

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6年6月現在

	団体名	実施場所／住所	実施日時
1	高森台ミニサロン	高森台児童館 高森台2-1-76	毎月第2火曜日 13:00-15:30
2	八幡台お楽しみ会	八幡台一区集会所 八幡台1-3-7	毎月第4金曜日 13:30-15:30
3	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
4	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）
5	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
6	ミニサロン岡崎	大句自治会館 岡崎5278 岡崎福祉館 岡崎6936-13	交互に 1か所で実施 毎月第4木曜日 （変更になることあり） 13:30-15:00
7	中尾おばなの会	池端三地区自治会館 伊勢原1-33-4	毎月1回 10:00-12:00 （規定日はないが中旬に多い）
8	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
9	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
10	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
11	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
12	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
13	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、12月は休み） 13:30-15:30
14	板2ミニサロン	板戸公会堂 板戸592	毎月第2金曜日 13:30-15:30
15	片町ミニサロン	片町福祉館 伊勢原3-21-8	毎月15日 （8月は日程変更の可能性あり） 13:30-15:30
16	花金クラブ	八幡台三区集会所 八幡台2-15-1	毎月第2金曜日（8・1月は休み） 10:30-11:30
17	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
18	栗窪ミニサロン	栗窪集会所 栗窪195（林台保育園近隣）	第3または第4水曜日 （変更になることあり） 13:00-15:00
19	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
20	クローバーの会	上平間台自治会集会所 桜台5-15-16	3か月に1回 13:30-15:30
21	ひなたぼっこ	Cuore（亀井宅） 下落合605-9	毎月第3月曜日（変更になることあり） 10:00-15:00

22	手作りेशन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
23	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
24	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
25	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
26	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
27	リバティ悠遊の会	リバティタウン伊勢原 第1集会室 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
28	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
29	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
30	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
31	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
32	ヤクモビック2	板戸公会堂 板戸592	毎週火曜日 10:00-11:00
33	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
34	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
35	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)
36	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
37	もくれん	泉心荘 三ノ宮511-1	毎月第2・4木曜日 13:30-14:30
38	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
39	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
40	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)
41	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
42	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
43	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
44	はとぽっぽ	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

※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)