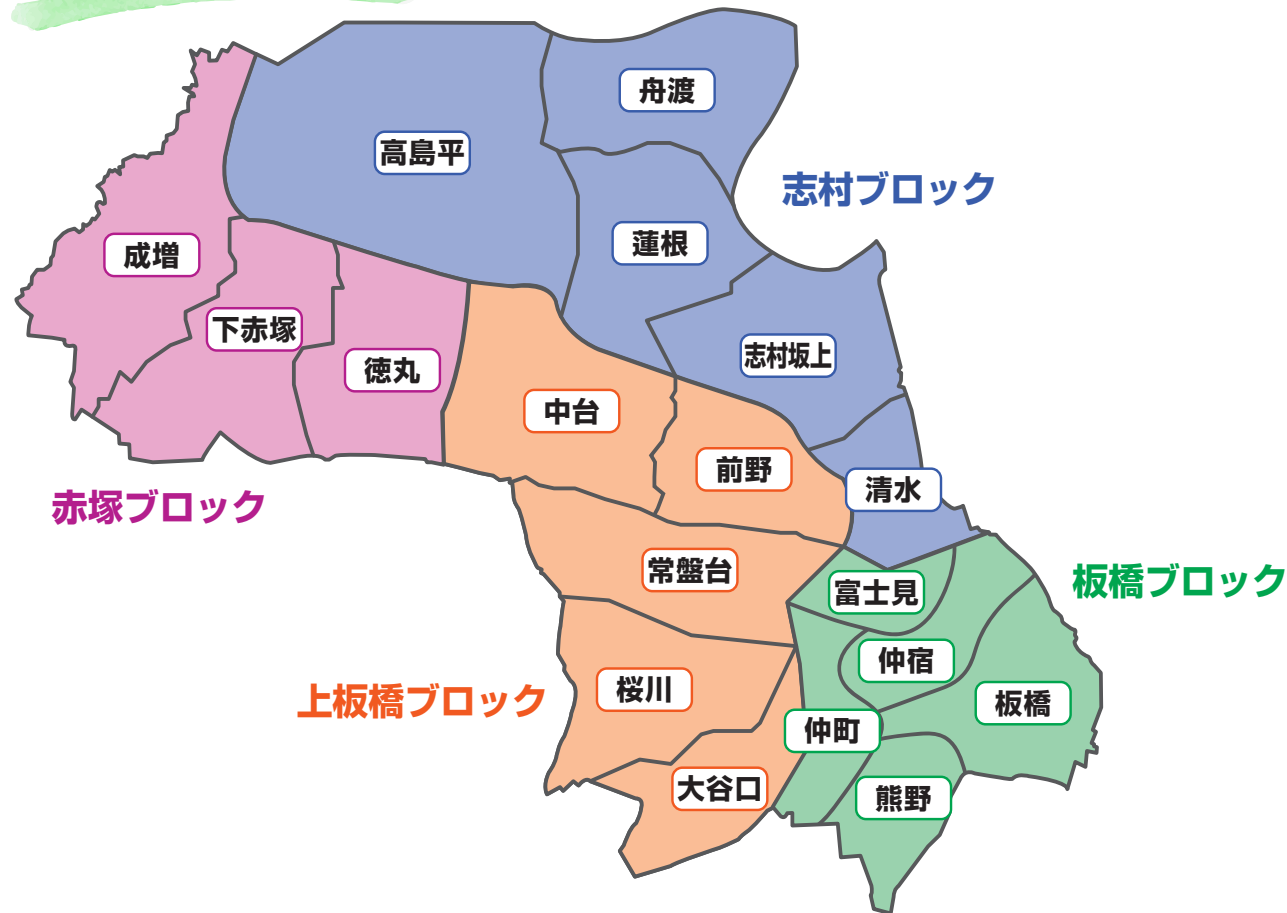


サロンマップを見て気になるサロンを見つけたら
まず最初に**いたばし社協**へご連絡ください。

いたばし地区マップ



状況によりサロン活動が中止になる場合があります。

事前に必ずいたばし社協までご連絡ください。

表紙の花・ハートカズラ

ハート形の葉がかわいらしいつる性の多肉植物。
花言葉は、「協力」「助け合う」。つながって協力し合っているように見える
その姿から連想されたようです。
ハートがたくさん連なって生長するので「ラブチェーン」という別名もあります。



社会福祉法人 板橋区社会福祉協議会

〒173-0004

板橋区板橋二丁目65番6号 板橋区情報処理センター内
地域福祉課 居場所づくり推進係 福祉の森サロン担当

TEL.03-3964-0236 FAX.03-3964-0245

ホームページ <https://itabashishakyo.jp>

この冊子は赤い羽根共同募金の配分金を活用しています。

令和7年6月発行

福祉の森 サロンマップ

【令和7年度版】
誰もが気軽に立ち寄れる
集いの場づくり

目次 — CONTENTS —

福祉の森サロンとは.....	2
楽しい集まりから、地域福祉の拠点へ	3
「3あい活動」を応援します！	3
福祉の森サロンなんでも相談窓口.....	4
福祉の森サロンのあいことば.....	4
令和7年度福祉の森サロン説明会日程	4
いたばし社協がサロン発展のためにしていること.....	5
このような団体・グループを支援しています	5
〈サロン紹介〉	
・板橋ブロック(板橋地区・熊野地区・仲宿地区・仲町地区・富士見地区)	6
・上板橋ブロック(大谷口地区・常盤台地区・中台地区・前野地区・桜川地区)	8
・志村ブロック(清水地区・志村坂上地区・蓮根地区・舟渡地区・高島平地区)	10
・赤塚ブロック(下赤塚地区・徳丸地区・成増地区)	13
福祉の森サロンを応援します.....	15
いたばし社協の活動にご協力をお願いします.....	15

社会福祉法人 板橋区社会福祉協議会

福祉の森サロンとは・・・

福祉の森サロンは、若者から高齢者、障がいのある方、子育て世代などすべての方々が「孤立」や「閉じこもり」にならないよう“誰もが気軽に参加できる地域の集いの場”です。

現在、区内には 300 か所を超える福祉の森サロンが活動し、延べ約 14 万人(令和 6 年度実績)の方々が参加しています。福祉の森サロン活動では、いつまでも元気にいきいきと暮らすために、定期的集まり、仲間づくりや交流を行っています。

最初は楽しい趣味や健康づくりの集まりから、だんだんと地域の福祉、防災などへも関心が高まり、

活動の幅も広がっています。

福祉の森サロン活動を通じて多くの方々がつながりあい、さまざまな思いを分かち合うことができる場として、支えあいの活動もたくさん報告されています。

福祉の森サロンは、「人と人をつなぐ」大きな役割を果たしているのです。

福祉の森サロンが目指す団体・グループのかたち

まちの中に、たくさんのサロンがあることで、地域参加の機会が増え、福祉の森サロンの輪が広がります。

仲間づくり

誰もが気軽に立ち寄れる交流の場として、まだ参加していない地域の方を積極的に誘って、顔見知りや友人をどんどん増やしましょう。

気軽に楽しめる 内容を取り入れている

軽い体操や茶話会を取り入れ、誰もが参加しやすい内容を行いましょう。

声かけ・ゆるやかな見守りの場

参加者同士がお互いを気にし合い、声かけや相談に乗りましょう。ゆるやかな見守りの場になることで、いざというときに相談し合える、心強い場になります。

ほっとできる場

サロンは閉じこもり防止の特効薬です。気の知れた仲間と出会い、「ひとりじゃない」と感じることで、地域での安心した元気な暮らしの糧となります。

定期的集まれる居場所

原則月 1 回 5 名以上で集まることで、身近な居場所が増えていきます。生きがいをもち、生活習慣も整います。

サロン活動のイイところ！

1

つながりづくり

「最近顔見ないわね」「この頃元気ないみたい」その様に気にし合える顔見知りが増えるきっかけとなります！

2

介護予防

サロンの仲間たちと集まって、おしゃべり、共通の趣味、運動を楽しむことで心も体も元気になります！

3

生活のメリハリ

外出することで身だしなみもチェック。楽しみやできるだけ役割を持つことで生活にも張りが出ます。

4

閉じこもりの特効薬

定期的にサロンに参加することで、心身の健康維持に効果的です。

5

情報入手

ちょっとした相談をしたり、その地域ならではのオトクな情報を交換したり。サロンは貴重な情報源です！

楽しい集まりから、地域福祉の拠点へ

福祉の森サロン活動の 3 ステップ

始まりは、「楽しい！また行きたい！」が大事！継続的に活動をしているうちに、参加者の悩みや困りごとなどに気づくようになり、みんなで支え合う、という関係性ができていきます。

STEP1



楽しい！やっていて良かった！

- みんなと会えて楽しい
- 元気になってきた
- 顔見知りが増えた
- 楽しんでいるみたい
- また行きたい

STEP2



悩み事や必要な事柄に気づく

- 参加者同士お互いの変化や異変に気づく
- いろいろなことを教え合う
- 関係が表面上のものではなくなくなる

STEP3



みんなで考える、支え合う

- 課題のある人をフォローする
- 困りごとをみんなで考える
- 新しい内容を取り入れる
- 相談し合える場になる

「3つのあい」から生まれる安心感！ いたばし社協は「3あい活動」を応援します！

いたばし社協では、「知りあい」、「見守りあい」、「つなぎあい」の「3あい活動」を推奨し、サロン活動を応援しています。サロンに行けない時も、連絡や会話を通して仲間とのつながりを感じたり、心配ごとが和らいだりするような、福祉の森サロンはそんな地域の大切な居場所となっています。

1

知りあいましょう

参加者個人の都合により、サロン活動に参加できない場合もあります。体調を崩したりご家族の事情だったり、もしかしたら長期に渡ることも……。そんな時のために、サロン内で連絡先を交換し、お互いを「知りあい」ましょう。連絡の方法などはサロン内で話し合しましょう。

実践の声

「連絡網があり『3あい活動』はたいへん機能していると自負しています。」
「ライングループに入ってもらっています。問題などあったときもココですべて解決しています。」

