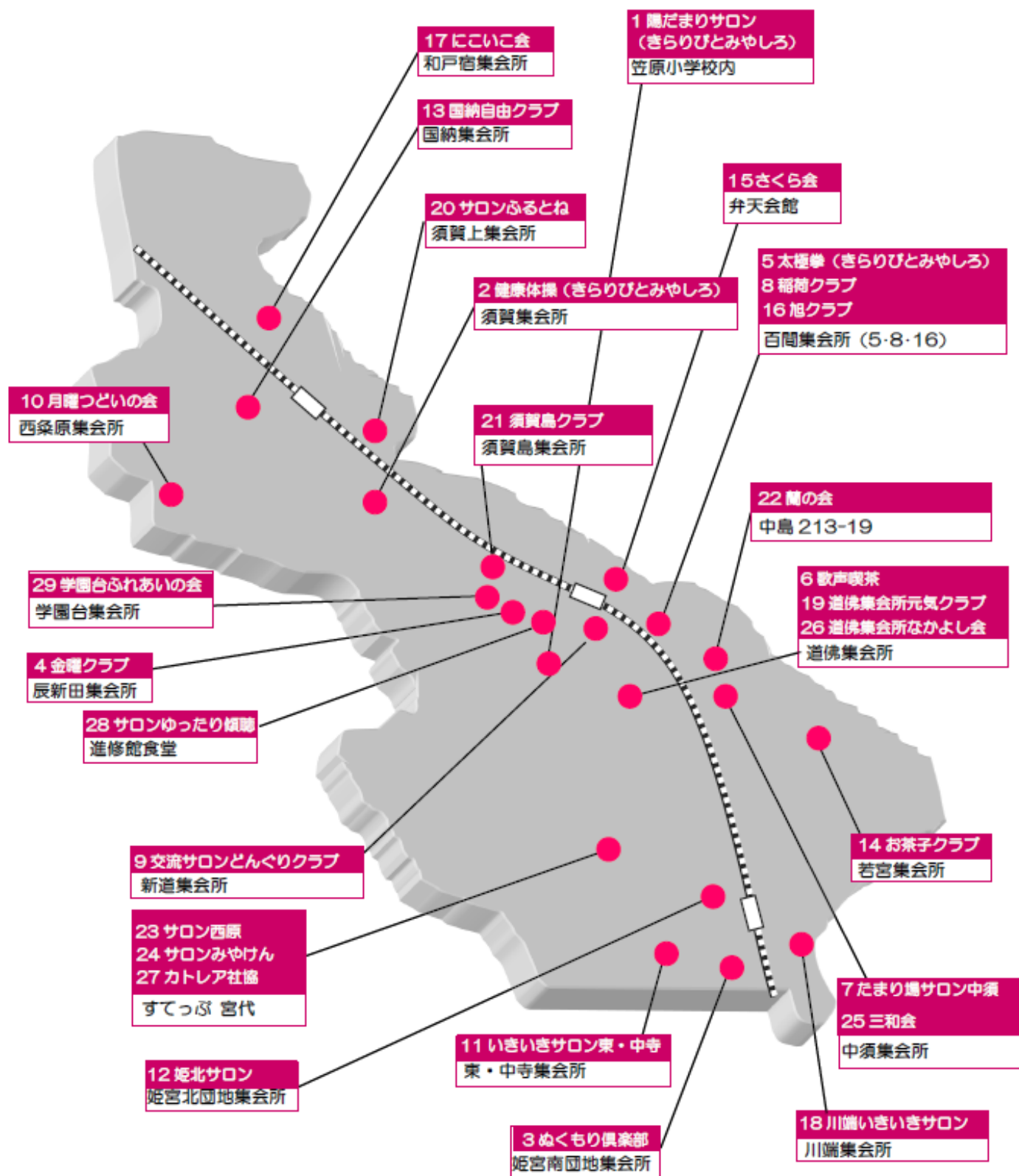


宮代町内の地域交流サロン



令和7年9月現在



		月		火		水	木		金	土	日
1 ※	午前	お茶子クラブ (若宮集会所)					にこいこ会 (和戸宿集会所)		きらり/健康体操 (須賀集会所) 金曜クラブ (辰新田集会所)		
	午後		月曜つどいの会 (西条原集会所) 川端いきいきサロン (川端集会所)	サロンみやけん (すてっぷ宮代)		きらり/歌声喫茶 (道佛集会所) 稲荷クラブ (百間集会所) カトレア社協 (すてっぷ宮代)	蘭の会 (中島213-19)			サロンふるとね (須賀上集会所)	
2	午前			国納自由クラブ (国納集会所)	三和会 (中須集会所)	ぬくもり倶楽部 (姫宮南団地集会所)		いきいきサロン (東・中寺集会所)	道佛集会所元気クラブ (道佛集会所)		
	午後	サロンゆったり傾聴 (進修館)	きらり園上さん家 (字宮東 419-4)			カトレア社協 (すてっぷ宮代)	太極拳 (百間集会所) 蘭の会 (中島213-19)			さくら会 (弁天会館)	

