

中原区いこいの家予定表 令和 8年 8月

日	曜	ごうじ (733-3608)	等々力 (733-3618)	中丸子 (433-3866)	新 城 (754-0283)	西加瀬 (434-6418)	井 田 (798-8806)	丸子多摩川 (411-0551)
1	土	琴貴会 ゆったりストレッチ 麻雀同好会	すずらん 将棋 リメイク手芸	たちばな会 土曜倶楽部	寿之会 パソコン塾	ポッチャB	フラダンス 土曜民謡	
2	日	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所
3	月	囲碁は毎日am. pm.OK	卓球 将棋	ミモザの会 囲碁	元気ゆつくり体操 あずま会	元気広場 英会話 ポッチャA	げんきかい ウクレレと歌の会	絵手紙クラブ さつき
4	火	ごうじ体操 おりづる会	等々力俳句会 楓健康体操 将棋	元気広場 秀麗会 ポッチャ	パンジーの会	コスモス 花葉会ぐるーがももちゃん モルック	ポッチャ	元気広場
5	水	元気広場 あすなろ会		すみれ会 水曜・囲碁	みんなでポッチャ 民謡同好会リメイクの会	フレッシュ体操 脳トレ 淡通会		クレマチス
6	木		元気広場 宮内包括支援センター 編物パッチワーク	桃の会 木曜倶楽部 SWITCH	たいそうの時間ですよ スマホ相談	ウキウキ体操 ふまねっと	元気広場	子育てサロン
7	金	オンステージクラブ	囲碁クラブ 将棋	星の会・金曜	元気広場 パッチワーク教室	ブアウクレレ	ペン字教室 詩吟教室 もみじ	丸子体操教室
8	土	楽々体操	将棋クラブ 将棋	こでまり会		のびのび体操 リ・メイク	卓球ラッキー 民謡フリー	太極拳
9	日	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所
10	月	さくらんぼの会	川崎ボールウォーキングの会 将棋	真珠会 月曜・囲碁	花みづきの会 みんなでポッチャ	元気広場 あすなろパソコン	ポッチャ ニコニコ体操	丸子地区麻雀 すみれちゃん 丸子地区麻雀 パステルクラブ
11	火	山の日	山の日	山の日	山の日	山の日	山の日	山の日
12	水	元気広場 あすなろ会	てんとう虫の会 太極拳 将棋	さつき・囲碁 老人クラブ	歌って笑顔のフ クローバーの会	赤十字		
13	木	ごうじポッチャ やませみ会 民謡教室	元気広場 平和の会 わすれなぐさ 絵手紙		新城カラオケ たいそうの時間ですよ	俳句寿光会 ズンバゴールド すこやか体操読みがたりひまわり	元気広場	書道教室①丸子ブロック会議 書道教室②
14	金	ごうじ体操① ごうじ体操②	Mayの会 将棋	もくれん 悠友会	元気広場 なごみ会	西加瀬手芸 CoCoウクレレ	ぬくもり せせらぎ会 ゆりかご	東亀楽会 囲碁
15	土	琴貴会 麻雀同好会	すずらん 将棋	たちばな会 平間ヨガ	パソコン塾 みんなで唄おう スマホ相談	ポッチャB リ・メイク	フラダンス 土曜民謡	丸子地区麻雀 丸子地区麻雀
16	日	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所
17	月	さくらんぼの会 歌ってGoji	卓球 将棋	朋友会定例会 囲碁 友の会 ミモザの会	元気ゆつくり体操 あずま会	元気広場 英会話 ポッチャA	げんきかい やよい会 ウクレレと歌の会	絵手紙クラブ さつき なでしこ会
18	火	ごうじ体操 大戸ブロック会議	等々力俳句会健康すずめクラブ ニコニコ雀の会 楓健康体操 将棋	元気広場 秀麗会	パンジーの会 うたごえ広場	花文字 花葉会ぐるーがももちゃん	ポッチャ	元気広場
19	水	元気広場 あすなろ会		すみれ会 水曜・囲碁	民謡同好会 リメイクの会	フレッシュ体操 脳トレ 淡通会	なののわ	クレマチス
20	木	いきいきフレッシュ	元気広場 編物パッチワーク	ポッチャ	みんなでポッチャ たいそうの時間ですよ	ウキウキ体操	元気広場	ホールズ21 丸子社協
21	金	オンステージクラブ	囲碁クラブ 将棋		元気広場 パッチワーク教室 運営委員会	桜 ブアウクレレ	歌ってクラブ もみじ	丸子体操教室
22	土	楽々体操	将棋	ボールストレッチ こでまり会		のびのび体操	卓球ラッキー 民謡フリー	太極拳
23	日	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所
24	月	いきいきフレッシュ さくらんぼの会	卓球 川崎ボールウォーキングの会 将棋	真珠会 月曜・囲碁 フォークダンス	花みづきの会 ポピーの会 脳体はつらつ	元気広場	ポッチャ ニコニコ体操	おしゃべり会 熟年会
25	火	ごうじ体操① ごうじ体操②	てんとう虫の会健康すずめクラブ ニコニコ雀の会 太極拳 将棋	元気広場 SWITCH	みんなでポッチャ 読み聞かせの会	かんたん絵手紙 レファ会 西加瀬健やか講座	運営委員会	元気広場 ポピーの会
26	水	元気広場 あすなろ会 若葉ポッチャ		さつき・囲碁 友愛チーム	歌って笑顔のフ	折り紙教室	木月一丁目町会	ポッチャ
27	木	ごうじポッチャ やませみ会 民謡教室	元気広場 平和の会 わすれなぐさ 絵手紙		新城カラオケ たいそうの時間ですよ	俳句寿光会 すこやか体操読みがたりひまわり	元気広場	書道教室① 書道教室②
28	金		Mayの会 将棋	もくれん 悠友会 ポッチャ	新城カラオケ たいそうの時間ですよ	西加瀬手芸 CoCoウクレレ	せせらぎ会 ゆりかごの会	囲碁
29	土		将棋	平間ヨガ	健幸体操	のびのび体操		
30	日	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所
31	月		将棋	フォークダンス		元気広場	ポッチャ	

※元気広場は介護予防普及啓発事業「いこい元気広場（運動機能向上のための体操と介護予防に関する講話）」 午前9時45分～11時45分

※太字○○教室は教養講座 ※赤字は長寿ケア及び機能回復訓練ミニデイ等

※各いこいの家の入浴利用日（曜日）

○ごうじいこいの家（水曜日：男女隔週）、井田いこいの家（火曜日：男女隔週） *詳細についてはお手数ですが、当該いこいの家にお尋ね下さい。

▲中丸子・新 城・西加瀬いこいの家 老朽化のため廃止となりました。（等々力・丸子多摩川いこいの家2館は、浴室の設置がありません）