予防体操を中心に活動しているサロン 一覧

	団体名	実施場所／住所	実施日時
22	パワリハ八雲	板戸公会堂 板戸592	毎月2～3回 第2・4火曜日 ダイヤビック 第3火曜日 勉強会 14:00-15:00
23	パワリハすみだ	すみだ自治会館 高森6-12	毎週火曜日 10:00-11:00
24	ヘルス大原A	大原児童館 桜台1-31-5	毎月第2・4水曜日 11:00-12:00
25	ヘルス大原B	大原児童館 桜台1-31-5	毎月第2・4水曜日 9:45-10:45
26	ヤクモビック2	板戸公会堂 板戸592	毎週火曜日 10:00-11:00
27	ハッピー体操	小稲葉児童館 小稲葉2286	毎月第2・4木曜日 10:00-11:00
28	東沼目100歳体操	東沼目会館 沼目5-5-20	毎週月曜日 10:30-12:00
29	ひなたダイヤビック	藤野児童館 日向1278	毎月第3水曜日 (8・3月は変更) 10:00-11:00 (になることあり)
30	泉心荘体操教室	泉心荘 三ノ宮511-1	毎月第1火曜日 10:30-12:00
31	もくれん	泉心荘 三ノ宮511-1	毎月第2・4木曜日 13:30-14:30
32	アローズダイヤビック	日向洗水集会所 日向717-3	毎月第2金曜日 10:00-11:00
33	峰岸元気サロン	県営峰岸団地集会所 上粕屋448	毎月第1水曜日 10:00-11:00
34	北高森いきいき百歳体操	高森児童館 高森523	毎週火曜日 9:40-10:30 (変更になることあり)
35	いきいき百歳体操南コミセン	伊勢原南コミュニティセンター 桜台5-12-18	毎月第4水曜日 14:00-15:30
36	あかね台百歳体操	あかね台会館 高森3-23-51	毎週水曜日 9:45-10:45
37	歌声フォルテ	伊勢原南コミュニティセンター 桜台5-12-18	毎月第4木曜日 10:00-11:30
38	はとぼっぼ	伊勢原南コミュニティセンター 桜台5-12-18	毎月第1・3金曜日 10:00-11:00
39	串橋体操教室 ひまわりの会	串橋自治会館 宮の根集会所 串橋273-2	毎月第4火曜日 10:30-12:00
40	上平間台いきいき百歳体操	上平間台自治会集会所 桜台5-15-16	毎月第2水曜日 10:00-11:45

※実施場所・実施日時については、月単位などで変更になる場合もあります。

参加費はサロンごとに異なります。(無料～500円程度、または自費)

市内のミニデイ(サロン)についてのお問い合わせ

地域福祉推進課 地域包括ケア推進係 ☎94-4719(直通)