2

見守りあいましょう

不安や心配など、抱える思いには個人差があります。相手の気持ちを理解し、ゆっくり耳を傾け、仲間同士で「見守りあい」しましょう。

実践の声

「お母様がお亡くなりになり、喪失感のため半年もサロンへの参加がないメンバーには、ラインなどで近況連絡し、いつでも他のメンバーたちとつながっていることをお伝えしています。」

3

つなぎあいましょう

仲間からの相談事や「ちょっと気になる異変」は、ひとりで抱え込まずに、いたばし社協や身近な相談窓口などに「つなぎあい」しましょう。

実践の声

「会場の 1 階がおとしより相談センターなので、みなさんの了承を得て情報を共有しています。」

実践の声：令和 7 年度 福祉の森サロン登録申請書 アンケートより抜粋

福祉の森サロン なんでも相談窓口



高齢者サロン



子育てサロン



体操サロン

福祉の森サロンに関する相談や問合せ、活動中の困りごとなどは、
いたばし社協にご相談ください。

サロンを始めてみたい

- ・どのような準備や注意が必要？
- ・助成金や保険はあるの？
- ・どのような場所でできるの？

活動中の悩みを相談したい

- ・なんとなく心配な仲間がいる
- ・参加者を増やしたい
- ・新しいプログラムを検討したい

サロンに参加したい

- ・どのようなサロンがあるの？
- ・家の近くにあるのかな？
- ・男性も参加できるのかな？

サロンに協力したい

- ・ボランティアとして参加したい
- ・物品や金銭で協力したい
- ・特技を披露できる

福祉の森サロンなんでも相談窓口 TEL.03-3964-0236 FAX.03-3964-0245
(いたばし社協福祉の森サロン担当) メール／morimori@itabashishakyo.jp

福祉の森サロンのあいことば

福祉の森サロンは、「笑顔」「元気」「思いやり」!



笑顔

笑顔で明るいまちづくり。
あなたの笑顔でみんなが幸せに!



元気

元気が1番! 楽しい仲間が増えて
心も体も元気になろう!



思いやり

優しさと思いやりの心を持って
お互い助け合おう!

令和7年度 福祉の森サロン 説明会 日程

日 程 7/4、8/1、9/5、10/3、11/7、12/5、1/9、2/6、3/6
※原則第1金曜日(祝日の場合は翌金曜日)

時 間 10:00～11:00

場 所 板橋区情報処理センター(板橋区板橋2-65-6)

問合先 板橋区社会福祉協議会 福祉の森サロン担当 TEL.3964-0236

要事前
予約

いたばし社協がサロン発展のためにしていること

いたばし社協では、福祉の森サロン活動の福祉的機能の充実を図り、
地域拠点として発展していくことを目的に、さまざまな事業・支援を行っています。

サロンリーダーの活動

サロン活動が経験豊富で、サロンリーダー養成講座を修了した「サロンリーダー」の皆さんの協力を得ながら事業を進めていきます。

- サロン説明会で、経験に基づくアドバイスとお話を伺います。
- サロン通信の企画や取材を行います。
- スキルアップ講座・交流フェスタの企画運営を行います。
- 運営を支援するための企画を実施します。

サロンブロック連絡会(年1回)

板橋区を4つのブロック(板橋、上板橋、志村、赤塚)に分けて、地域ごとに情報交換や学習会等を行い、地域の課題共有や、顔が見える関係づくりを行います。



サロン通信(年2回) サロンマップ(年1回)

【サロン通信】サロンイベントやサロンの活動紹介等を掲載しています。

【サロンマップ】区内のサロン活動を掲載し、区内関係機関などに配布しています。

スキルアップ講座(年1回)

健康・コミュニケーション・介護予防など身近なテーマで日々の生活に役立つことを楽しく身につけるスキルアップ講座を開催します。

サロン交流フェスタ(年1回)

サロンと区民の方々との交流を目的に開催しています。舞台発表や、展示販売、子育てコーナーなど、サロンリーダーによる企画運営とサロングループの皆さんで作りに上げていきます。



地域貢献活動を応援

サロンの皆さんの「得意なこと・好きなこと(特技)」を地域貢献や地域交流の場で披露していただく機会をご紹介します。ボランティアとして活動を行いませんか。福祉の森サロン地域貢献活動についてぜひご検討ください。

このような団体・グループを支援しています

いたばし社協では、孤立や閉じこもりのない、地域住民主体の誰もが気軽に参加できる交流の場として福祉の森サロン活動を推進しています。

- 誰もが気軽に参加できる交流の場づくりの活動。**
仲間づくり、交流を目的として新しい参加者を積極的に受け入れている。軽い体操や茶話会など、だれでも気軽楽しめる内容であること。
- 特定の趣味・文化活動等が目的ではない活動。**
特技の練習、技術の向上を目的とした活動や習い事教室は対象になりません。
- 原則として5名以上、月1回以上の活動。**
定期的に集まれる場として、原則月1回以上の活動を行っている。
※参加人数によって助成金の種類が異なります。
- 社協との連携・協働に協力できる。**
社協が主催のサロン事業への参加協力をお願いします。
(サロン連絡会・スキルアップ講座の参加、アンケート調査、活動時の看板掲示、サロン通信発送等)
- 政治的・宗教的・営利目的な活動ではないこと。**

板橋地区

1 いたばしアレルギーの会

①ハイライフプラザいたばし
②板橋 1-55-16
③不定期月 1 回
④ 1 回 300 円
⑤相談会、体験、イベント参加

全

2 カラオケ宝船会

①板橋地域センター
②板橋 3-14-15
③毎月第 2・4 火曜日
18:00-21:00
④ 1 回 400 円
⑤友愛活動、ウォーキング、手芸

高

3 リ☆フレッシュサロン

①板橋地域センター
②板橋 3-14-15
③毎月第 2・4 金曜日
10:00-11:45
④ 1 回 400 円
⑤健康体操、茶話会

全

4 歌ごえサロン

①板橋地域センター／板橋区立文化会館
②板橋 3-14-15／大山東町 51-1
③毎週水曜日 前半 13:15-14:50
10:30-12:00
④ 1 回 750 円 (前半・後半 1 回につき)
⑤健康体操、歌唱、茶話会

全

5 けやきの会

①ウェルネススペース板橋
②板橋 3-26-4
③毎月第 4 木曜日
10:30-12:00
④ 1 回 100 ～ 500 円
⑤講話・食事会、学習会

高

6 スマイル 14

①ウェルネススペース板橋
②板橋 3-26-4
③毎月第 1・3 金曜日
13:30-15:30
④無料
⑤元気おとせん! 体操、脳トレ

高

7 なかよし会(手芸部)

①ウェルネススペース板橋
②板橋 3-26-4
③毎月第 1・3 水曜日
13:30-16:00
④無料
⑤手芸、ちぎり絵

全

8 なごみランチ倶楽部

①ウェルネススペース板橋
②板橋 3-26-4
③毎月第 1 ～ 3 水曜日 (変動有)
9:00-13:00
④材料費実費
⑤調理・食・10 の筋トレ、茶話会

高

9 こども食堂 ひだまりキッチン

①金沢自治会館 2 階
②板橋 3-44-5
③毎月第 2 木曜日
14:30-20:00
④こども 100 円 おとな 300 円
⑤ボランティア給食

子

10 日曜ひろば

① NPO 法人
みんなのたすけあいセンターいたばし
②板橋 3-63-5
③毎月第 3 日曜日 10:00-14:00
④ 1 回 300 円
⑤調理、食事会、野外活動

全

11 GGみどり会

①板谷公園
②板橋 4-55
③毎週木曜日＋月 3 回
9:30-11:30
④無料
⑤グラウンドゴルフ

高

12 仲よし会GGクラブ

①板谷公園
②板橋 4-55
③毎月 3 回 9:30-11:00
④年間 1,000 円
⑤グラウンドゴルフ、ポッチャ

高

13 加賀みどり会 折り紙サロン

①植村記念加賀スポーツセンター
第 1 会議室
②加賀 1-10-5
③毎月第 3・4 水曜日 10:00-12:00
④ 1 回 1,000 円
⑤折り紙、談話

高

14 グリーンクラブ

①グランフィーネ加賀集会所
②加賀 1-14-1
③毎週火曜日 10:00-12:00
④ 1 回 100 円
⑤ 10 の筋トレ

高

15 スマイル筋トレ加賀

①東京都住宅供給公社
コーシャハイム加賀
②加賀 1-23-1
③毎週火曜日 9:30-11:30
④無料
⑤ 10 の筋トレ、情報交換、脳トレ

高

16 加賀つむぎ会

①レーベンハイム加賀
②加賀 2-18-28-816
③毎月第 3 か第 4 木曜日
14:00-16:30
④無料
⑤茶話会、手芸

高

17 いきいきサロン加賀

①加賀ガーデンハイツ集会所
②加賀 2-3-1
③毎月第 2・4 火曜日 13:30-15:30
④ 1 回 300 円
⑤勉強会、お話し、ゲーム・歌・朗読

高

18 いきいき運動グループ

①大山 ZERO
②大山東町 19-1 ラ・アクションビル 1 階
③毎月第 1・3 水曜日 13:00-15:00
④ 1 回 1,040 円
⑤健康体操、脳トレ、おしゃべり

全

19 げんき合唱の会

①板橋区立文化会館音楽練習室
②大山東町 51-1
③不定期月 2 回土曜日 9:30-11:30
④ 1 カ月 1,500 円
⑤合唱練習、悩み事相談、ボランティア

