

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 明第 1

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
A1	松戸新田クラブ	胡録台155-3 松戸新田第5町会集会所	毎週土曜・又は木曜 10時から正午	グラウンドゴルフ、ストレッチ体操、お茶会、その他	300円 (月額)	事前にお問い合わせください	090-4450-9688	第1期
A2	ハーブガーデンからふみ出そう!	岩瀬22	土曜または日曜の午後 ※季節やイベントによって変更あり	①植物の世話、②イベント: 地元自治会や医療・介護等専門職との連携活動 (体操、食生活、薬、音楽等に関する内容) ※SNSや自治会掲示板で案内	無料 ※200円 (イベント時のみ)	事前にお問い合わせください	080-3390-8933	第2期
A3	倶楽部in岩瀬自治会グラウンドゴルフクラブと麻雀クラブ	岩瀬38 岩瀬自治会集会所 (いわぼんホール) 他	①毎週火曜9時30分から11時30分 ②毎週火曜午後1時から午後5時 第3土曜 正午から午後3時	①グラウンドゴルフ②健康麻雀	200円	事前にお問い合わせください	090-4067-9813	第2期
A4	くすみ (Curumi) の会	根本393-8根本第二京葉ハイソ101号	毎週木曜 午後2時から午後4時	認知症と高次脳機能障害の方の居場所と情報収集の場としてカフェを開催し、ご本人が役割を担える場を構築していく	200円	事前にお問い合わせください	080-6631-0662	第2期
A5	キラキラいこいの場	総台2-43-9	毎週金曜 午後1時30分から午後3時30分	介護予防、閉じこもり防止、認知症予防	100円	直接会場へお越しください	047-364-2383	第2期
A6	総台わかば会歓談サークル	総台7丁目1-5 総台市民センター他	毎週火曜 10時から正午	茶話会、カラオケ	200円	事前にお問い合わせください	047-364-2751	第2期
A7	旭ヶ丘G. Gクラブ	松戸2290 旭ヶ丘第二公園、岩瀬620 旭ヶ丘第三公園 他	毎週月曜・水曜・金曜 ①4月~10月 9時から11時 ②11月~3月 9時30分から11時30分	グラウンドゴルフ	月間100円	直接会場へお越しください	047-364-2886	第3期
A8	ライオンズマンション松戸第3元気応援くらぶ	根本49 ライオンズマンション松戸第3集会所	毎月①第1木曜②第1土曜 ①午後1時から午後4時 ②正午から午後3時	茶話会、体操、脳トレ、ゲーム等介護予防に資する活動	200円	事前にお問い合わせください	047-364-8141	第4期
A9	松戸太極拳倶楽部	根本8-11 松戸市勤労会館	毎週土曜 午後2時から午後5時	陳式太極拳	月間3,500円 入会金3,000円	事前にお問い合わせください	047-342-3491	第5期
A10	松戸ケアトレーナーズクラブ	総台7-1-5 総台市民センター	毎週火曜 10時から12時	認知症予防脳活性体操、転倒予防・失禁予防体操、その他	200円	直接会場へお越しください	070-3300-0012	第1期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 明第2西

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
B1	みんな・de・あい	栄町8の729の4 (エールあい介護サービス事業所)	毎週月・火・水・木・金曜 11時から午後2時	農業体験	無料～200円	事前にお問い合わせください	047-308-6400	第1期
B2	すまいるクラブ	①青少年会館樋之口分館 ②古ヶ崎新田町会会館	毎週水曜・木曜 10時から正午	体操、脳トレ、ボードゲーム	100円	事前にお問い合わせください	047-364-8422	第2期
B3	健操・楽笑会	①青少年会館樋之口分館 ②根本7-6(根本天満宮 根本倶楽部)	毎週水曜 午後1時から午後3時	ラジオ体操、ストレッチ、踊りなどの健康体操	500円	事前にお問い合わせください	047-364-4746	第4期
B4	木もく元気かい	古ヶ崎4の3490 (古ヶ崎市民センター)	毎週木曜 10時から11時30分	健康体操、認知症予防、脳トレ、転倒防止	1500円/月	直接会場へお越しいただいても、事前にお問い合わせいただいても、どちらでも大丈夫です	047-364-8757	第8期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 明第2東

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
C1	しゃべりば	上本郷2679 風早会館	毎週水曜 10時から正午	茶話会、手芸や編み物、作品作り、体操ストレッチ	200円	事前にお問い合わせください	047-312-4881	第2期
C2	風早サロン	上本郷2679 (風早会館)	毎週水曜10時から正午	健康体操、フレイル予防、健康相談 市や包括に依頼をし、口座を開催したり、体操の講師に来てもらい体操を実施する	100円	直接会場へお越しください	047-363-2646	第8期

