

岩槻区南部圏域 いきいき活動リスト
(地域包括支援センター 白鶴ホーム)



令和5年12月

| | | | |
|--------|--------------------------------|------|---|
| 活動名称 | 新和地区社会福祉協議会（実施主体：地区社協） | | |
| 活動場所 | 尾ヶ崎新田自治会館（さいたま市岩槻区美園東3丁目2-7） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | サロン・茶話会 | | |
| 活動内容詳細 | 子育てサロン「スマイル」親と子の友達作り、読み聞かせ等 | | |
| 活動日時 | 毎月第2木曜日、9時30分～11時30分 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 無 |

| | | | |
|--------|--|------|---|
| 活動名称 | 川通地区社会福祉協議会（実施主体：地区社協） | | |
| 活動場所 | 増長自治会館（さいたま市岩槻区増長166-1） | | |
| 連絡先 | 048-792-1310（川通地区社会福祉協議会） | | |
| 活動内容 | サロン・茶話会 | | |
| 活動内容詳細 | 介護予防や生きがい作りを目的に、ペットボトルボーリング、輪投げ、筋膜リリース体操等を実施 | | |
| 活動日時 | 年3回 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 有 |

| | | | |
|--------|---|------|---|
| 活動名称 | 川通地区社会福祉協議会（実施主体：地区社協） | | |
| 活動場所 | 増長自治会館（さいたま市岩槻区増長166-1） | | |
| 連絡先 | 048-792-1310（川通地区社会福祉協議会） | | |
| 活動内容 | 公開講座 | | |
| 活動内容詳細 | 音楽に合わせて行う健康体操と、終活（エンディングノートの書き方）についての講演 | | |
| 活動日時 | 年1回 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 有 |

| | | | |
|--------|--------------------------------|------|---|
| 活動名称 | オレンジ（実施主体：地域の自主グループ） | | |
| 活動場所 | ふれあいプラザいわつき（さいたま市岩槻区東岩槻5-10-5） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | 運動・スポーツ 介護予防教室 | | |
| 活動内容詳細 | 百歳体操を中心とした運動を行い健康の維持向上を目指す | | |
| 活動日時 | 毎週木曜日 | | |
| 費用負担 | 有償（400円程度） | 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。

○活動に関する詳細は、リストに記載のお問い合わせ先か、各シニアサポートセンター（地域包括支援センター）へお問い合わせください。

岩槻区南部圏域 いきいき活動リスト
(地域包括支援センター 白鶴ホーム)



令和5年12月

| | | | |
|--------|---|------|---|
| 活動名称 | 和土地区社会福祉協議会事務所（実施主体：自治会） | | |
| 活動場所 | 学校施設（校庭）（和土地区内） | | |
| 連絡先 | 048-798-0820（和土地区社会福祉協議会） | | |
| 活動内容 | 運動・スポーツ | | |
| 活動内容詳細 | 毎年秋に、健康維持と地域の方々との交流の場として、校庭にて「グランドゴルフ大会」を開催 | | |
| 活動日時 | 年1回 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 有 |

| | | | |
|--------|------------------------------|------|---|
| 活動名称 | 東岩槻地区社会福祉協議会（実施主体：地区社協） | | |
| 活動場所 | ふれあいプラザいわつき（さいたま市岩槻区東岩槻 6-6） | | |
| 連絡先 | 048-794-6355（東岩槻地区社会福祉協議会） | | |
| 活動内容 | 介護予防教室 | | |
| 活動内容詳細 | ころばん体操と頭の体操 | | |
| 活動日時 | 年2回 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 有 |

| | | | |
|--------|--------------------------------|------|---|
| 活動名称 | 福寿クラブ（実施主体：老人クラブ） | | |
| 活動場所 | 東岩槻自治会館（さいたま市岩槻区東岩槻 5-2-12） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | 介護予防教室 | | |
| 活動内容詳細 | 筋トレ、脳トレ等 | | |
| 活動日時 | 月2回 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 有 |

| | | | |
|--------|--------------------------------|------|---|
| 活動名称 | さくら会（実施主体：自治会） | | |
| 活動場所 | 東岩槻自治会館（さいたま市岩槻区東岩槻 5-2-12） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | 介護予防教室 運動・スポーツ 会食会 話し相手・傾聴 | | |
| 活動内容詳細 | 食事会を中心とした場を提供し、地域で支え合う | | |
| 活動日時 | 月1回 | | |
| 費用負担 | 有償（200円） | 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。

○活動に関する詳細は、リストに記載のお問い合わせ先か、各シニアサポートセンター（地域包括支援センター）へお問い合わせください。

岩槻区南部圏域 いきいき活動リスト
(地域包括支援センター 白鶴ホーム)



