

活動の分類	活 動 名	活 動 内 容	活 動 日	料 金	会 場	活動内容の詳細
サロン・茶話会	ゆる～りかふえ	歌、体操、編み物、折り紙など	第2水曜日 13:30～15:30	200円/回 (材料費別途必要)	大場地域ケアプラザ	・交流を通じた健康づくり、健脳づくりの場です。 ・ボランティア募集中
サロン・茶話会	みんなのへや	おしゃべり、趣味活動、情報交換、一人でぼーっとする	第2・4木曜日 14:00～16:00	100円/回	リーフエスコートあざみ野	・誰でも気軽に参加できます ・折り紙などの趣味も楽しめます
サロン・茶話会	いきいきカフェ	おしゃべり (イベントもあり)	第4月曜日 14:00～16:00	100円/回 (内容によって変動)	リーフエスコートあざみ野	・イベントは、落語やコンサート等
サロン・茶話会	サロン みちくさ	おしゃべり、情報交換、交流	第3水曜日 14:15～16:00	無料	医療法人社団 健生会 長浜医院主催	・長浜医師も会に参加します。 ・内容は、時事ネタ、運動ストレッチ、脳トレ、井戸端会議など。
サロン・茶話会	大場シニアサロンもみじ	おしゃべりサロン	第3火曜日 13:30～15:00 (8月はお休み)	200円/回 (お茶菓子代等)	大場町一心会館	・大場町一心会エリア ・主催(民生委員児童委員/保健活動推進員) ・遠くまで出かけるのはちょっと...という方/ご近所におしゃべりできる友達が欲しい方など...どなたでも大歓迎(概ね65歳以上の方)
サロン・茶話会	おしゃべりサロン	おしゃべりサロン	第4木曜日 13:30～15:00 ※8月はお休み ※開催週が変更になる場合もあり	無料	やよいが丘クラブ会館	・やよいが丘自治会エリア ・主催(民生委員児童委員/保健活動推進員) ・遠くまで出かけるのはちょっと...という方/ご近所におしゃべりできる友達が欲しい方など...どなたでも大歓迎
認知症カフェ	カフェかやのき	認知症予防カフェ (認知症に関する情報交換の場)	第1木曜日 13:30～15:00	100円/回	大場地域ケアプラザ	下記を実施。 ・認知症に関するゲストスピーチ ・お茶を飲みながらのカフェタイム

活動の分類	活動名	活動内容	活動日	料金	会場	活動内容の詳細
介護者の集い	介護者のつどい	介護者同士の情報交換会・茶話会	第4水曜日 10:00~11:30 (7月はお休み)	無料	大場地域ケアプラザ	・初めての方も大歓迎 ・介護者同士だからこそ伝わる 悩みや困り事を共有しましょう
会食会	ぐるうぶあざみ野	会食会	1回/月 12:00~14:00	600円/回	山内地区センター	・対象：日中一人暮らし70歳以上の方 ・食後は、歌を歌う等レクリエーション もあります
会食会	あざみ野フォーラム	会食会	第2火曜日 12:00~15:00	800円/月 (クリスマス会 は別料金)	大場地域ケアプラザ	・どなたでも大歓迎 ・地域の中で、お互いのコミュニ ケーションをとる機会が作りたい ・健康増進に役立つ内容を企画し、 交流を楽しんでいます ・内容は、月ごとイベント、会食、 ストレッチ、コーラス。
地域ミニデ イ	銀のつどい	食事・色々なプログラ ム	毎週金曜日 10:00~14:00	1,100円/回	大場地域ケアプラ ザ	・食事は、手づくり。 ・プログラムは、体操、気功、舞 踊、習字、絵手紙、歌、陶芸 など…その日により用意。 各自で選んで楽しめます。
地域ミニデ イ	ボランティアグループ はなみずき	歌、体操、脳トレ、 ゲーム、各種イベント (演奏会など)	第2・3・4 月曜日 10:00~15:00	1,200円/回 (昼食代含む)	あざみ野会館	・利用者/ボランティア募集中 ・マンツーマンで利用者に寄り添う ボランティアによる家庭的な 高齢者デイサービス。 ・介護保険とは関係なく利用可 ・イベントは、外部からゲストを 呼んでいます
体操・運動	体育クラブひまわり	ハマトレを中心とした 体操の会	第1・2・3・4 水曜日 14:00~16:00	1,500円/月 (参加費) 1,000円/年 (保険料)	リーフエスコート あざみ野	・元気つくりステーション