全

20 交流と福祉をすすめる会

①主に屋外
②不定
③毎月第 3・4 月曜日
10:00-12:00
④無料
⑤屋外散策、講話

高

熊野地区

24 千代の会

①熊野地域センター
②熊野町 40-9
③毎月第 1 水曜日・第 3 金曜日
13:00-16:30
④ 1 カ月 700 円
⑤カラオケ

高

25 千里ラテンサークル

①熊野地域センター
②熊野町 40-9
③毎月第 1・2 月曜日
18:00-20:00
④ 1 回 1,500 円
⑤健康体操、ダンス

高

26 サロン友愛

①熊野地域センター
②熊野町 40-9
③毎月第 1 火曜日 (変動有) 10:00-11:30
④無料
⑤健康体操、講座、外出・見学、音楽会

全

27 ヴォーカルサロン・コスモス

①熊野地域センター
②熊野町 40-9
③不定期月 2 回 10:30-12:00
④ 1 カ月 1,500 円
⑤健康体操、童謡・唱歌・歌謡曲の斉唱

全

28 親子でハワイアンリトミック

①熊野地域センター
②熊野町 40-9
③不定期月 1 回 10:30-11:30
④ 1 カ月 500 円
⑤ハワイアンリトミック、子育て情報交換

子

29 サロンめざせ!! 100 歳

①熊野地域センター
②熊野町 40-9
③毎週金曜日 10:00-12:00
④ 1 カ月 200 円
⑤ 10 の筋トレ、脳トレ、お口の体操

全

30 楽しい歌の会

①熊野地域センター
②熊野町 40-9
③不定期月 1 回火曜日
13:00-16:30
④ 1 回 100 円
⑤カラオケ

全

31 サロン健康長寿

①熊野地域センター
②熊野町 40-9
③毎週水曜日 10:00-12:00
④ 1 カ月 200 円
⑤ 10 の筋トレ、脳トレ、お口の体操

全

32 BN 体操会

①熊野地域センター／グランダ大山
②熊野町 40-9／大山金井町 21-6
③毎月 1 日と第 2・4 木曜日 14:00-15:00
④無料
⑤イスに座って体操・童謡曲合唱・茶話会

全

33 ベタンクと輪投げの会

①熊野地域センター／中丸なごみ児童遊園
②熊野町 40-9／中丸町 43
③毎月第 2・4 金曜日 9:00-11:30
④無料
⑤ベタンク、輪投げ、10 の筋トレ、カラオケ

高

34 清流会シニア

①都離夢 (とりむ)
②大山金井町 34-9
③毎月第 4 水曜日
16:00-19:00
④ 1 カ月 500 円
⑤カラオケ、茶話会

高

35 大山子ども食堂 みんなの広場

①医療共済ビル 1F
②大山金井町 48-2
③毎月第 1・3 月曜日 16:30-19:00
④子ども無料、大人食事 300 円
⑤食事提供、食育、遊び応援、収穫体験

全

36 中丸ひまわりの会

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 4 木曜日 13:00-15:00
④ 1 回 100 円
⑤茶話会、スクラッチアート、トランプ

高

37 エレガンス

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 4 金曜日 13:00-16:00
④ 1 回 200 ～ 300 円
⑤手芸、手芸の買物、食事会、茶話会

高

38 コスモス

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 2 火曜日 13:30-15:30
④無料
⑤抒情歌、茶話会、体操

高

39 うたを楽しむ会

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③不定期月 1 回 (大体 25 日前後)
10:30-12:00
④無料
⑤童謡、歌謡曲、演歌、茶話会

高

40 中丸白寿会 ひよこクラブ

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 2 水曜日 10:00-12:00
④ 1 年 1,200 円
⑤民謡を歌う、茶話会

高

41 ほのぼのカフェ

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③第 2・4 月曜日 13:30-15:30
④ 1 回 100 円
⑤学習、介護予防体操、茶話会等

高

42 南町筋トレクラブ

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 2・4 火曜日 9:30-11:30
④無料
⑤健康体操、脳トレ、レクダンス

高

43 てまりの会

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 1 木曜日 13:00-16:00
④無料 (他実費有)
⑤手芸、茶話会、散策

全

44 ほがらかグループ

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 3 水曜日 13:30-15:00
④無料
⑤民謡、健康体操

全

45 レインボーペンシル会

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 3 火曜日 13:00-17:00
④ 1 回 100 円
⑤ぬり絵、茶話会

全

46 バラの会

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 4 水曜日 10:00-12:00
④無料 (他実費有)
⑤笑い文字、体操、茶話会

高

47 ハーモニカサロン♪おたまじゃくし

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 3 木曜日 13:30-15:30
④無料
⑤ハーモニカ、茶話会、食事会

全

48 中丸おどりの会

①中丸集会所
②中丸町 27-11
③毎月第 3 金曜日 13:00-15:30
④無料
⑤民謡踊り、健康体操、茶話会

高

49 中丸ふれあいサロン

①ジュエル城西集会所
②中丸町 55-3
③毎月第 2・4 水曜日 13:00-15:00
④ 1 回 100 円
⑤演奏会、合唱、茶話会等

全

50 中丸健康サロン

①ジュエル城西集会所
②中丸町 55-3
③毎月第 1・3 水曜日 13:00-15:00
④ 1 回 100 円
⑤健康体操、演奏会、学習、茶話会

全

51 南町ひまわり会

①中丸児童遊園
②南町 22-2
③毎月第 1・3 火曜日 10:00-12:00
④無料
⑤ベタンク

高

52 南町二輪草

①中丸児童遊園
②南町 22-2
③毎週木曜日 9:30-12:00
④無料
⑤輪投げ

全

53 なでしこクラブ

①中丸児童遊園
②南町 22-2
③毎月第 2・4 月曜日 10:00-12:00
④無料
⑤輪投げ、ベタンク、茶話会、食事会

全

54 サロンゆる歩き(ハイキング)

①関東地方の公園等
②全国各地
③不定期月 3 回
④ 1 年 3,000 円
⑤平地ハイキング

全

55 歩く会

①屋外
②都内各所
③不定期月 1 回 10:00-15:30
④無料
⑤健康に歩く、茶話会

高

仲宿地区

58 調理とおしゃべりの会

①個人宅
②栄町
③毎月第 3 土曜日 (変更有)
11:00-15:00
④ 1 回 300 円
⑤調理、おしゃべり、会食

全

59 いたばし子育て支援・フラワー近所さんの居場所

①優っ(り村グループホーム板橋栄町 (社会福祉法人奉優会)
②栄町 35-10
③毎月第 1・3 月曜日 10:30-12:00
④ 1 回 100 円
⑤手芸、カレンダー(ぬり絵)、茶話会

全

60 ふき矢けやきの会

①板橋区立グリーンホール
②栄町 36-1
③不定期月 2 ～ 3 回水曜日 9:00-12:00
④ 1 カ月 2,000 円
⑤吹き矢練習、お茶会、お楽しみ会

全

61 大人の学び広場

①板橋区立グリーンホール
②栄町 36-1
③毎月第 1 月曜日 9:30-11:30
④ 1 回 200 円
⑤学習会

全



仲町地区

62 お針箱 さち

①中板橋商店街会館
②中板橋 15-3
③毎月第 1 火曜日 9:30-12:00
④ 1 年 3,000 円
⑤手芸、食事会、折り紙

高

63 うたごえカフェ

①中板橋商店街会館
②中板橋 15-3
③毎月第 2・4 水曜日 10:00-12:00
④ 1 回 1,000 円
⑤合唱

高

64 カトレア会

①仲町ふれあい館
②仲町 20-5
③毎月第 2・4 水曜日 9:30-12:00
④ 1 年 1,500 円
⑤折り紙

高

65 仲町俳句会

①仲町ふれあい館
②仲町 20-5
③毎月第 3 金曜日 9:00-12:00
④ 1 回 1,500 円
⑤俳句の勉強会

高

66 さくら会

①仲町地域センター
②仲町 20-5
③毎週金曜日 13:00-15:00
④ 1 カ月 1,500 円
⑤健康体操、ヨガ、手芸、おしゃべり、童謡

高

67 松の会

①仲町地域センター
②仲町 20-5
③毎月第 2・4 木曜日 13:00-15:00
④無料
⑤健康体操、茶話会、踊り

高

68 大声で謡いを楽しむサロン「シテの会」

①仲町地域センター
②仲町 20-5
③毎月第 1・3 月曜日 10:00-12:00
④半年 2,000 円 (途中入会は月割)
⑤謡曲の練習

富士見地区

76 幸町歌声サロン

- ①都営板橋幸町アパート集会所
②幸町 45-5
③不定期月 1 回 13:30-15:30
④ 1 回 300 円
⑤歌、手踊り、脳トレ

全

77 みなば食堂

- ①やよいカフェ& Bar
②弥生町 58-1
③毎週水曜日 17:00-20:00
④ 1 回 300 円
⑤地域食堂、フードバンク、お弁当配達

全

78 フレンズ

- ①いたばし総合ボランティアセンター
②本町 24-1
③毎月第 1～3 金曜日 9:30-11:45
④無料
⑤スクエアダンス

高

79 こころカフェ

- ①いたばし総合ボランティアセンター
②本町 24-1
③毎月第 4 金曜日 16:00-20:00
④無料
⑤おしゃべり、昔遊び、カードゲーム

全

80 朝顔

- ①いたばし総合ボランティアセンター
②本町 24-1
③毎月第 3 水曜日 13:30-15:30
④無料（他実費有）
⑤茶話会

全

81 こころのフラット

- ①いたばし総合ボランティアセンター
②本町 24-1
③毎月第 1 火曜日 14:00-15:30(1 月は休み)
④無料
⑤傾聴、懇談、交流、おしゃべり

全

82 介護者家族支援・板橋

- ①いたばし総合ボランティアセンター
②本町 24-1
③毎月第 3 火曜日 10:00-15:00
④無料
⑤介護情報を提供、相談会、勉強会

全

83 聴の会

- ①いたばし総合ボランティアセンター
②本町 24-1
③毎月第 3 水曜日 13:30-16:00
④無料
⑤傾聴、介護施設での傾聴

全

84 ママカフェいたばし

- ①いたばし総合ボランティアセンター
②本町 24-1
③不定期月 1 回 10:00-12:00
④無料
⑤茶話会、工作、手芸、季節のイベント

全

85 ここピア板橋

- ①いたばし総合ボランティアセンター
②本町 24-1
③毎月第 2 金曜日 13:30-15:30
④無料
⑤相談会、勉強会

全

86 ハビサロン

- ①いたばし総合ボランティアセンター
②本町 24-1
③毎月第 4 土曜日 時間不定
④無料
⑤情報交換、ワークショップ

当

90 すこやかヘルスふじみ

- ①あじさいの集い富士見
②富士見町 17-15
③毎月第 1・3 土曜日 14:00-16:30
④ 1 回 200 円
⑤健康体操、講座、茶話会

高

91 にっこりキッチン

- ①あじさいの集い富士見
②富士見町 17-15
③毎月第 2・4 水曜日 17:00-19:30
④1回子ども 100 円 中学生 300 円 大人 400 円
⑤子ども食堂

