

高齢者あんしん相談センター【ふくおか】

☎049-261-1126

| 団体名 | 日時 | 会場 | 備考 |
|---|------------------------|------------------|-------------------------------|
| 1 滝びんしゃんくらぶ | 毎週木曜日 10:00 ~ 11:00 | 滝集会所 | |
| 2 中福岡びんしゃんくらぶ | 毎週月曜日 10:00 ~ 11:30 | 中福岡集会所 | |
| 3 福岡新田びんしゃんくらぶ <small>★自治会員の方のみ</small> | 第2・第4木曜日 9:30 ~ 11:30 | 福岡新田集会所 | 自治会員のみ |
| 4 もくもくびんしゃんくらぶ | 毎週木曜日 9:30 ~ 10:30 | ふじみ野 ステラ・イースト | 入会金 300円 参加費 1カ月100円 |
| 5 ゴールドびんしゃんくらぶ | 毎週金曜日 9:30 ~ 10:30 | | |
| 6 GOGO! びんしゃんくらぶ | 毎週水曜日 14:00 ~ 15:00 | | |
| 7 元福岡びんしゃんくらぶ <small>★町内会員の方のみ</small> | 毎週月曜日 10:00 ~ 11:30 | 元福岡集会所 | 詳細はお問 合せください |
| 8 北野びんしゃんくらぶ <small>★北野にお住まいの方のみ</small> | 毎週火曜日 10:00 ~ 11:30 | 北野集会所 | 北野住民 のみ |
| 9 駒林びんしゃんくらぶ | 毎週火曜日 10:00 ~ 11:15 | 駒林会館 | |
| 10 大原びんしゃんくらぶ | 毎週月曜日 10:00 ~ 11:15 | 大原自治会館 | 詳細はお問 合せください |
| 11 上野台びんしゃん <small>★自治会員の方のみ</small> | 第2・第4金曜日 10:30 ~ 12:00 | 上野台団地集会所 | 自治会員 のみ |

高齢者あんしん相談センター【つるがまい】

☎049-256-6061

| 団体名 | 日時 | 会場 | 備考 |
|--|-------------------------------|----------------------------------|--------------------|
| 27 元気でなかよしクラブ | 毎週木曜日 13:30 ~ 15:00 | 大井総合福祉センター 1階ふじみん びんしゃんホール | メンバー 募集中 |
| 28 元気クラブ・つるがおか | 毎週火曜日 10:00 ~ 11:15 | 鶴ヶ岡会館 (鶴ヶ岡コミュニティセンター1階) | 月4回 |
| 29 元気クラブ・ひまわり | 毎週火曜日 13:30 ~ 15:00 | 亀久保西会館 | 雨天中止 町内会員 のみ |
| 30 元気クラブ・緑ヶ丘 | 毎週金曜日 10:00 ~ 11:00 | 緑ヶ丘会館 | |
| 31 華の会パンジー びんしゃんクラブ | 第1~第4木曜日 10:00 ~ 11:30 | ふじみ野会館 | |
| 32 鶴一健康クラブ <small>★町内会員の方のみ</small> | 第1・第3・第5 水曜日 10:00 ~ 11:30 | 鶴一会館 | 町内会員 のみ |
| 33 びんしゃん学園 | 毎週月曜日 10:00 ~ 11:30 | 学園会館 | |
| 34 ハイツ大井町びんしゃんクラブ | 毎週水曜日 10:00 ~ 11:30 | ハイツ大井町集会所 (管理棟2階) | |
| 35 華の会パンジー2 びんしゃん令和クラブ | 第1・第2・第4 水曜日 13:30 ~ 15:00 | 江川会館 | |
| 36 レインボー亀久保 びんしゃんクラブ | 第1~第4木曜日 10:00 ~ 11:30 | 亀久保会館 | |
| 37 フォレスト・びんしゃんクラブ | 毎週火曜日 13:30 ~ 14:30 | フォレストレジデンスマンション 2階パーティールーム | マンション 住民のみ |

