

見沼区北部圏域 いきいき活動リスト



令和2年9月

活動名称	ゆうゆうサロン（実施主体：自治会）		
活動場所	プロムナード大宮春野コミュニティセンター（見沼区春野3丁目）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	運動・スポーツ 手芸 交流その他 サロン・茶話会		
活動内容詳細	年代幅広く交流 折り紙・卓球・ストレッチ(年2回)ハロウィンパーティー(10月)フラワーデザイン花見(4月)		
活動日時	第4日曜日 10:00～12:00		
費用負担	その他（活動内容によって決定）	利用条件	有

活動名称	春野カトレア会（実施主体：自治会）		
活動場所	春野一区自治会集会場（見沼区春野3丁目）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	運動・スポーツ 手芸 サロン・茶話会		
活動内容詳細	体操・手芸・お話し会・お食事会(年2回)		
活動日時	第4火曜日 10:00～12:00		
費用負担	有償（1回100円）	利用条件	有

活動名称	お元気喫茶（実施主体：地区社協）		
活動場所	宝積寺・宝山閣（見沼区深作3-38-1）		
連絡先	048-685-0006（春岡地区社会福祉協議会）		
活動内容	介護予防教室 サロン・茶話会 安否確認 話し相手・傾聴		
活動内容詳細	お寺カフェ「お元気喫茶」歩いて行って元気になる！みんなで体を動かして元気になる！おしゃべりして元気になる！ みんなで見守りあって、元気になる場所です。（地域包括支援センターや地域のケアマネも参加、介護や生活支援等の相談も受けられます）		
活動日時	毎月第2木曜日	10:00～12:00	（8月はお休み）
費用負担	有償（100円）	利用条件	無

活動名称	あじさいクラブ（実施主体：自治会）		
活動場所	市営春野団地集会所（見沼区春野2-3-1）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	介護予防教室 サロン・茶話会		
活動内容詳細	いきいき百歳体操や体操後の交流会		
活動日時	毎週水曜日	10:30～12:00	
費用負担	無償	利用条件	有

利用条件が「有」となっている活動については、参加または利用に条件があります。

詳しくは、連絡先にお問い合わせください。

見沼区北部圏域 いきいき活動リスト



令和2年9月

活動名称	はるさと百歳体操部（実施主体：自治会）		
活動場所	県営はるさと団地集会場（見沼区小深作 355-1）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	介護予防教室		
活動内容詳細	いきいき百歳体操の開催		
活動日時	第1・3・4火曜日 10:00～12:00		
費用負担	無償	利用条件	有

活動名称	はるのいきいき体操クラブ（実施主体：老人クラブ）		
活動場所	プロムナード大宮春野コミュニティセンター（見沼区春野 3丁目）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	介護予防教室		
活動内容詳細	いきいき百歳体操の開催 体操後には脳トレや下肢筋力 up 体操を行っています		
活動日時	毎週月曜日午後1時～ 毎週木曜日午前10時～週2回開催		
費用負担	無償	利用条件	有

活動名称	にこにこクラブ（実施主体：地域の自主グループ）		
活動場所	春野老人憩いの家（見沼区春野 1-1-1）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	介護予防教室		
活動内容詳細	いきいき百歳体操の開催		
活動日時	毎週月曜日午後1時～ 午後2時半		
費用負担	無償	利用条件	有

活動名称	フォーライフ七里百歳体操教室（実施主体：地域の自主グループ）		
活動場所	フォーライフ七里（見沼区春岡 2-47-6）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	介護予防教室		
活動内容詳細	いきいき百歳体操の開催		
活動日時	毎週水曜日 14:00～15:00		
費用負担	無償	利用条件	有

利用条件が「有」となっている活動については、参加または利用に条件があります。
詳しくは、連絡先にお問い合わせください。

見沼区北部圏域 いきいき活動リスト



令和2年9月

活動名称	ハッピーサロン（実施主体：自治会）		
活動場所	県営はるさと団地集会場（見沼区小深作 355-1）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	サロン・茶話会 運動・スポーツ		
活動内容詳細	軽体操・スポーツ吹き矢・お茶会		
活動日時	第2日曜日 10:00～12:00		
費用負担	無償	利用条件	有