全

92 グループもみじ

- ①富士見団地自治会集会所
②富士見町 20-10
③毎月第 1 火曜日 13:30-15:30
④ 1 回 100 円
⑤元氣おとせん!体操、10 の筋トレ、茶話会等

高

93 ふじみ地区サロン

- ①富士見団地自治会集会所
②富士見町 20-10
③毎月第 4 水曜日 10:00-11:30
④ 1 回 100 円
⑤講座、体操、盆踊り、脳トレ、歌等

高

94 みどり川柳会

- ①富士見団地自治会集会所
②富士見町 20-10
③毎月第 2 木曜日 13:30-16:30
④ 1 ヶ月 500 円
⑤川柳作句、茶話会

高



大谷口地区

1 カラオケサロン花水木

- ①オープンスペースアスナロ
②大谷口上町 1-3
③毎週火曜日 15:00-17:00
④ 1 回 300 円
⑤歌で声出し健康、茶話会

高

2 手芸サロンアスナロ

- ①オープンスペースアスナロ
②大谷口上町 1-3
③毎月第 2・4 水曜日 13:30-15:30
④無料
⑤手芸、茶話会

全

3 親子ひろば

- ①オープンスペースアスナロ
②大谷口上町 1-3
③毎月第 1 土曜日 17:00-19:00
④無料
⑤子ども食堂、相談、子どもの遊び

全

4 ふれあいサロンそよかぜ

- ①オープンスペースアスナロ
②大谷口上町 1-3
③不定期月 1 回 13:00-14:30
④ 1 回 300 円
⑤歌、手踊り、脳トレ

全

5 げんき 100!

- ①大谷口北町集会所
②大谷口北町 87-1
③毎月第 1 木曜日 10:00-11:30
④ 1 回 200 円
⑤介護予防講座、ミニミニ運動会

高

6 サロン・コスモス

- ①大谷口北町集会所
②大谷口北町 87-1
③毎月第 1・3 水曜日 14:00-15:30
④ 1 ヶ月 500 円
⑤健康体操、季節の行事、茶話会

全

7 GO フレンド

- ①向原ホール
②向原 1-18-17
③毎週水曜日 13:00-17:00
④無料
⑤囲碁、将棋、茶話会

全

8 サロン向原

- ①コーシャハイム向原 1 号棟 1 階集会所
②向原 3-7-1
③毎月第 3 水曜日 13:00-17:00
④ 1 回 100 円
⑤健康体操、脳トレ・手芸、茶話会

高

常盤台地区

9 サロン Arch

- ①キーステーションカフェ
②上板橋 1-19-16 アソティ上板橋 203 号
③毎週水曜日 14:00-15:00
④ 1 回 100 円
⑤茶話会、健康体操、社会参加

全

10 いたばし介護者支援サロン

- ①まもりん坊ハウス
②上板橋 2-30-2
③毎月第 2 土曜日 14:00-16:00(8 月は休み)
④無料
⑤茶話会、ミニ講習会

全

11 BG あそびば

- ①まもりん坊ハウス
②上板橋 2-30-2
③毎月第 2 日曜日 10:00-12:00
④無料
⑤ボードゲーム、工作、食事

全

12 上板橋サロン白ゆり

- ①七軒家集会所
②上板橋 2-38-3
③毎月第 3 木曜日 13:00-17:00
④無料
⑤手芸、懇談、朗読

高



中台地区

13 サロン民話と朗読

- ①七軒家集会所
②上板橋 2-38-3
③毎月第 3 月曜日 10:00-12:00
④ 1 回 300 円
⑤発声、朗読、情報交換、合唱

全

14 サロン風

- ①株式会社福ぶくろ 介護のたくみ研修センター
②上板橋 2-9-7
③毎週月・木曜日 10:00-11:15
④ 1 ヶ月 500 円
⑤ 10 の筋トレ、脳トレ、茶話会

高

15 頭脳活性グループ

- ①常盤台集会所
②常盤台 1-21-20
③不定期月 2 回月曜日 10:00-17:00
④ 1 年 2,500 円
⑤頭脳活性麻雀、健康体操

全

16 たつの子森のサロン

- ①たつの子ライフ・サービス
②常盤台 3-24-1
③毎月第 2 日曜日 10:30-12:00
④ 1 回 100 円
⑤茶話会、体操、手芸、ゲーム

全

17 楽々会

- ①常盤台区民事務所
②常盤台 3-27-1
③原則毎月第 3・4 土曜日 13:30-15:30
④ 1 回 200 円
⑤踊り、茶話会

高

18 ふたごの森

- ①常盤台地域センター
②常盤台 4-14-1
③不定期月 1 回 10:00-11:30
④無料
⑤お話し会（リアル・オンライン）

子

19 ニコニコウォーキングの会

- ①都内及び近郊
②東京都及び近郊、主に池袋駅集合
③毎月第 1 水曜日 10:00-13:30
④ 1 年 1,500 円（他実費有）
⑤ウォーキング

高

22 さくらんぼクラブ

- ①中台ふれあい館
②中台 2-14-1
③毎週金曜日 13:00-17:00
④ 1 ヶ月 110 円
⑤健康麻雀

高

23 フレンズ中台

- ①中台ふれあい館
②中台 2-14-1
③毎月第 1～4 火曜日 13:00-17:00
④ 1 年 1,000 円
⑤健康麻雀

高

24 気まま会

- ①中台二丁目集会所
②中台 2-43-20
③毎週月曜日 13:00-15:30
④無料（他実費有）
⑤ 10 の筋トレ、脳トレ、茶話会

高

25 ABC こどもサロン

- ①サンシティ第一集会所
②中台 3-27
③毎週水曜日 15:30-17:00
④ 1 回 500 円
⑤子供の英語、茶話会

子

26 地域福祉を考える会 コミュニティサロン ロボン

- ①サンシティ管理組合 A 棟集会所
②中台 3-27-A
③毎週木曜日 10:00-12:00
④ 1 年 1,200 円
⑤健康筋力体操、映画会、合唱、茶話会

全

27 若葉吹矢サークル

- ①中台三丁目集会所
②中台 3-27-4
③毎週土曜日 13:30-16:30
④ 1 ヶ月 1,000 円
⑤健康呼吸法、ゲーム

高

28 サロン よりみちや

- ①よりみちや
②若木 1-26-10
③毎週水曜日 13:00-16:00
④ 1 回 100 円
⑤茶話会、簡単な体操

高

29 若木会

- ①デイサービスけやき
②若木 1-26-10
③毎月第 4 日曜日 10:00-12:00
④ 1 回 300 円
⑤カードゲーム、脳トレ、塗り絵

高

30 国ちゃん会

- ①デイサービスけやき
②若木 1-26-10
③毎月第 3 日曜日 15:00-16:00
④無料
⑤観劇、茶話会

全

31 西台たんぽぽクラブ

- ①都営西台一丁目アパート 5 号棟集会所
②西台 1-5-5
③毎週水曜日 9:30-10:30
④無料
⑤筋トレ、手芸、ビンゴゲーム

高

前野地区

32 西台アットホームスクエアーズ

- ①西台三丁目集会所
②西台 3-14-12
③毎週水曜日 10:00-12:00
④ 1 ヶ月 1,000 円
⑤スクエアダンス、健康体操等

全

33 この街で歌う会

- ①西台集会所
②西台 4-4-37
③毎月第 2・3 木曜日 13:30-16:00
④ 1 ヶ月 1,000 円
⑤コーラス、茶話会

全

36 サロン・元気さん

- ①前野ホール
②前野町 2-43-15
③毎月第 2 木曜日・第 4 日曜日 10:00-11:30
④無料
⑤体操、10 の筋トレ、情報交換、ゲーム等

高

37 板橋スクエアダンスの会

- ①前野ホール
②前野町 2-43-15
③毎週日曜日 18:00-20:30
④ 1 ヶ月 1,000 円
⑤スクエアダンス、カントリーラインダンス

高

38 よつばの会

- ①前野ホール
②前野町 2-43-15
③毎月第 2 火曜日 13:00-16:30
④ 1 ヶ月 500 円
⑤カラオケ

全

39 あじさいクラブ

- ①前野ホール
②前野町 2-43-15
③毎月第 2・4 日曜日 9:00-14:30
④無料（他実費有）
⑤手打ちそば・うどん、天ぷら、稲荷

全

40 いこいの広場

- ①都営前野町四丁目第 2 アパート集会所
②前野町 4-36
③毎月第 2・4 金曜日 13:00-15:00
④無料
⑤折り紙

高

41 見次の会

- ①見次公園
②前野町 4-59
③毎月第 2 水曜日 9:00-11:00
④無料
⑤花壇の管理、懇親会

全

42 健康体操クラブ「ライム」

- ①前野地域センター
②前野町 4-6-1
③土曜日不定期月 2～3 回 9:45-11:00
④ 1 ヶ月 1,500 円
⑤健康体操

高

43 いきいき前野

- ①エコポリスセンター環境学習室
②前野町 4-6-1
③毎週水曜日 10:00-11:15
④ 1 回 150 円
⑤健康体操、脳トレ、健康測定

高

44 前野ランチクラブ

- ①ウェルネススペース前野
②前野町 4-6-1
③毎週月曜日 10:00-13:00
④無料
⑤食事作り、体操、脳トレ

高

45 いきいきときわ

- ①ウェルネススペース前野
②前野町 4-6-1
③毎月第 2・4 月曜日 13:30-15:30
④無料
⑤軽い運動、歌唱・演奏、学習活動

高

46 いちご会

- ①ウェルネススペース前野／エコポリスセンター環境学習室
②ともに前野町 4-6-1
③毎週火曜日 10:00-11:30
④ 1 回 100 円
⑤元氣おとせん!体操、10 の筋トレ、脳トレ等