令和5年12月

| | | | |
|--------|--------------------------------|------|---|
| 活動名称 | 東岩槻おせっ会（実施主体：自治会） | | |
| 活動場所 | 東岩槻自治会館（さいたま市岩槻区東岩槻 5-2-12） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | サロン・茶話会 安否確認 | | |
| 活動内容詳細 | 自宅訪問を行い、安否確認、見守りをする | | |
| 活動日時 | 随時 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 有 |

| | | | |
|--------|---|------|---|
| 活動名称 | 岩槻身体障害者福祉会（実施主体：ボランティア団体） | | |
| 活動場所 | さいたま市社会参加推進センター交流室（さいたま市岩槻区府内 1-8-1） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | 体操教室 介護予防教室 手芸 サロン・茶話会 会食会 | | |
| 活動内容詳細 | 週1でカラオケ、グランドゴルフ。その他は年1回程度実施し仲間作りや体力維持に努めている | | |
| 活動日時 | グランドゴルフ、カラオケ週1回、食事会は随時、手芸・料理は年1回 | | |
| 費用負担 | 条件付き無償（昼食が伴う場合は500円） | 利用条件 | 無 |

| | | | |
|--------|-----------------------------------|------|---|
| 活動名称 | 介護者サロン「虹」（実施主体：地域包括支援センター） | | |
| 活動場所 | ウエサカ薬局東岩槻店 2F（さいたま市岩槻区南平野 3-7-17） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | サロン・茶話会 その他生活支援 | | |
| 活動内容詳細 | 介護者を対象に茶話会を開いて心のリフレッシュを行う | | |
| 活動日時 | 毎月第3火曜日 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 無 |

| | | | |
|--------|--------------------------------|------|---|
| 活動名称 | うぐいす公園ラジオ体操（実施主体：地域包括支援センター） | | |
| 活動場所 | うぐいす公園（さいたま市岩槻区東岩槻 5-11-9） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | 体操教室 | | |
| 活動内容詳細 | 運動不足を解消し、転倒しない体力作りをする | | |
| 活動日時 | 毎週火金曜日 | | |
| 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。

○活動に関する詳細は、リストに記載のお問い合わせ先か、各シニアサポートセンター（地域包括支援センター）へお問い合わせください。

岩槻区南部圏域 いきいき活動リスト
(地域包括支援センター 白鶴ホーム)



令和5年12月

| | | | |
|--------|--------------------------------|------|---|
| 活動名称 | いきいきサロン（実施主体：地域包括支援センター） | | |
| 活動場所 | ハーウィル東岩槻（さいたま市岩槻区東岩槻 5-10-5） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | 健康麻雀・囲碁・将棋 | | |
| 活動内容詳細 | ミニ講座や健康麻雀で他者とのつながりや心のリフレッシュを行う | | |
| 活動日時 | 毎月第1、3木曜日 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 無 |

| | | | |
|--------|--------------------------------|------|---|
| 活動名称 | 南平野公園ラジオ体操（実施主体：地域の自主グループ） | | |
| 活動場所 | 南平野公園内（さいたま市岩槻区南平野 2-26他） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | 運動・スポーツ | | |
| 活動内容詳細 | 毎朝のNHKラジオ体操を行い健康作りをする | | |
| 活動日時 | 毎日 | | |
| 費用負担 | 無償 | 利用条件 | 無 |

| | | | |
|--------|---------------------------------------|------|---|
| 活動名称 | Let`S ステップ（実施主体：地域包括支援センター） | | |
| 活動場所 | さいたま COOP 東岩槻店 2F（さいたま市岩槻区南平野 3-14-3） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | 運動・スポーツ | | |
| 活動内容詳細 | ストレッチ運動やスクエアステップを行い、体力作りをする | | |
| 活動日時 | 毎月第4月曜日 | | |
| 費用負担 | 有償（300円（講師代、保険代）） | 利用条件 | 無 |

| | | | |
|--------|--|------|---|
| 活動名称 | はっぴーステップ（実施主体：地域包括支援センター） | | |
| 活動場所 | JA 南彩岩槻城南支店 2F（さいたま市岩槻区城南 4-1-39） | | |
| 連絡先 | 048-790-3311（さいたま市岩槻区南部圏域シニアサポートセンター白鶴ホーム） | | |
| 活動内容 | 運動・スポーツ | | |
| 活動内容詳細 | ストレッチ運動やスクエアステップを行い、体力作りをする | | |
| 活動日時 | 毎月第3水曜日 | | |
| 費用負担 | 有償（300円（講師代、保険代）） | 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。

○活動に関する詳細は、リストに記載のお問い合わせ先か、各シニアサポートセンター（地域包括支援センター）へお問い合わせください。