活動名称	お茶飲みサロン丸ヶ崎（実施主体：自治会）		
活動場所	丸ヶ崎自治会館（見沼区丸ヶ崎町 27-10）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	サロン・茶話会		
活動内容詳細	ふれあいいきいきサロン・食事、歌声喫茶、茶話会、花づくり。DVD による映写会、健康体操など参加者の希望により選択実施		
活動日時	第2水曜日 10:00～12:00		
費用負担	有償（1回100円）	利用条件	有

活動名称	きぼうクラブ（実施主体：ボランティア団体）		
活動場所	春岡市営住宅集会所（見沼区小深作 262-1）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	サロン・茶話会 音楽（歌唱・演奏） 環境美化・清掃		
活動内容詳細	健康体操、脳トレ、カラオケ等を中心に活動しています。活動日を忘れてしまう方の為に前日に開催の連絡をしたり、当日迎えに行ったりします。言葉かけ運動を大切に、団地入口の花壇で花づくりもしています。		
活動日時	第2・4土曜日 10:00～12:00		
費用負担	有償（1回200円）	利用条件	有

活動名称	春岡うんどうサロン（実施主体：地区社協）		
活動場所	丸ヶ崎自治会館（見沼区丸ヶ崎町 27-10）		
連絡先	048-685-0006（春岡地区社会福祉協議会）		
活動内容	体操教室		
活動内容詳細	「うんどうサロン」概ね 65 歳以上の方を対象としたストレッチ運動、筋力トレーニング、レクリエーションを行います		
活動日時	毎月第4火曜日 午後1時～午後3時頃（8月はお休み）		
費用負担	無償	利用条件	有

利用条件が「有」となっている活動については、参加または利用に条件があります。
詳しくは、連絡先にお問い合わせください。

見沼区北部圏域 いきいき活動リスト



令和2年9月

活動名称	春岡うんどうサロン（実施主体：地区社協）		
活動場所	春岡公民館（見沼区深作 1-5-1）		
連絡先	048-685-0006（春岡地区社会福祉協議会）		
活動内容	体操教室		
活動内容詳細	「うんどうサロン」概ね 65 歳以上の方を対象としたストレッチ運動、筋力トレーニング、レクリエーションを行います		
活動日時	毎月第 4 木曜日午後 1 時 15 分～午後 3 時 15 分頃（8 月はお休み）		
費用負担	無償	利用条件	有

活動名称	春岡うんどうサロン（実施主体：地区社協）		
活動場所	春おか広場（見沼区宮ヶ谷塔 765）		
連絡先	048-685-0006（春岡地区社会福祉協議会）		
活動内容	体操教室		
活動内容詳細	「うんどうサロン」概ね 65 歳以上の方を対象としたストレッチ運動、筋力トレーニング、レクリエーションを行います		
活動日時	毎月第 2 水曜日午後 1 時～午後 3 時頃（8 月はお休み）		
費用負担	無償	利用条件	有

活動名称	ルディックウォーキングエクササイズ（実施主体：ボランティア団体）		
活動場所	春おか広場（見沼区宮ヶ谷塔 765）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	体操教室 介護予防教室		
活動内容詳細	ルディックウォーキング専用のポールを使用し室内を中心にイスに座ってのストレッチや立位でのリズム運動を行います		
活動日時	月 1 回日曜日午後開催 （会場の都合で曜日固定なし）		
費用負担	無償	利用条件	無

利用条件が「有」となっている活動については、参加または利用に条件があります。
詳しくは、連絡先にお問い合わせください。

見沼区北部圏域 いきいき活動リスト



令和2年9月

活動名称	つくろい隊（実施主体：ボランティア団体）		
活動場所	さいたまやすらぎの里（見沼区卸町 2-21-1）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里）		
活動内容	手芸		
活動内容詳細	高齢者施設に入所されている方の衣類などを繕うボランティアです。物を大切にす る気持ちに寄り添いながら、主婦の経験をいかし活動しています。		
活動日時	月1回第4水曜日 午後1時～4時		
費用負担	無償	利用条件	無

活動名称	にこにこクラブB（実施主体：地域の自主グループ）		
活動場所	春野老人憩いの家（見沼区春野 1-1-1）		
連絡先	048-680-3289（見沼区北部圏域シニアサポートセンター さいたまやすらぎの 里）		
活動内容	介護予防教室		
活動内容詳細	いきいき百歳体操の開催		
活動日時	毎週木曜日午後1時～ 午後2時半		
費用負担	無償	利用条件	有

利用条件が「有」となっている活動については、参加または利用に条件があります。
詳しくは、連絡先にお問い合わせください。