高

47 ほっとサロン

- ①都営前野町五丁目アパート集会所
②前野町 5-37
③毎月第 1 水曜日 10:00-12:00
④ 1 回 100 円
⑤介護予防体操、茶話会、講話

全

48 おしゃべりココア

- ①未定
②前野町付近の予定
③毎月第 3 土曜日 11:30-15:00(変更有)
④ 1 回 650 円
⑤食事会、おしゃべり会、健康体操

高



桜川地区

49 むりえサロン小茂根
①個人宅
②小茂根 3
③毎月第 3 火曜日 14:00-16:00
④ 1 回 300 円
⑤もりえと茶話会

50 コートハウス「鬼石クラブ」
①コートハウス城北中央公園集会所
②小茂根 3-9-8
③毎週木曜日 10:30-11:30
④無料
⑤健康体操、茶話会

51 ひまわりカフェ・いきいきラボ
①個人宅
②小茂根 4
③不定期月 1 回 13:30-16:00
④無料
⑤手芸、茶話会

52 いたばしノルディックウォーキング
①都立城北中央公園
②小茂根 5
③毎週土曜日 9:45-11:45
④ 1 回 500 円
⑤ノルディックウォーキング等

53 竹若会

①たまり場東新
②東新町 2-18-2
③毎週水曜日 13:30-15:00
④ 1 年 2,000 円
⑤健康体操、コーラス、脳トレ

54 Kitchen そしお

①桜川地域センター
②東新町 2-45-6
③毎月第 2 金曜日 18:30-21:00(変更有)
④ 1 回 500 円
⑤夕食の提供、交流、子育て相談

55 みそら会

①桜川地域センター／南常盤台一丁目集会所
②東新町 2-45-6 / 南常盤台 1-16-8
③毎週火または木曜日 9:30-11:30
④ 1 回 700 円
⑤ヨガ、ストレッチ、茶話会



清水地区

1 おでかけ倶楽部 どんこいしょ
①清水町第二集会所
②清水町 72-7
③毎月第 3 木曜日 9:00-14:00
④ 1 回 100 円
⑤体操、製作、脳トレ、コーラス

2 清水・なでしこ会
①清水地域センター
②泉町 16-16
③毎月第 4 金曜日 10:00-12:00
④無料
⑤茶話会、折り紙、ハンドベル

3 コスモス会
①まなぼーと大原
②大原町 5-18
③毎月第 1・2・4 月曜日 10:00-12:00
④ 1 年 6,000 円
⑤手話ダンス

4 大原江戸流 手打ちそば保存会
①まなぼーと大原
②大原町 5-18
③毎月第 2・4 日曜日 9:00-15:00
④ 1 回 1,300 円
⑤そば打ち、茶話会、体力テスト

5 コール・ハーモニーの和

①まなぼーと大原
②大原町 5-18
③不定期月 1 回 18:30-20:30
④ 1 回 1,000 円
⑤合唱

6 『子どもの育ちを考える』会

①まなぼーと大原
②大原町 5-18
③不定期月 1 ～ 2 回
④無料
⑤子育て交流、セミナー、イベントおでかけ

7 スパイス・クック・サンバンド

①まなぼーと大原／シェアスペース向日葵
②大原町 5-18 / 坂下 2-15-14-3F
③毎月第 4 日曜日 13:30-16:00
④ 1 回 500 円
⑤料理、レシピ開発、情報交換

8 本蓮沼筋トレの会

①特別養護老人ホーム サニーヒル板橋
②大原町 6-8
③毎週月・木曜日 10:10-11:30
④無料
⑤ 10 の筋トレ、健康体操、元気おとせん!体操



志村坂上地区

9 森のサロン あずさわ 20
①都営小豆沢一丁目第 2 アパート集会所
②小豆沢 1-20-1
③第 2 火曜日・第 4 金曜日 13:00-15:00
④ 1 回 200 円
⑤体操、茶話会、脳トレ等

10 サロン do ー休
①小豆沢集会所／ウェルネススペース板橋
②小豆沢 1-20-17 / 板橋 3-26-4
③毎月第 1・4 火曜日 10:00-11:30
④ 1 回 100 円
⑤健康・口腔体操、レクリエーション

11 おしゃべり喫茶
①志村コミュニティホール
②小豆沢 1-8-1
③不定期月 1 回木曜日 10:00-12:00
④ 1 回 50 円
⑤脳トレ、ミニ健康講座、茶話会

12 いきいき体操サロン
①志村坂上地域センター
②小豆沢 2-19-15
③毎月第 1 土曜日 10:00-11:30
④ 1 回 500 円
⑤体操、健康の話、茶話会・食事会

13 SS ストレッチクラブ

①志村坂上地域センター
②小豆沢 2-19-15
③第 2 ～ 4 水曜日 10:00-11:30
④ 1 ヶ月 2,500 円
⑤健康体操

14 PC 会

①志村坂上地域センター
②小豆沢 2-19-15
③毎月第 2 火曜日 9:00-12:00
④ 1 年 1,000 円
⑤パソコン、お城の話

15 あずきの会

①志村坂上地域センター
②小豆沢 2-19-15
③毎週水曜日 9:30-11:30
④ 1 年 1,200 円
⑤ 10 の筋トレ、昼食会

16 泰山木

①コーシャハイム志村
②志村 2-11-6
③毎週金曜日 14:00-15:00
④無料
⑤ 10 の筋トレ、季節行事のイベント

17 麻の葉会

①グリーンカレッジホール
②志村 3-32-6
③毎月第 3 水曜日 13:00-15:00
④ 1 ヶ月 500 円
⑤茶話会等

18 オカリナ同好会

①グリーンカレッジホール
②志村 3-32-6
③毎月第 2・4 日曜日 13:00-16:00
④ 1 ヶ月 1,500 円
⑤オカリナ演奏、茶話会

19 ホアピリ・AMG

①グリーンカレッジホール
②志村 3-32-6
③毎月第 2・4 日曜日 9:30-11:30
④ 1 ヶ月 1,500 円
⑤ウクレレ演奏、歌、茶話会等

20 オカリナサークル アンダンテ

①グリーンカレッジホール／高島平 2-26-3 集会所
②志村 3-32-6 / 高島平 2-26-3
③毎月第 1・3 月曜日 9:30-12:00
④ 1 ヶ月 2,700 円
⑤オカリナ練習等

21 志村ウォーク305

①志村ふれあい館 (会合時の場所)・各地の名勝等
②志村 3-32-6
③不定期月 2 回(原則水 or 金) 10:00-14:00
④無料
⑤街歩き、情報交換・談話

22 赤塚ランチクラブ

①メガシティキッチンルーム
②北区赤羽北 3-26-5
③不定期月 1 回 11:00-14:00
④無料 (食材費実費)
⑤料理、会食、おしゃべり

蓮根地区

23 サロンなかよし会
①個人宅
②坂下 1
③毎月第 2 火曜日 14:00-16:00
④ 1 回 200 円
⑤茶話会

24 サロン坂下
①都営坂下一丁目第 4 アパート集会所
②坂下 1-36-10
③毎月第 4 火曜日 14:00-16:00
④ 1 ヶ月 100 円
⑤おしゃべり、合唱、体操

25 のびのびストレッチ
①蓮根地域センター
②坂下 2-18-1
③毎週火曜日 10:00-11:30
④ 1 ヶ月 1,200 円
⑤カラオケ

26 たんぽぽ歌の会
①蓮根地域センター
②坂下 2-18-1
③毎月第 4 水曜日 (変更有) 13:00-16:00
④ 1 ヶ月 1,200 円
⑤カラオケ、ストレッチ体操、食事会

27 ストレッチフライデー
①蓮根地域センター
②坂下 2-18-1
③毎週金曜日 10:00-11:30
④ 1 ヶ月 1,000 円
⑤ストレッチ体操、ダンス、茶話会

28 めだかの会 (太極拳)
①蓮根ロータスホール
②坂下 3-10-G-214
③毎月第 1・3 土曜日 10:00-11:30
④ 1 ヶ月 500 円
⑤太極拳、茶話会

29 すみれの会 (10 の筋トレ)
①蓮根ロータスホール
②坂下 3-10-G-214
③不定期月 2 回水曜日 10:00-11:00
④無料
⑤健康体操

30 ひまわり健康体操 & 気功
①蓮根ロータスホール
②坂下 3-10-G-214
③毎月第 2・4 火曜日 10:00-11:15
④ 1 ヶ月 700 円
⑤健康体操、気功、ゴムひも体操

31 Waku Waku サロン
①蓮根ロータスホール／蓮根集会所 他
②坂下 3-10-G-214 / 蓮根 3-15-1-102
③月に 2 ～ 4 回変則的に開催
④ 1 回 300 ～ 1,000 円
⑤茶話会、アート・クラフト、健康・子育て

32 サロン 木よう会
①都営坂下三丁目第 2 アパート集会所
②坂下 3-17-1
③毎月第 3・5 木曜日 13:00-15:00
④ 1 回 200 円
⑤健康体操、茶話会、合唱

33 フラワーズ
①ブランヴェール西台 コミュニケーションルーム
②坂下 3-27-12
③毎月第 4 土曜日 10:00-12:00
④花代実費有
⑤花を囲む会

34 サロンとまり木の輪
①長後町会集会所
②坂下 3-5-7
③毎月第 2 火曜日 13:00-15:00
④無料
⑤健康体操、ゲーム他、茶話会

35 仲よしサロン蓮根
①仲蓮根会館
②蓮根 2-21-10
③毎月第 2 日曜日 10:00-12:00
④無料
⑤茶話会

36 歌って!楽しく若返り「ひろばハッピー」
①新蓮根団地 第 2 集会所
②蓮根 2-29-9
③毎月第 4 水曜日 14:00-16:00
④ 1 回 800 円
⑤歌唱、手指運動、音楽軽運動

37 森のサロン蓮根
①新蓮根団地 第 2 集会所
②蓮根 2-29-9
③毎月第 1・3 月曜日 10:00-12:00
④無料 (他実費有)
⑤ 10 の筋トレ、歌唱 (ロの体操)、茶話会