		月		火		水		木		金		土		日	
3	午前	お茶子クラブ (若宮集会所)	どんぐりクラブ (新道集会所) にこいこ会 (和戸宿集会所)	サロンみやけん (すてっぷ宮代)		須賀島クラブ (須賀島集会所)	サロン西原 (すてっぷ宮代) カトレア社協 (すてっぷ宮代)	蘭の会 (中島 213-19)	きらり/健康体操 (須賀集会所) 金曜クラブ (辰新田集会所)	サロンふるとね (須賀上集会所)					
	午後		月曜つどいの会 (西条原集会所) 川端いきいきサロン (川端集会所)												
4	午前	須賀島クラブ (須賀島集会所)	たまり場サロン (中須集会所) 姫北サロン (姫宮北団地集会所)	国納自由クラブ (国納集会所) 道佛集会所なかよし会	三和会 (中須集会所)	ぬくもり倶楽部 (姫宮南団地集会所)		蘭の会 (中島 213-19)	きらり園上さん家 (字宮東 419-4)	さくら会 (弁天会館)					
	午後		サロンゆったり傾聴 (進修館)	旭クラブ (百間集会所)								カトレア社協 (すてっぷ宮代) 旭クラブ (百間集会所)			

※数字については、○週目を表しています

1 【陽だまりサロン】

事業名	陽だまりサロン
実施主体	NPO法人きらりびとみやしろ
実施回数	月曜～金曜、第3、第4土曜
実施場所	陽だまりサロン（百間1105（笠原小学校内））／☎37-0145
お世話人等	2人
参加費（1回当たり）	無料
実施時間	10時～16時
昼食	なし
サロンメニュー	イベント有、お茶飲み、囲碁など
対象	どなたでも
参加人数	25人
開始年月	平成12年6月

【サロンの様子】



囲碁・将棋

2【健康体操 須賀集会所】

事業名	健康体操
実施主体	NPO法人きらりびとみやしろ／☎33-3868
実施回数	月2回（第1・3金曜日）
実施場所	須賀集会所（須賀1125-1）
お世話人等	4人
参加費（1回当たり）	無料
実施時間	10時～12時
昼食	なし
サロンメニュー	健康体操
対象	どなたでも
参加人数	15人～20人
開始年月	平成23年6月

【サロンの様子】



3 【ぬくもり倶楽部 姫宮南団地集会所】

事業名	ぬくもり倶楽部
実施主体	南団地有志
実施回数	月2回（第2・第4水曜日）
実施場所	姫宮南団地集会所（宮代町東姫宮2-11-24）
お世話人等	参加者全員
参加費（1回当たり）	100円
実施時間	10時～12時
昼食	なし
サロンメニュー	お茶、コーヒーを飲みながらおしゃべり。リハビリ体操、誕生会、ゲーム等
対象	どなたでも
参加人数	20人
開始年月	平成24年2月

【サロンの様子】



4 【金曜クラブ 辰新田集会所】

事業名	金曜クラブ
実施主体	辰新田有志
実施回数	月 2 回（第 1 ・ 第 3 金曜日）
実施場所	辰新田集会所（本田 4－8－1 3）
お世話人等	8 人
参加費（1 回当たり）	2 0 0 円（昼食なし）又は 5 0 0 円（昼食あり）
実施時間	1 0 時 0 0 分～1 3 時 3 0 分
昼食	あり 昼食代：3 0 0 円
サロンメニュー	おしゃべり、合唱、ゲーム等
対象	どなたでも
参加人数	2 5 人
開始年月	平成 2 4 年 1 0 月