感染症対策の為、日時が変更になる場合があります。
詳しくは各高齢者あんしん相談センターへお問合せください。



高齢者あんしん相談センター【かすみがおか】

☎049-264-7620

| 団体名 | 日時 | 会場 | 備考 |
|---|------------------------|-----------------------|-----------------------|
| 12 さくらびんしゃんくらぶ | 毎週金曜日 13:30 ~ 15:00 | 介護予防センター 2階 多目的ホール | 参加費 1回100円 男性限定 |
| 13 秋桜びんしゃんクラブ <small>こすもす</small> | 第1~第4木曜日 10:00 ~ 11:30 | | |
| 14 マンデーびんしゃん | 第1~第4月曜日 10:00 ~ 11:30 | | |
| 15 サークル堅香子(びんしゃん) <small>かたかご</small> | 毎週月曜日 14:00 ~ 15:00 | | |
| 16 め組びんしゃん | 毎週水曜日 10:00 ~ 11:30 | | |
| 17 上福岡二丁目 健康ピンシャン体操 | 毎週木曜日 10:15 ~ 11:40 | | |
| 18 福岡武蔵野びんしゃん <small>★町内会員の方のみ</small> | 毎週月曜日 10:00 ~ 11:30 | (福岡)武蔵野集会所 | 町内会員 のみ |
| 19 富士見台びんしゃんくらぶ <small>★町内会員の方のみ</small> | 第1~第4金曜日 10:00 ~ 11:30 | 富士見台会館 | 町内会員 のみ |
| 20 南台2丁目びんしゃん (年末年始除く) | 毎週月曜日 14:00 ~ 15:30 | 南台二丁目集会所 | |
| 21 アレーグレびんしゃん | 毎週水曜日 10:30 ~ 11:30 | アレーグレふじみ野(駒西) | |
| 22 駒西びんしゃん | 毎週木曜日 10:00 ~ 11:30 | 駒林西自治会集会所 | |
| 23 上福岡3丁目びんしゃん <small>★町内会員の方のみ</small> | 第1~第4火曜日 10:00 ~ 11:30 | 上福岡3丁目集会所 | 町内会員 のみ |
| 24 UR霞ヶ丘 びんしゃん体操 | 第1~第4火曜日 14:00 ~ 16:00 | コンフォール霞ヶ丘 団地集会所 | |
| 25 ライフコミュニ びんしゃん体操 | 第1金曜日 14:00 ~ 15:00 | ライフコミュニ ふじみ野 | |
| 26 中央2丁目びんしゃん | 第1~第4木曜日 14:00 ~ 15:30 | 中央二丁目会館 | |

高齢者あんしん相談センター【おおい】

☎049-261-3021

| 団体名 | 日時 | 会場 | 備考 |
|---------------------------|------------------------|-----------------------------------|-----------------|
| 38 はつらつあしの会 | 毎週木曜日 10:00 ~ 11:30 | 大井総合福祉センター 1階 ふじみん びんしゃんホール | |
| 39 大井なごみの会 | 毎週火曜日 13:30 ~ 15:00 | | |
| 40 はつらつマザーの会 | 毎週木曜日 10:00 ~ 11:30 | マザーアースサテライト 地域交流スペース | |
| 41 苗間いきいき体操クラブ | 毎週金曜日 10:00 ~ 11:30 | 苗間会館 | |
| 42 みほのびんしゃんくらぶ | 第1~第4水曜日 13:30 ~ 15:30 | みほの 三保野会館 | |
| 43 びんしゃん水曜クラブ | 第1~第3水曜日 10:00 ~ 11:30 | (大井)武蔵野会館 | |
| 44 苗間旭びんしゃんくらぶ | 毎週水曜日 10:00 ~ 11:30 | 旭会館 | 事前にお問 合せください |
| 45 エステ・スクエア びんしゃん体操くらぶ | 毎週火曜日 10:00 ~ 11:30 | エステ・スクエアふじみ野 管理棟2階 大広間 | 事前にお問 合せください |

