

中原区いこいの家予定表 令和 8年 9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	火	合唱の会 ごうじ体操②	等々力俳句会 楓健康体操 将棋	元気広場 秀丽会 ポッチャ	パンジーの会	コスモス 花葉会ぐるーぶももちゃん モルック	フラダンス	元気広場 卓球
2	水	元気広場 あすなろ会 囲碁は毎日am. pm.OK	お煎茶 わくわく体操	すみれ会 水曜/囲碁 さくら	民謡同好会リメイクの会	フレッシュ体操 赤十字 脳トレ 淡通会	ヘルスパートナ マッサージ カスタリズム	ももの会 民児協 卓球 クレマチス
3	木	囲碁総会	元気広場 宮内包括支援センター 編物パッチワーク 書道	マッサージ SWITCH	盆栽クラブ 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 卓球 カラオケ
4	金	オンステージクラブ	囲碁クラブ ポッチャ 将棋	桃の会 星の会	元気広場 パッチワーク教室 みんなでポッチャ	ちよっとお耳を いきいきストレッチ プアウクレレ	ペン字教室 詩吟教室 地区社協定例会 もみじ	丸子体操教室 卓球
5	土	琴貴会 麻雀同好会 ゆったりストレッチ	すすらん リメイク手芸 将棋	たちばな会 土曜倶楽部 平間ヨガ	寿之会 パソコン塾 うたごえ広場	ポッチャB	フラダンス 土曜民謡	若葉会 卓球
6	日	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所
7	月	歌ってGOJI	卓球 盆栽教室 将棋	ミモザの会 囲碁 友の会	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 ウクレレと歌の会	絵手紙クラブ さつき 卓球 カラオケ
8	火	ごうじ体操① おりづる会	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 童謡	書道教室 花文字教室	かんたん絵手紙 レファ会 婦人部	ふらっと広場	元気広場 ポピーの会
9	水	元気広場 あすなろ会 マッサージ	ひとり暮らしの会食会	さつき/囲碁 ポッチャ 朋友会・役員会	歌って笑顔のフ ラ こでまりの会 クローバーの会	一人暮らしの会食会	会 食 会	一人暮らし会食会
10	木	ごうじポッチャ やませみ会 民謡教室	元気広場 脳トレ桜クラブ 平和の会 わすれなぐさ 絵手紙	リズム体操 ひまわり	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 三役会	書道教室① 書道教室②
11	金		あみあみの会 ポッチャ Mayの会 将棋	もくれん 悠友会/ミニデ スマイル体操 老人クラブ	元気広場 ふれあいサロン なごみ会 大正琴	西加瀬手芸 CoCoウクレレ	ポッチャ・ぬくもり・せせらぎ ゆりかご	東亀楽会 卓球 囲碁
12	土	楽々体操	将棋クラブ 将棋	こでまり会 平間ヨガ	健幸体操 みんなでポッチャ	のびのび体操 リ・メイク	桜美会 卓球ラッキ	太極拳 丸子ブロック会議 卓球 小杉ブロック会議
13	日	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所
14	月	フラワーサークル さくらんぼの会	川崎ポ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 1DAY講座 脳体はつらつ つむぎの会	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
15	火	ごうじ体操① 大戸ブロック会議	等々力俳句会 楓健康体操 将棋	元気広場 秀丽会	パンジーの会 マッサージ うたごえ広場	花文字 花葉会ぐるーぶももちゃん 運営委員会	フラダンス	元気広場 丸子民児協 中原山歩会
16	水	元気広場 あすなろ会	お煎茶 わくわく体操	すみれ会 水曜/囲碁 上平間第一 さくら	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 マッサージ 脳トレ 淡通会	なののわ スマイル体操	卓球 卓球 カラオケ クレマチス
17	木	いきいきフレッシュ ごうじサロン	元気広場 編物パッチワーク 福寿会	フラワークラブ 運営委員会	盆栽クラブ 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 卓球 丸子社協 卓球
18	金	オンステージクラブ	囲碁クラブ ポッチャ 将棋		元気広場 パッチワーク教室 いきいきストレッチ プアウクレレ	ちよっとお耳を 桜 桜美会 もみじ	歌ってクラブ 桜美会 もみじ	丸子体操教室 卓球 カラオケ ウォーキング丸
19	土	琴貴会 麻雀同好会	すすらん 将棋	たちばな会 たちばな健悠会	寿之会 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
20	日	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所
21	月	ごうじ体操① さくらんぼの会 ごうじ体操②	卓球 盆栽教室 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	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 卓球
22	火	秋分の日	秋分の日	秋分の日	秋分の日	秋分の日	秋分の日	秋分の日
23	水	振替休日	振替休日	振替休日	振替休日	振替休日	振替休日	振替休日
24	木	ごうじポッチャ やませみ会 民謡教室	元気広場 脳トレ桜クラブ 平和の会 わすれなぐさ 絵手紙	ミニディやすらぎ SWITCH	新城カラオケ たいそうの時間ですよ	すみよし包括・俳句寿光 高齢者福祉会 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
25	金	運営委員会	いこい祭り準備	もくれん 悠友会 ハッピー体操 ポッチャ	元気広場 なごみ会 大正琴	西加瀬手芸 CoCoウクレレ	ポッチャ せせらぎ会 ゆりかごの会	マッサージ 卓球 囲碁
26	土	楽々体操	いこい祭り	ポールストレッチ こでまり会	健幸体操	のびのび体操	桜美会 卓球ラッキ	太極拳 卓球
27	日	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所	休 所
28	月	いきいきフレッシュ さくらんぼの会 若葉ポッチャ	川崎ポ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	ポッチャ おしゃべり会 熟年会 卓球
29	火	一人暮らしの会食会	健康すずめクラブ ニコニコ雀の会 将棋	元気広場 リンドウの会	書道教室 しんじょうサロ 読み聞かせの会	西加瀬健やか講座	子育てサロン 桜美会	元気広場
30	水	元気広場 あすなろ会 ごうじクラブ			歌って笑顔のフ ラ こでまりの会	折り紙教室 スマイル体操	ヘルスパートナ ニコニコ体操	卓球 通一すこやか会

※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）