【サロンの様子】



5 【太極拳 百間集会所】

事業名	太極拳
実施主体	NPO法人きらりびとみやしろ／☎33-3868
実施回数	月1回（第2木曜日）
実施場所	百間集会所（百間5-1-29）
お世話人等	4人
参加費（1回当たり）	無料
実施時間	13時30分～15時
昼食	なし
サロンメニュー	太極拳
対象	どなたでも
参加人数	10人～15人
開始年月	平成24年10月

【サロンの様子】



6【歌声喫茶 道仏集会所】

事業名	歌声喫茶
実施主体	NPO法人きらりびとみやしろ／☎33-3868
実施回数	月1回（第1水曜日）
実施場所	道仏集会所（宮代2-8-6）
お世話人等	4人
参加費（1回当たり）	無料
実施時間	13時30分～15時30分
昼食	なし
サロンメニュー	歌謡曲・童謡・叙情歌など誰もが口ずさめる懐かしい曲をみんなで歌う
対象	どなたでも
参加人数	30人～35人
開始年月	平成23年11月

【サロンの様子】



100曲を選曲しての歌詞ファイル



地区の掲示板に掲示

7 【たまり場サロン中須・中須集会所】

事業名	たまり場サロン中須
実施主体	中須有志
実施回数	月1回（第4月曜日）回覧でお知らせ
実施場所	中須集会所（中島94）
お世話人等	7人
参加費（1回当たり）	無料
実施時間	10時～12時
昼食	なし
サロンメニュー	茶話会・体操など
対象	中須地区
参加人数	10人
開始年月	平成26年3月

【サロンの様子】



8 【稲荷クラブ 百間集会所】

事業名	稲荷クラブ
実施主体	稲荷町有志
実施回数	月 1 回（第 1 水曜日）
実施場所	百間集会所（百間 5－1－2 9）
お世話人等	参加者全員
参加費（1 回当たり）	無料
実施時間	1 3 時～1 5 時
昼食	なし
サロンメニュー	茶話会、ゲーム、歌など
対象	稲荷町地区
参加人数	2 5 人
開始年月	平成 2 6 年 4 月

【サロンの様子】



9 【交流サロンどんぐりクラブ 新道集会所】

事業名	交流サロン どんぐりクラブ
実施主体	西口8町会有志
実施回数	月1回（第3月曜日）
実施場所	新道集会所（中央2-9-3）
お世話人等	10人
参加費（1回当たり）	200円 昼食あるときは500円（年末年始のみ）
実施時間	10時～12時
昼食	なし（年末年始のみあり）
サロンメニュー	おしゃべり、歌、体操、早口ことば、ゲームなど
対象	西口8町会地区（新道、宮代、中央、笠原）
参加人数	40人
開始年月	平成26年9月

【サロンの様子】



10【月曜つどいの会 西条原集会所】

事業名	月曜つどいの会
実施主体	西条原有志
実施回数	月2回（第1・3月曜日）
実施場所	西条原集会所（西条原660）
お世話人等	9人
参加費（1回当たり）	200円 昼食あるときは500円
実施時間	13時～15時 イベント開催日は12時～15時
昼食	なし（イベント開催日のみ有）
サロンメニュー	茶話会、ゲーム、歌など
対象	西条原地区
参加人数	20人
開始年月	平成27年2月

【サロンの様子】



1 1 【いきいきサロン東・中寺 東・中寺集会所】

事業名	いきいきサロン東・中寺
実施主体	東・中寺有志
実施回数	月 1 回（第 2 木曜日）
実施場所	東集会所（東 4 1 0－1） 中寺集会所（東 1 2 2－1） ※交互に集会所が変わります
お世話人等	1 5 人
参加費（1 回当たり）	お茶代：1 5 0 円 昼食代：3 5 0 円
実施時間	1 1 時～1 5 時
昼食	あり 3 5 0 円
サロンメニュー	おしゃべり、ゲームなど
対象	東・中寺地区の住民
参加人数	3 5 人
開始年月	平成 2 7 年 5 月

【サロンの様子】



1 2 【姫北サロン 姫宮北団地集会所】

事業名	姫北サロン
実施主体	姫宮北団地有志
実施回数	月 1 回（第 4 月曜日）
実施場所	姫宮北団地集会所（東姫宮 1－9－6）
お世話人等	2 0 人
参加費（1 回当たり）	1 0 0 円
実施時間	1 0 時～1 2 時
昼食	なし
サロンメニュー	茶話会、体操、ゲームなど
対象	姫宮北団地の住民
参加人数	3 0 人
開始年月	平成 2 7 年 5 月