こちらの会場でもふじみんぴんしゃん体操をしています



| 会場 | 介護予防センター | | 大井総合福祉センター | | 認定栄養ケア・ステーション ほほえみーる |
|------|--|-------------|--|--|---|
| 住所 | 霞ヶ丘1-5-1 | | 大井中央2-2-1 | | 駒林元町2-1-39 プリベント.T.Sビル3階 |
| 電話 | 049-264-7270 | | 049-266-1111 | | 049-265-3314 |
| 開催名 | 朝ぴん | 夕ぴん | 昼ぴん | | ほほえみぴんしゃん |
| 開催日 | 月～土曜日 | | 月～土曜日 | | 不定期 |
| 開催時間 | 9:15～10:00 | 15:15～16:00 | 12:00～12:45 | | 10:30～11:30 |
| 予約 | 予約不要 | | 予約不要 | | 要予約 |
| 参加費 | 無料 | | 無料 | | 1回100円 |
| 備考 | 実施しない日は介護予防センターの月たより、または介護予防センターへお問合せください。 【利用対象】 ふじみ野市内在住65歳以上の方(利用登録が必要です) | | 実施しない日は大井総合福祉センターの月たより、または大井総合福祉センターへお問合せください。 【利用対象】 ふじみ野市内在住60歳以上の方(利用登録が必要です) | | 予約はお電話、またはメールでお願いします。 ✉MAIL: mirai25.2020@gmail.com |

会場所在地

| No. | 名称 | 住所 | No. | 名称 | 住所 |
|-------|----------------------|-------------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1 | 滝集会所 | 滝3-4-10 | 26 | 中央二丁目会館 | 福岡中央2-4-9 |
| 2 | 中福岡集会所 | 仲2-2-4 | 27・38・39 | 大井総合福祉センター | 大井中央2-2-1 |
| 3 | 福岡新田集会所 | 築地3-2-1 | 28 | 鶴ヶ岡会館 | 鶴ヶ岡4-16-25 |
| 4～6 | ふじみ野 ステラ・イースト | 福岡1-1-8 | 29 | 亀久保西会館 | 亀久保1814-1 |
| 7 | 元福岡集会所 | 元福岡2-16-26 | 30 | 緑ヶ丘会館 | 西鶴ヶ岡2-10-1 |
| 8 | 北野集会所 | 北野2-6-24 | 31 | ふじみ野会館 | ふじみ野2-22-2 |
| 9 | 駒林会館 | 駒林859-1 | 32 | 鶴一会館 | 鶴ヶ岡1-22-5 |
| 10 | 大原自治会館 | 大原2-4-24 | 33 | 学園会館 | 亀久保1221-113 |
| 11 | 上野台団地集会所 | 上野台1-2-13号棟 | 34 | ハイツ大井町集会所 | 西鶴ヶ岡2-11-52 |
| 12～16 | 介護予防センター | 霞ヶ丘1-5-1 | 35 | 江川会館 | 東久保1-23-12 |
| 17 | 上福岡二丁目集会所 | 上福岡2-4-8 | 36 | 亀久保会館 | 亀久保2-14-3 |
| 18 | (福岡)武蔵野集会所 | 福岡武蔵野 1-4 | 37 | フォレストレジデンスマンション 2階パーティールーム | 鶴ヶ岡5-5-1 |
| 19 | 富士見台会館 | 富士見台4-7 | 40 | マザーアースサテライト 地域交流スペース | 大井730-12 |
| 20 | 南台二丁目集会所 | 南台2-5-19 | 41 | 苗間会館 | 苗間371 |
| 21 | アレーグレふじみ野 | 駒西3-7-11 | 42 | みほの 三保野会館 | 苗間585-100 |
| 22 | 駒林西自治会集会所 | 駒西1-10-6 | 43 | (大井)武蔵野会館 | 大井武蔵野1328-5 |
| 23 | 上福岡3丁目集会所 | 上福岡3-15-9 | 44 | 旭会館 | 苗間40-38 |
| 24 | コンフォール霞ヶ丘 団地集会所 | 霞ヶ丘1-4-16 | 45 | エステ・スクエアふじみ野 | 市沢3-1-A |
| 25 | ライフコミュニケーション ふじみ野 | 丸山4-4 | | | |