38 ピアノで楽しく歌おう! 「歌声ひろば はびねす」
①新蓮根団地 第 2 集会所
②蓮根 2-29-9
③毎月第 3 火曜日 13:30-15:00
④ 1 回 800 円
⑤歌唱、音楽軽運動、お楽しみクイズ

39 ハッピーグループ
①蓮根三丁目自治会新集会所
②蓮根 3-15-1
③毎月第 1・3 木曜日 13:00-16:30
④ 1 回 100 円
⑤手芸、茶話会

40 サロン楓
①蓮根三丁目自治会新集会所
②蓮根 3-15-1
③毎月第 2・4 木曜日 9:45-12:00
④無料
⑤大人のぬり絵

41 サロン紫陽花
①蓮根三丁目自治会新集会所
②蓮根 3-15-1
③毎月第 1・3 木曜日 10:00-12:00
④無料
⑤輪投げ、ラジオ体操、お茶会

42 レインボーサロン
①都営蓮根三丁目アパート前 コミュニティ広場
②蓮根 3-15-1
③毎週火曜日 9:00-12:00
④無料
⑤グラウンドゴルフ、茶話会

43 ツインキッズⅡ
①蓮根集会所
②蓮根 3-15-1
③毎月第 2 金曜日 10:00-12:00
④無料
⑤交流会、季節イベント

44 親子遊び広場 おいでおいで
①蓮根集会所
②蓮根 3-15-1
③毎月第 4 金曜日 15:00-16:30
④ 1 回 300 円
⑤親子遊び、交流会、子育て相談

45 折り紙同好会
①ウェルネススペース蓮根
②蓮根 3-15-1-103 (都営住宅内)
③毎月第 2・4 土曜日 9:30-12:00
④無料
⑤折り紙、談話、茶話会

46 はすねランチ倶楽部
①ウェルネススペース蓮根
②蓮根 3-15-1-103 (都営住宅内)
③不定期月 2 ～ 3 回金曜日 10:00-13:00
④ 1 回 350 円位 (変動有)
⑤調理とランチ会食、出前講座等

47 いきいきはすね
①ウェルネススペース蓮根
②蓮根 3-15-1-103 (都営住宅内)
③毎月第 2・4 木曜日 14:00-16:00
④無料
⑤軽い運動、歌唱・演奏、学習活動

48 遊楽会
①ウェルネススペース蓮根
②蓮根 3-15-1-103 (都営住宅内)
③毎月第 2・4 月曜日 13:30-16:30
④無料
⑤体操、盆踊り、歌、大正琴・ピアノ演奏

49 シャレー
①ウェルネススペース蓮根
②蓮根 3-15-1-103 (都営住宅内)
③毎月第 1・3 月曜日 13:30-16:30
④無料
⑤大正琴、軽い体操、茶話会等

50 飛天
①ウェルネススペース蓮根／蓮根集会所
②蓮根 3-15-1-103 / 蓮根 3-15-1
③毎週月曜日 (祝日を除く) 10:00-11:30
④無料
⑤太極拳

51 いたばしウクレレうたクラブ
①ウェルネススペース蓮根／蓮根集会所
②蓮根 3-15-1-103 / 蓮根 3-15-1
③(1)第 1・3 金曜日 13:30-16:30 (2)第 2・4 金曜日 13:00-17:00
④ 1 ヶ月 1,000 円
⑤ウクレレ演奏・合唱、ボランティア演奏会

52 蓮根令和クラブ
①公社蓮根三丁目住宅
②蓮根 3-15-3
③毎月第 2・4 水曜日 10:30-12:00
④無料
⑤健康体操

53 ひまわり相生
①都営相生町第 3 アパート集会所
②相生町 23
③毎月第 1 日曜日 13:00-15:00
④無料
⑤ビンゴ、童謡を歌う、茶話会

54 舟渡クローバーサロン
①舟渡ホール
②舟渡 1-14-5
③毎月第 2 火曜日 13:30-16:30
④ 1 ヶ月 100 円
⑤ポッチャ、介護予防体操、関係機関の話

55 うさぎや
①舟渡ホール
②舟渡 1-14-5
③毎月第 4 日曜日 13:00-16:00
④ 1 回 200 円
⑤茶話会、盆踊り

18 オカリナ同好会

①グリーンカレッジホール
②志村 3-32-6
③毎月第 2・4 日曜日 13:00-16:00
④ 1 ヶ月 1,500 円
⑤オカリナ演奏、茶話会

19 ホアピリ・AMG

①グリーンカレッジホール
②志村 3-32-6
③毎月第 2・4 日曜日 9:30-11:30
④ 1 ヶ月 1,500 円
⑤ウクレレ演奏、歌、茶話会等

20 オカリナサークル アンダンテ

①グリーンカレッジホール／高島平 2-26-3 集会所
②志村 3-32-6 / 高島平 2-26-3
③毎月第 1・3 月曜日 9:30-12:00
④ 1 ヶ月 2,700 円
⑤オカリナ練習等

21 志村ウォーク305

①志村ふれあい館 (会合時の場所)・各地の名勝等
②志村 3-32-6
③不定期月 2 回(原則水 or 金) 10:00-14:00
④無料
⑤街歩き、情報交換・談話

22 赤塚ランチクラブ

①メガシティキッチンルーム
②北区赤羽北 3-26-5
③不定期月 1 回 11:00-14:00
④無料 (食材費実費)
⑤料理、会食、おしゃべり

舟渡地区

56 すずらんの会
①舟渡ホール
②舟渡 1-14-5
③毎月第 2・4 火曜日 19:00-21:00
④ 1 回 200 円
⑤盆踊りの練習、茶話会

57 ベストフレンド
①舟渡ホール
②舟渡 1-14-5
③不定期月 1 回 10:00-12:00
④無料
⑤定例会、防災について

58 浮間公園太極拳
①都立浮間公園
②舟渡 2-14
③毎日 6:05-7:30 (雨天以外)
④無料
⑤気功、太極拳、演舞

59 ケアポート10
①舟渡地域センター
②舟渡 3-19-8
③毎週木曜日 10:00-11:15
④ 1 ヶ月 200 円
⑤健康体操

60 メロン一座
①舟渡地域センター
②舟渡 3-19-8
③毎月第 2 ～ 4 金曜日 14:00-17:00
④ 1 回 200 円
⑤健康確認、歌、情報交換

高島平地区

61 新河岸カトリア花の会
①新河岸二丁目自治会集会所
②新河岸 2-10
③毎月第 3 木曜日 10:00-11:30
④ 1 回 300 円
⑤健康体操、講話、紙芝居・茶話会

62 カルガモ会
①新河岸町会集会所
②新河岸 2-18-18
③毎月第 2 火曜日 9:30-11:30
④無料
⑤警察署・消防署の講演、茶話会、体操

63 新河岸うたごえ
①新河岸町会集会所
②新河岸 2-18-18
③毎月第 1 日曜日 10:00-12:30
④ 1 回 300 円
⑤歌声活動

64 はすのみ体操クラブ
①高第六小学校
②高島平 1-50-1
③毎週火曜日 13:30-15:00
④ 1 ヶ月 1,000 円
⑤健康体操

65 なでしこ体操クラブ

①高島第六小学校
②高島平 1-50-1
③毎月第1～4金曜日 9:00-12:00
④1回500円
⑤介護予防、健康増進運動

高

66 いきいきたかしま

①高島第六小学校 はすのみ教室
②高島平 1-50-1
③毎月第2・4金曜日 10:00-12:00
④無料
⑤軽い運動、歌唱・演奏、学習活動

高

67 にこにこ体操クラブ

①高島第六小学校 はすのみ教室
②高島平 1-50-1
③毎週月曜日 9:30-12:00
④1回500円
⑤介護予防体操

高

68 あ～る2

①高島第六小学校 はすのみ教室
②高島平 1-50-1
③毎週金曜日 14:00-16:00
④1回500円
⑤健康体操、脳トレ体操、茶話会

高

69 高一ふれあいサロン

①高島第六小学校 はすのみ教室
②高島平 1-50-1
③毎月第3月曜日(変更有) 13:30-15:00
④無料
⑤毎回異なる催し物

高

70 レファ・フラ・サークル

①高島平1丁目集会所／高島平3丁目集会所
②高島平 1-7-1／高島平 3-10-25
③毎週月・水・金 13:00-15:00
④1ヵ月3,000円
⑤フラダンスの練習、体操、茶話会

全

71 将棋クラブ

①高島平 2-26-3 集会所
②高島平 2-26-3
③毎月第3日曜日 13:00-17:00
④1回100円
⑤将棋で仲間作り、茶話会

全

72 サロン「みなみ」

①高島平 2-26-3 集会所
②高島平 2-26-3
③毎月第2日曜日 10:00-11:00
④1回100円
⑤演奏会、講話、脳トレ

全

73 なでしこ高島平

①高島平 2-26-3 集会所
②高島平 2-26-3
③毎週水・土曜日 10:00-12:00
④1ヵ月500円
⑤体操、卓球、茶話会

全

74 サロンさくらカラオケクラブ

①高島平 2-26-3 集会所
②高島平 2-26-3 u1・2
③毎月第2日曜日 13:30-16:30
④1回200円
⑤カラオケ、茶話会

全

75 ハッピーフレンズ

①高島平 2-26-3 集会所
②高島平 2-26-3 u3
③毎週火曜日 14:00-15:00
④1回100円
⑤10の筋トレ、口腔体操、茶話会

全

76 高島平ひよこ

①高島平 2-26-3 集会所／旧高島第七小学校 新開放教室
②高島平 2-26-3／高島平 3-13-3
③毎週月・水曜日 13:00-16:00
④1ヵ月500円
⑤体操・ストレッチ、茶話会、卓球

全

77 体操の会

①高島平団地つくし広場周辺
②高島平 2-26-3-103 前の広場、集会所
③毎月第3金曜日 季節で時間変更有
④無料
⑤10の筋トレ、輪投げ、ポッチャ

全

78 地域リビングおうちごはん

①地域リビングプラスワン
②高島平 2-28-1-102
③毎週月・火・水・木・日のうち 8～12回/月 10:00-14:30
④1回500円～600円
⑤会食、体操、歌