活動の分類	活 動 名	活 動 内 容	活 動 日	料 金	会 場	活動内容の詳細
体操・運動	エバーグリーンかやのき	太極拳、ラジオ体操、脳レク等	第2・4月曜日 13:00~15:00	500円/月	かやの樹（サービス付高齢者向け住宅）	・元気づくりステーション ・参加者募集中！
体操・運動	スクエアステップ	ストレッチ、筋力アップ体操、スクエアステップ	第2・4金曜日 15:00~16:15	250円/回 （保険料含む）	大場地域ケアプラザ	・生活機能と心理社会機能に着目し、楽しみながら介護予防を目指した頭と体を同時に使う新しいエクササイズ！
体操・運動	元気が出る体操	体操	第1・3・4・5火曜日 15:00~17:00	400円/回 ※別途、保険料がかかります。	大場地域ケアプラザ	・ストレッチ、筋力向上運動 ・ボール・ラダーを使った認知症予防運動
体操・運動	gogoハマトレ	体操	第1・3火曜日 14:00~16:00	300円/回 1,220円/年（保険料）	リーフエスコートあざみ野	・講師によるハマトレを中心とした体操 ・参加者募集中
体操・運動	ダオイン大場	健康気功	第1・3水曜日 10:00~11:45 又は、 15:00~16:45	300円/回	大場地域ケアプラザ	・どなたでも参加可能。 ・目標は、生涯健康 ・指導員（【導引養生功】本部）が指導します ・交流親睦の場ともなっています
体操・運動	練功十八法同好会	練功十八法	2回/月	200円/回	大場地域ケアプラザ	・練功十八法を通じた、健康維持・体力増進を目的に活動。
体操・運動	メリーメイト美しが丘	フォークダンス	第1・3土曜日 9:30~12:00	2,500円/3ヶ月 （会費） 300円/回 （参加費）	大場地域ケアプラザ他	・世界民族音楽のフォークダンスを練習し、踊ります。 ・仲間と共に楽しく身体を動かしてアンチエイジング！ ・参加者募集中！

活動の分類	活動名	活動内容	活動日	料金	会場	活動内容の詳細
体操・運動	ノルディックウォーキング	ノルディックウォーキング	第4火曜日 10:00~12:00	50円/回	大場地域ケアプラザ	・ボール無料貸し出し ・近隣の景色を楽しみながら歩いています。 ・参加者募集中!
体操・運動	ポッチャを始めませんか? in 大場	ポッチャ	第4水曜日 10:00~12:00		大場みすずが丘地区センター	・ポッチャは、パラリンピック公式種目。 ・座りながらも参加できます。 ・体験してみませんか?
趣味の活動	サロン・ド・プラチナ	料理教室、陶芸、そば打ち、ハイキングの実施。(新年は、七福神巡り)	1~2回/月	その都度、材料費等の実費	大場地域ケアプラザ	・男性中心とした集まり ・活動を通じ、高齢者との交流・健康向上を図ります。
趣味の活動	かやの木囲碁会(中級)	囲碁	第2・4木曜日 9:00~12:00		大場地域ケアプラザ	・活動を通して、地域の方と親睦を深めます。 ・対局と講師による実践指導 ・初級の方も参加可能。
趣味の活動	クレアールパソコン	パソコン	2回/月	無料	大場地域ケアプラザ	・技能習得の為、表の作成等を行う ・活動を通じて、地域の交流を深める
趣味の活動	土と遊ぶ陶芸クラブ	陶芸	1回/月	500円/月	大場地域ケアプラザ	・陶土と作成道具を用意し、陶芸希望者に作品づくりを指導。 ・活動を通じ、地域の親睦と交流を深めます。
趣味の活動	かやのきハーモニー	ハーモニカ演奏	第1・3水曜日 10:00~12:00	無料	大場地域ケアプラザ	・講師はいません。 ・演奏を楽しみながら、交流も深まります。 ・1回/月ハーモニカ演奏のボランティアをしています。
趣味の活動	彩の会	葉書絵作成と講習会	1回/月	1,000円/月	大場地域ケアプラザ	・活動を通じ、認知症予防と親睦を深める。 ・デイサービスで葉書絵ボランティアを実施。