【サロンの様子】



1 3 【国納自由クラブ 国納集会所】

事業名	国納自由クラブ
実施主体	国納有志
実施回数	月 2 回（第 2 ・ 4 火曜日）
実施場所	国納集会所（国納 2 6 0 － 4）
お世話人等	参加者全員
参加費（1 回当たり）	2 0 0 円
実施時間	1 0 時～1 2 時
昼食	なし
サロンメニュー	茶話会、ゲーム、カラオケなど
対象	どなたでも
参加人数	1 0 人
開始年月	平成 2 7 年 6 月

【サロンの様子】



1 4 【お茶子クラブ 若宮集会所】

事業名	お茶子クラブ
実施主体	若宮有志
実施回数	月 2 回（第 1 ・ 3 月曜日）
実施場所	若宮集会所（中島 3 8 6）
お世話人等	参加者全員
参加費（1 回当たり）	なし
実施時間	1 0 時～1 5 時
昼食	あり（出前のため、金額設定なし）
サロンメニュー	茶話会など
対象	若宮地区
参加人数	1 0 人
開始年月	平成 2 8 年 7 月

【サロンの様子】



15 【さくら会 弁天会館】

事業名	さくら会
実施主体	弁天・桜木町内会主体
実施回数	月2回（第2・第4土曜日）
実施場所	弁天会館（百間2－6－1）
お世話人等	2人
参加費（1回当たり）	無料
実施時間	13時30分～14時30分
昼食	なし
サロンメニュー	体操、お茶飲みなど
対象	弁天町または桜木町町内会に加入している方
参加人数	10人程度
開始年月	平成28年8月

【サロンの様子】



16 【旭クラブ 百間集会所】

事業名	旭クラブ
実施主体	旭町会主体
実施回数	月1回（第4水曜日）
実施場所	百間集会所（百間5-1-29）
お世話人等	2人
参加費（1回当たり）	無料
実施時間	13時30分～15時
昼食	なし
サロンメニュー	歌、お茶飲み、手芸など
対象	旭町地区近辺
参加人数	10人
開始年月	平成29年1月

【サロンの様子】



17 【にこいこ会 和戸宿集会所】

事業名	にこいこ会（ニコニコ また行こうね！）
実施主体	和戸有志
実施回数	月1回（第3月曜日）※祝日の場合は、翌日の火曜日に開催
実施場所	和戸宿集会所（和戸3-196-1）
お世話人等	5人
参加費（1回当たり）	200円 昼食ある時は、別途500円くらい（年1～2回予定）
実施時間	9時30分～12時00分
昼食	なし ※年1～2回程度予定あり 昼食代：500円
サロンメニュー	歌、おしゃべり、体操、ゲームなど
対象	町内外、年齢問わず。小さいお子様連れからどなたでもOK！
参加人数	20人くらい
開始年月	平成29年4月

【サロンの様子】



18 【川端いきいきサロン 川端集会所】

事業名	川端いきいきサロン
実施主体	川端1区・2区・3区有志
実施回数	月1回（第1・第3月曜日 ※祝日の場合は、翌日の火曜日）
実施場所	川端集会所（川端3-13-27）
お世話人等	4～6名
参加費（1回当たり）	100円
実施時間	13時30分～15時30分
昼食	なし
サロンメニュー	いきいき百歳体操&お茶会
対象	どなたでも
参加人数	20人くらい
開始年月	平成30年2月

【サロンの様子】



19 【道仏集会所元気クラブ 道仏集会所】

事業名	道佛集会所元気クラブ
実施主体	元気クラブスタッフ・道仏1区3区後援
実施回数	月1回（第2金曜日）
実施場所	道佛集会所（宮代2-8-6）
お世話人等	3人
参加費（1回当たり）	600円（会場費100円・昼食500円）
実施時間	10時～11時30分
昼食	あり
サロンメニュー	健康体操・歌・手遊び（物作りなど）・お茶飲みなど
対象	どなたでも
参加人数	25人
開始年月	平成30年7月

【サロンの様子】



20【サロンふるとね 須賀上集会所】

事業名	サロンふるとね
実施主体	須賀上地区有志
実施回数	月2回（第1・第3土曜日）
実施場所	須賀上集会所（須賀1196-4）
お世話人等	参加者全員
参加費（1回当たり）	250円（世帯ごと・6ヶ月分をまとめて払う）
実施時間	14時～16時
昼食	なし
サロンメニュー	カラオケ・お茶飲みなど
対象	どなたでも
参加人数	10人～15人
開始年月	平成30年2月