全

79 地域リビングおかえりごはん

①地域リビングプラスワン
②高島平 2-28-1-102
③毎週水・金曜日 15:30-20:00
④子ども1食100円 大人1食500円
⑤会食、子どもの見守り、会話

全

80 さろんボレボレ

①KOJIKA KIDS
②高島平 2-28-6
③毎月第3日曜日 11:00-12:00
④1回100円
⑤楽器演奏、歌、健康体操

高

81 カフェイースト

①Eラウンジ
②高島平 2-29-1
③毎月第4金曜日 14:00-16:00
④1回100円
⑤茶話会

全

82 高島平二丁目クラブ「頑張り10の筋トレ」

①高島平 2-32-2 集会所
②高島平 2-32-2
③毎週木曜日 10:00-11:00
④1回50円
⑤健康体操、演奏会、フレイル予防

全

83 すずめのお宿

①高島平 2-32-2 集会所
②高島平 2-32-2
③毎月第3日曜日 10:00-11:00
④1回100円
⑤音楽、舞踊、マジック

全

84 若草コーラス

①高島平 2-32-2 集会所
②高島平 2-32-2
③毎月第2・4金曜日 10:30-11:30
④1回200円
⑤コーラス、茶話会

全

85 高島平ベア囲碁クラブ

①高島平 2-32-2 集会所
②高島平 2-32-2
③毎月第2・4月曜日 13:30-15:30
④1ヵ月1,000円(他実費有)
⑤ベア囲碁

全

86 こすもす高島平

①高島平 2-33-2 集会所
②高島平 2-33-2
③毎月第4火曜日 10:00-11:30
④無料
⑤健康体操、講話、脳トレ

高

87 カナリア

①高島平 2-33-2 集会所
②高島平 2-33-2
③毎月第4金曜日 10:00-12:00
④無料
⑤歌、発声、体操、茶話会

全

88 高島平歩こう! わくわく会

①赤塚公園周辺エリア
②高島平 3-1
③毎月第2日曜日 10:00-11:00
④無料
⑤ボールウォーキング、健康体操

高

89 さわやか気功

①赤塚公園
②高島平 3-1
③毎週木・日曜日 9:00-10:00(冬10:00-11:00)
④無料
⑤ラジオ体操、気功、太極拳

全

90 火曜ふれあいルーム

①高島平三丁目10-1号棟UR集会所
②高島平 3-10-1
③毎週火曜日 10:00-11:30
④1回100円
⑤ゲーム、合唱、講座・ライブショー、体操等

全

91 歌声サロン高島平

①高島平第2住宅管理組合集会所
②高島平 3-10-25
③毎月第3木曜日 10:00-11:30
④1回100円
⑤歌を歌う

全

92 高島平キャッツ

①高島平第2住宅管理組合集会所
②高島平 3-10-25
③毎月第2・4木曜日 13:30-14:30
④無料
⑤10の筋トレ、茶話会、散歩

全

93 U.Sクラブ 四葉のクローバー

①高島平地域センター
②高島平 3-12-28
③毎週金曜日 9:30-12:00
④1ヵ月500円
⑤体操、ウクレレ、おしゃべり

高

94 駒希会

①高島平地域センター
②高島平 3-12-28
③毎月第1・2・4土曜日(変更有) 13:00-17:00
④1回1,000円
⑤唄(民謡)、茶話会

全

95 桜の会

①高島平区民館3F集会所／高島平地域センター第1洋室
②ともに高島平 3-12-28
③毎月第2金曜日 14:00-16:00
④無料
⑤茶話会

当

96 にこにこサロン

①旧高島第七小学校
②高島平 3-13-3
③毎週木曜日 10:00-11:30
④1ヵ月300円
⑤10の筋トレ等

高

97 10の筋トレつくし

①富樫棚倉駐車場
②高島平 3-2-13
③毎週火曜日 11:00-12:00
④無料
⑤10の筋トレ

高

98 多目的サロンつくし

①大東文化大学附属青桐幼稚園
②高島平 3-6-1
③毎月第3土曜日 10:00-11:30
④1回50円
⑤ミニコンサート、健康体操等

全

99 高島平青葉クラブ(10の筋トレ)

①高島平四丁目集会所
②高島平 4-21
③毎月第1～4月曜日 14:00-15:30
④無料
⑤10の筋トレ、棒体操

高

100 高島平むつみ会

①高島第三小学校体育館
②高島平 4-21-1
③不定期月3～4回日曜日 9:00-11:30
④1ヵ月200円
⑤ミニテニス

高

101 まいにちおいで子ども食堂

①まいにちおいで子ども食堂
②高島平 7-23-21 ヲガ芳乃 106
③月曜日から毎日 14:00-20:00
④1食あたり子ども100円、大人300円
⑤食事提供、居場所作り

全

102 福祉の森サロン七福

①サロン七福
②高島平 7-43-9
③毎週木・金・土曜日 13:30-15:30
④週200円
⑤折り紙、手芸、体操

高

103 ふれあいの会

①徳丸ヶ原公園内集会所
②高島平 8-24-1
③毎月第2水曜日 10:00-11:30
④無料
⑤健康体操、手芸、各種講話

高

104 親交会舞

①徳丸ヶ原公園内集会所
②高島平 8-24-1
③毎月第3土曜日 18:00-20:00
④1回200円
⑤盆踊り練習

全

105 すみれクラブ

①高島平温水プール
②高島平 8-28-1
③毎月第1～4水曜日 13:00-16:00
④1ヵ月1,000円
⑤ストレッチ、卓球、雑談

高

106 徳丸令和会

①高島平温水プール
②高島平 8-28-1
③毎月第2・4日曜日 13:00-16:00
④1回200円
⑤準備体操、卓球

高

107 高島平川柳会

①高島平温水プール
②高島平 8-28-1
③毎月第2・4木曜日 13:00-15:30
④1ヵ月500円
⑤川柳の勉強

全

108 サンウォーク

①ウォーキングコース/高島平温水プール
②不定/高島平 8-28-1
③毎月第3木曜日/打合隔月第1日曜日 10:00-12:00
④1年1,000円
⑤ウォーキング、打ち合わせ

全

109 ゴーゴー元気かい

①公社西台住宅5号棟集会所
②高島平 9-1-5-201
③毎月第3土曜日 10:00-12:00
④無料
⑤笑いヨガ、筋トレ、雑談

高

110 ベル・すずらん

①公社西台住宅5号棟集会所
②高島平 9-1-5-201
③毎月第4土曜日 13:30-15:30
④無料
⑤ハンドベル演奏、雑談

全

111 大宇宙

①都営西台アパート6号棟集会所
②高島平 9-1-6
③毎週木曜日 10:30-11:30
④1ヵ月200円
⑤健康体操、おしゃべり

高

112 板橋二輪草

①板橋区立障がい者福祉センター
②高島平 9-25-12
③毎月第4火曜日 13:00-15:00
④無料
⑤ポッチャ、健康体操、茶話会

全

113 ほほえみおしゃべり会

①板橋区立障がい者福祉センター
②高島平 9-25-12
③不定期月1～2回 10:00-12:00
④無料
⑤情報交換、学習会、茶話会

全

114 卓球同好会

①板橋区立障がい者福祉センター
②高島平 9-25-12
③不定期月2回
④無料
⑤卓球、手話交流

全

115 板橋遊友会

①板橋区立障がい者福祉センター
②高島平 9-25-12
③毎月第3水曜日 13:00-15:00(変更有)
④無料
⑤卓球バレー、茶話会・おしゃべり等

当

116 サロン虹(にじ)

①不定
②不定
③毎月第1・3木曜日 10:00-12:00
④1回100円
⑤手話、折り紙・朗読、散策

全



下赤塚地区

1 赤塚みんなの会

①下赤塚駅前集会所
②赤塚 1-7-2
③不定期月3回金曜日 13:00-15:00
④1ヵ月100円
⑤10の筋トレ、折り紙、茶話会等

高

2 青空

①下赤塚駅前集会所
②赤塚 1-7-2
③毎月第1月曜日 13:00-15:00
④1ヵ月100円
⑤会話を楽しむ、言語発声、健康体操

当

3 ころころもぐもぐあかちゃんひろば

①下赤塚駅前集会所
②赤塚 1-7-2
③不定期月1～2回 13:00-16:00(変更有)
④1回500円
⑤親子交流会、講座、イベント

子

4 高台ひまわり

①赤塚三丁目区営住宅集会所5号棟
②赤塚 3-28-5-101
③毎月第1～3木曜日 10:00-12:00
④1回200円
⑤健康体操、茶話会、雑学

高

5 サロン「篠ヶ谷戸」

①篠塚稲荷神社社務所
②赤塚 6-15-24
③毎月第3日曜日 13:00-15:00
④1回200円(茶菓子代等)
⑤茶話会、体操、脳トレクイズ

全

6 つぼみ会

①赤塚六丁目集会所
②赤塚 6-30-1
③不定期月3回 10:00-11:30
④1回1,000円(他実費有)
⑤健康体操、ゲーム

高

7 番匠免寿会

①赤塚七丁目集会所
②赤塚 7-15-12
③毎月第2・4月曜日 13:30-15:00
④無料
⑤10の筋トレ、口腔体操・脳トレ等

全

8 千鳥

①赤塚七丁目集会所
②赤塚 7-15-12
③毎月第1水曜日 13:30-15:30
④1回200円
⑤踊りの練習、茶話会

全

9 ゆりの木サロン

①光が丘PT ゆりの木北団地12号棟集会所
②赤塚新町 3-32-12
③毎月第3・4水曜日 13:30-16:00
④1回100円
⑤セミナー、おしゃべり会、映画会

全

10 サロンド・33番街

①ゆりの木通り 33番街集会所
②赤塚新町 3-33-2
③毎週月曜日 10:00-11:00
④無料
⑤10の筋トレ、肩甲骨体操、タオル体操

高

11 貯筋な

①光が丘公園ゲートボール場
②練馬区光が丘 4-1-1
③毎週火～土 10:00-11:00(変更有)
④無料
⑤肩甲骨体操、太極拳、気功・カンフー

高

24

リタシガマ合唱部
@板橋区

①徳丸地域センター

②徳丸 3-35-15

③毎月第2・4水曜日(変動有) 10:00-12:00

④1ヵ月 2,300 円

⑤合唱練習、地域イベント、茶話会

子

25

令和筋トレクラブ

①徳丸地域センター/そんぼの家板橋徳丸

②徳丸 3-35-15 / 徳丸 6-1-11

③毎週水曜日 13:30-15:00

④半年 500 円(他入会金 200 円)