活動の分類	活 動 名	活 動 内 容	活 動 日	料 金	会 場	活動内容の詳細
趣味の活動	S・K大正琴サークル	大正琴	3回/月	無料	大場地域ケアプラザ	・活動を通じた健康づくり、地域貢献をしています。
趣味の活動	火曜マーじゃん	麻雀	4回/月	無料	大場地域ケアプラザ	・活動を通して、健康と交流を図ります。
趣味の活動	すずめの会	麻雀	4～5回/月	無料	大場地域ケアプラザ	・活動を通じた親睦・老化防止
趣味の活動	楽しい会	麻雀	毎週土曜日 13:00～17:00	無料	大場地域ケアプラザ	・初心者の方も大歓迎！ ・活動を通して、親睦を深めています！
趣味の活動	書遊会	習字の会	第1・3火曜日 10:00～12:00	200円/回	大場地域ケアプラザ	・習字を通して地域の人々と交流を図る。 ・ひらがなの練習（小筆） ・太筆練習。
趣味の活動	絵心の会	絵画教室	第2・4水曜日 14:15～16:30		医療法人社団 健生会 ム・ウ21あざみ野	・講師は、日本美術院院友
趣味の活動	バルーン大場クラブ	バルーンアート	第2火曜日 10:00～12:00 第4火曜日 13:30～15:30	300円/回	リーフエスコートあざみ野	・バルーンアートを体験してみたい方、大歓迎！ ・おしゃべりを楽しみしながら風船をひねっています！
歌・カラオケ	カナリヤコーラス	合唱	2回/月	1,000円/会費	大場地域ケアプラザ	・講師のピアノに合わせた声出しの練習や合唱 ・施設での発表 ・活動を通じて、高齢者の健康維持・親睦を図っています。

活動の分類	活動名	活動内容	活動日	料金	会場	活動内容の詳細
歌・カラオケ	合唱団さくらそう	合唱	第1火曜日 (混声) 9:30~15:00 第2火曜日 (男声) 9:30~12:00 第3火曜日 (混声) 9:30~12:00 第4火曜日 (女声) 9:30~12:00	2,500円/月	大場地域ケアプラザ他	・どなたでも大歓迎。 ・月1回好きな歌をソロで歌う時間を設けています。 ・歌を通じて親睦を深めています ・叙情歌、世界の名曲を初め、昭和の国民歌謡などを歌っています ・一緒に歌うボランティアもしています。
歌・カラオケ	カーロ野あざみ	混声合唱	第2・3・4 水曜日 19:00~20:30	4,000円/月	医療法人社団 健生会 ム・ウ21あざみ野	・オペラ歌手を招いた教室
歌・カラオケ	コーラス 瑠璃の会	コーラス	第2木曜日 13:00~15:00	1,000円/月	大場地域ケアプラザ	・講師を招き、コーラスを楽しむ
歌・カラオケ	あざみ野コーラス	コーラスの練習	3回/月	4,000円/月	大場地域ケアプラザ	・コーラスを楽しみ親睦を深める
歌・カラオケ	青葉吟詠会	詩吟	第1・2・3 木曜日 15:30~17:00	1,000円/月	大場地域ケアプラザ	・体験無料 ・どなたでも参加可能。 ・声を出したい方、大歓迎。
その他	大場カリンの会	ボランティア活動	3回/月	無料	大場地域ケアプラザ	・会の中で研修を行い、デイケア等のボランティア活動を実施 ・活動を通じた社会福祉活動を目指しています。
その他	ヘルスアップセミナー	健康・運動に関する勉強会	第3土曜日 13:00~14:30	無料	医療法人社団 健生会 ム・ウ21あざみ野	・生活習慣病、介護予防など ・外部講師を招いた勉強会