【サロンの様子】



2 1 【須賀島クラブ 須賀島集会所】

事業名	須賀島クラブ
実施主体	須賀島地区有志
実施回数	3月・6月・9月・12月（第4日曜日）
実施場所	須賀島集会所（学園台1－17－13）
お世話人等	参加者全員
参加費（1回当たり）	500円（昼食代含む）
実施時間	11時00分～14時00分
昼食	あり
サロンメニュー	会食・体操・合唱 ※会食後にクイズ、カラオケなどのイベントを企画
対象	須賀島地区在住の方
参加人数	20人～30人
開始年月	平成30年2月

【サロンの様子】



2 2 【蘭の会 中島 213-19】

事業名	蘭の会
実施主体	町で介護予防に取り組む有志
実施回数	毎週木曜日
実施場所	中島 2 1 3 - 1 9
お世話人等	3 人
参加費（1 回当たり）	無料
実施時間	1 3 時～ 1 6 時
昼食	なし
サロンメニュー	食事会・体操・脳トレ・ゲーム・ダンス・ヨガなど
対象	宮代町内の女性
参加人数	2 5 人
開始年月	平成 3 1 年 2 月

【サロンの様子】



23 【サロン西原 すてっぷ宮代】

事業名	サロン西原
実施主体	西原地区有志
実施回数	月1回（第3水曜日）
実施場所	すてっぷ宮代（西原 278）
お世話人等	参加者全員
参加費（1回当たり）	100円
実施時間	13時30分～15時
昼食	なし
サロンメニュー	軽体操（ストレッチ）・レクリエーション（輪投げ・お手玉・折り紙）・脳トレなど
対象	西原地区内の住民
参加人数	15人
開始年月	令和元年5月

【サロンの様子】



24 【サロンみやけん すてっぷ宮代】

事業名	サロンみやけん
実施主体	みやしろ大学有志
実施回数	月2回（第1、第3火曜日）
実施場所	すてっぷ宮代（西原 278）
お世話人等	3人
参加費（1回当たり）	月 500 円
実施時間	12時30分～16時
昼食	なし
サロンメニュー	茶話会、認知症予防ゲームなど
対象	60才以上の女性
参加人数	20人
開始年月	令和元年8月

【サロンの様子】



25【三和会 中須集会所】

事業名	三和会
実施主体	
実施回数	月2回（第2・第4火曜日）
実施場所	中須集会所（中島94）
お世話人等	
参加費（1回当たり）	2か月に1回1,000円
実施時間	9時30分～15時
昼食	あり（出前可）
サロンメニュー	カラオケ、輪投げ等
対象	どなたでも
参加人数	約18人
開始年月	平成28年3月～

【サロンの様子】



26 【道仏集会所なかよし会 道仏集会所】

事業名	道仏集会所なかよし会
実施主体	
実施回数	月1回（第4火曜日）
実施場所	道仏集会所（宮代2-8-6）
お世話人等	
参加費（1回当たり）	1回100円
実施時間	10時～11時30分
昼食	なし
サロンメニュー	健康体操・歌・手遊び（物作りなど）・お茶飲みなど
対象	どなたでも
参加人数	20人
開始年月	令和4年4月



27【カトレア社協】

事業名	カトレア社協
実施主体	
実施回数	月4回（毎週水曜日）
実施場所	すてっぷ宮代（西原278）
お世話人等	
参加費（1回当たり）	
実施時間	12時～15時
昼食	なし
サロンメニュー	健康体操・ヨガなど
対象	どなたでも
参加人数	30人
開始年月	令和4年4月



28 【サロンゆったり傾聴】

事業名	サロンゆったり傾聴
実施主体	みやしろ傾聴ボランティア
実施回数	月2回（第2・4月曜日）
実施場所	進修館
お世話人等	
参加費（1回当たり）	
実施時間	14時～16時
昼食	なし
サロンメニュー	茶話会など
対象	どなたでも
参加人数	15人
開始年月	令和5年7月



29【学園台ふれあいの会】

事業名	学園台ふれあいの会
実施主体	学園台有志
実施回数	月1回（第4金曜日）
実施場所	学園台集会所
お世話人等	
参加費（1回当たり）	100円
実施時間	9時30分～12時00分
昼食	なし
サロンメニュー	茶話会など
対象	どなたでも
参加人数	30人
開始年月	令和7年7月