⑤10 の筋トレ、元氣おとせん!体操、茶話会

全

26

カフェひびき

①カフェひびき

②徳丸 6-13-18

③毎週水曜日 17:00-19:00

④1 回 子ども 100 円 大人 500 円

⑤地域食堂

全

27

太鼓茶話同好会

①板橋区立郷土芸能伝承館

②徳丸 6-29-13

③毎月第2・4水曜日 9:00-12:00

④1 回 500 円

⑤和太鼓、踊り、茶話会

高

28

サークル葵

①板橋区立郷土芸能伝承館

②徳丸 6-29-13

③毎月第1・3水曜日 13:30-15:00

④3ヵ月 4,100 円

⑤健康体操、脳トレ、筋トレ

全

29

つくしんぼの会

①各地域センター等

②各地域センター等

③毎月第1水曜日 10:00-12:00

④無料

⑤茶話会・ゲーム、体操、見学、散策

全

30

ごじょの会

①都内の名所等

②不定

③毎月1回不定期

④実費(交通費、入園料)

⑤名所散策、料理、食事会

高

成増地区

31

いきいき成増

①まなぼーと成増

②成増 1-12-4

③毎月第2・4月曜日 14:00-16:00

④無料

⑤軽い運動、歌唱・演奏、学習活動

高

32

川柳成増吟社

①まなぼーと成増

②成増 1-12-4

③毎月第2・4水曜日 18:00-20:00

④1ヵ月 1,000 円

⑤川柳句会

全

33

成増筋トレ

①まなぼーと成増

②成増 1-12-4

③毎月第1・2・4・5月曜日 9:30-11:45

④無料

⑤元氣おとせん!体操、10 の筋トレ、脳トレ各種

全

34

憩いの集い

①成増ハウス集会所

②成増 1-35-3

③毎月最終日曜日 14:00-16:00

④無料

⑤茶話会、麻雀、ラジオ体操

高

35

さすな

①成増アクトホール

②成増 3-11-3

③毎月第1水曜日 13:30-15:30

④無料

⑤認知症家族の傾聴、福祉センターの話

全

36

杏の会

①成増アクトホール/まなぼーと成増

②成増 3-11-3 / 成増 1-12-4

③毎月第4火曜日 14:00-16:00

④1 回 200 円

⑤折り紙、体操

全

37

玉すだれ会

①成増三丁目集会所

②成増 3-34-21

③毎月第2水曜日 13:00-15:00

④1 回 100 円

⑤玉すだれ練習

高

38

花みずき成増

①成増三丁目集会所

②成増 3-34-21

③毎週水曜日 10:00-12:00

④1 年 1,000 円

⑤10 の筋トレ、脳トレ、ストレッチ

高

39

ソレイユ

①成増三丁目集会所

②成増 3-34-21

③毎月第2木曜日 13:00-16:00

④1 回 100 円

⑤詩吟の吟詠、茶話会

全

40

ヤングスフローズ

①成増三丁目集会所

②成増 3-34-21

③不定期月2回金曜日 10:00-11:45

④無料

⑤元氣おとせん!体操、10 の筋トレ、脳トレ

全

41

ポピー高台

①赤塚高台集会所

②成増 3-6-19

③毎月第4土曜日 10:00-11:30

④1 回 500 円

⑤体操、茶話会、食事会

高

42

高台クラブ

①赤塚高台集会所

②成増 3-6-19

③毎月第1～3水曜日 10:00-12:00

④無料

⑤体操、茶話会

高

43

グラウンドゴルフ

①成増北第一公園

②成増 5-19

③毎週水曜日 10:00-11:45

④1ヵ月 200 円

⑤グラウンドゴルフ

全

44

福祉の森サロン
るんるん

①都営成増五丁目第2アパート第一集会所

②成増 5-19-10

③毎月第2・4水曜日 14:00-16:00

④1 回 100 円

⑤手芸、茶話会

全

45

福祉の森サロン
さくら

①都営成増五丁目第2アパート第二集会所

②成増 5-19-13

③毎月第1～4木曜日 13:00-16:00

④1 回 100 円(他1曲につき50 円)

⑤カラオケ、合唱

全

46

10 の筋トレ
“元氣一番”

①都営成増五丁目第2アパート第三集会所

②成増 5-19-16

③毎月第2月曜日 9:00-12:00

④1ヵ月 200 円

⑤健康体操

高

47

手まりクラブ

①都営成増五丁目第2アパート第三集会所

②成増 5-19-16

③毎月第1・2月曜日 14:00-16:00

④1ヵ月 100 円

⑤健康増進、仲間作り、楽しい会話

全

48

サークル朝練

①都営成増五丁目第2アパート第三集会所

②成増 5-19-16

③毎週火曜日 9:00-12:00

④1 年 2,000 円

⑤太極拳、10 の筋トレ

全

49

麻雀クラブ

①都営成増五丁目第2アパート第三集会所

②成増 5-19-16

③第1・3水曜日 13:00-16:30

④1 年 600 円

⑤麻雀

全

50

三園歌声サロン

①三園一丁目集会所

②三園 1-36-6

③毎月第1火曜日 13:30-15:00

④1 回 100 円

⑤歌、体操

全

51

ボードブリッジ成増

①都内各所

②未定

③不定期月2回

④1 回 2,000 円

⑤郊外散策、音楽・美術鑑賞、野外活動

全

①活動場所 ②活動場所住所 ③活動日時 ④参加費 ⑤主な内容

高 高齢者 全 どなたでも 子 子育て 当 当事者

ゆるやかご近助さん養成講座

今こそ身近な地域の中での「さりげない気づかい」「ちょっとした目配り」「困ったときはおたがいさま」のご近所づきあいの大切さを再認識しましょう。誰もが実践できる「ゆるやかな見守り」をご紹介します。

普段の生活の中でできる範囲の見守りをはじめませんか？

—— 社協職員が、みなさまのサロンにお伺いし出前講座を行います！ ——

内容例

- 異変のサインを知って気づき上手になろう！
- 日常の中でできるゆるやかな見守り方法とは？など

東京都福祉保健局「高齢者等の見守りガイドブック」等を使用します。

お問合せ：地域共生推進係 TEL.3964-0236

社会福祉法人 板橋区社会福祉協議会

公式 **X** はじめました！
(旧 Twitter)

イベントや地域福祉に関する最新情報を発信しています。ぜひ、フォローして最新情報をご確認ください。



X @itabashi_shakyo

フォローはこちらから

福祉の森サロンを応援します

①活動費の助成

		福祉の森サロンミニ	福祉の森サロン
活動人数・対象		5名以上～10名未満	10名以上
活動頻度		月1回以上	
内容		交流、茶話会、介護予防、趣味活動他	
活動助成金			
申請時期	第1期<4～6月>	10,000円	20,000円
	第2期<7～9月>	7,500円	15,000円
	第3期<10～12月>	5,000円	10,000円
	第4期<1～3月>	2,500円	5,000円

板橋区住民主体の通所型サービスBを実施する福祉の森サロンについては、区の補助金対象経費以外がこの助成金の対象となります。

②立ち上げ支援 開催までの相談・連絡調整

③サロン保険の加入 ※週に1回までのサロン活動が、サロン保険の対象となります。

- ・活動助成金の交付が決定したサロンは、「サロン保険」に自動的に加入（保険料社協負担）
- ・活動中、往復途上の事故・ケガを補償します。宿泊や運動を主とする活動や、熱中症は対象になりません。 ※グラウンドゴルフ、卓球、ミニテニス等は各サロンで「スポーツ保険」に加入をお願いします。

④広報支援 サロン通信・サロンマップ・社協だより等に掲載

⑤ネットワーク・活動支援

サロン連絡会・福祉学習の機会の提供・交流・発表・活躍の場（地域貢献活動登録）

いたばし社協（板橋区社会福祉協議会）の活動にご協力をお願いします



あなたのあたたかいお気持ちで、板橋区の福祉のまちづくりの大きな一歩に

【協力団体】板橋区町会連合会、板橋区民生・児童委員協議会

社協会員募集中!!

いたばし社協の活動は、地域のみなさんからいただいた会費によって支えられています。ひとりでも多くの方々のご加入・ご協力をお願いいたします。

社協会費（年額）

※4/1～3/31までの年額

個人会員 1口1,000円～ 団体会員 1口5,000円～

会員に加入すると6つの特典!!

- ①いたばし社協会報「福祉の森」の送付
- ②会員粗品をプレゼント
- ③福祉の森映画上映会優先申込み
- ④福祉の森サロンマップ（区内約300か所以上掲載）送付
- ⑤行事用機材（綿菓子機等）・教材の無料貸出し ※団体会員特典
- ⑥サポートぬくもり利用会員年会費免除（年会費 1,000 円）※個人会員特典

お問合せ：経営企画係 TEL.3964-0235



社協とは？

社会福祉法にもとづいて、各都道府県・区市町村に設置される“地域福祉を推進すること”を目的とした民間の福祉団体です。



会員制度とは？

いたばし社協が推進する地域福祉活動に参加・応援していただくとともに、財政面からご支援いただくものです。地域のみなさんが一緒に地域福祉を推進するための制度です。

このページに関するお問い合わせ

地域福祉課 居場所づくり推進係

福祉の森サロン担当

〒173-0004 板橋区板橋二丁目65番6号
板橋区情報処理センター1階

電話：03-3964-0236 FAX：03-3964-0245

メール：morimori@itabashishakyo.jp



いたばし社協キャラクター

こころちゃん & ふたこ



板橋区社会福祉協議会
Itabashi Council of Social Welfare

〒173-0004 板橋区板橋二丁目65番6号
板橋区情報処理センター1階
代表電話番号：03-3964-0235