## 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 本庁

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
D1	出前盆おどり隊	本庁・矢切地区内 (松戸市男女共同参画センター・勤労会館・市民活動サポートセンター等)	第2・4水曜、第1・3木曜 午後1時から午後3時	健康体操、盆踊りの練習、施設・イベントでの披露	1000円 (6ヶ月)	事前にお問い合わせください	090-3576-2979	第2期
D2	ボナわくわくクラブ	松戸1139-2 ライオンズステーションタワー松戸 アライフアライブ内	毎週火曜 10時から正午	茶話会、地域の情報交換、体操、脳トレ、手品、英会話、パン作り、料理	300円	事前にお問い合わせください	047-360-0908	第3期
D3	和太鼓クラブ生きる	小山523-5 松戸南保育園分園1階	毎週土曜 午後2時半から午後4時半	健康体操と和太鼓	200円	事前にお問い合わせください	047-366-1995	第4期
D4	料親会	松戸1389-1 松戸市民会館	毎月第2木曜 午前10時から午後2時	料理を通じて親睦をはかる(男性メイン)	1,000円(1回)	事前にお問い合わせください	047-384-5677	第4期
D5	ひまわり気功	松戸1389-1 松戸市民会館	毎週水曜・土曜 午前9:00~12:00	気功とカラオケ	無料	事前にお問い合わせください	080-5749-5202	第7期
D6	おはようラジオ体操	岩瀬487-1 松戸中央公園	毎日 9:00~9:30	ラジオ体操	無料	直接会場へお越しください	080-5749-5202	第8期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 矢切

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
E1	矢切元気体操と歌う会	①下矢切矢切神社会館 ②三矢小台3-11-10	①第1・3土曜 10時から正午 ②第2金曜・第4火曜 10時から正午	①体操教室 (ストレッチ、筋力づくり、転倒予防、認知症予防) ②歌う会 (合唱、歌を通じた健康運動プログラム)	①150円 ②500円から 1000円	事前にお問い合わせください	047-362-4365又は 090-7234-2795	第2期
E2	サロンわたし	上矢切299-1 総合福祉会館2階第3ボランティア室	第1月曜 午後1時半から午後3時半	口腔体操、キーボード伴奏による季節の歌、お茶、コーヒーを飲みながらおしゃべりタイム、レクリエーション体操 など	200円	直接会場へお越しください	090-2919-1145	第3期
E3	コミュニティカフェ「えんがわ」	上矢切293 上矢切第2町会集会所	第1木曜 午後1時半から午後3時半	体操、口腔体操、交流(談話)、脳トレ、歌、ゲーム など	200円	事前にお問い合わせください	090-9848-8231	第4期
E4	健康マージャン・パイクラブ柿ノ木	三矢小台5-16 柿ノ木台町会集会所	①毎週木曜 午後1時から午後4時半 ②毎週金曜 午後1時から午後4時半	健康麻雀、体操 (①初心者が中心 ②麻雀経験者が中心)	月間500円 入会金1,000円	事前にお問い合わせください	047-364-2212	第4期
E5	矢切健康づくりグループ	上矢切299-1 総合福祉会館 4階ホール	毎週木曜 10時から正午	健康に関する活動、体操、ゲーム、介護予防やその他健康に関する研修	年間1,200円	事前にお問い合わせください	080-3708-9201	第4期
E6	矢切ノルディックウォーキングクラブ	上矢切168-5 矢切富士見公園	第4日曜 午前10時から正午	ノルディックウォーキング	500円	事前にお問い合わせください	090-8772-0564	第5期
E7	イキイキ運動矢切教室	上矢切299-1 まつど市民活動サポートセンター	毎週月曜 午前9時半から午前11時半	高齢者向健康運動教室	2,000円/月2回 3,000円/月4回	事前にお問い合わせください	04-7192-1759	第5期
E8	松戸音楽活動同好会	矢切公民館ホール (他にまつど市民活動サポートセンターなど)	毎週金曜日午前10時から正午又は 毎週金曜日午後1時から午後3時	皆で仲良く楽しく元気ををモットーに合唱を主とした地域活動を行い部員たちの生き甲斐と仲間作り及び健康作りに寄与する	900円/月4回	事前にお問い合わせください	047-365-5236	第6期
E9	ハイクコース	上矢切239-2	毎週金曜9時半から11時半	フレイル予防の散歩の会とフレイル予防のコースとストレッチを組み合わせた会の運営	年間1,000円	事前にお問い合わせください	047-362-5746	第7期
E10	ステップK	上矢切299-1	毎週火曜9時半から11時半	「スクエアステップ」用のマットを使用した転倒予防運動	年間1,000円	事前にお問い合わせください	047-362-5746	第7期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 矢切

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
E11	上ーランド	矢切が丘公園 または、矢切富士見公園	毎週木曜日9時30分から11時30分(雨天、荒天中止、臨時の中止あり)	ランドゴルフ、モルック	無料(但し、自主開催の親睦大会への参加費徴収すること	事前にお問い合わせください	047-364-4547	第8期
E12	クローバーの会	松戸市上矢切239の2	毎週金曜日 9時45分から11時15分 13時30分から15時	歌唱、ハンドベル、回想法を用いた音楽療法、手遊び	無料	事前にお問い合わせください	047-363-7517	第8期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 東部

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
F1	すこやかライフ	二十世紀が丘市民センター※会場の都合により変更有	毎週金曜 午後1時から午後3時	身体の歪みを改善させるゴムバンド運動	500円(初回体験無料)	事前にお問い合わせください	090-7178-3545	第1期
F2	NPO法人アイギス	高塚新田494-13①10号棟103 ②7号棟1階(梨香台団地集会所)	①第2・4日曜 10時から12時半 ②毎週土曜 10時から12時半	①腰痛・膝痛・認知症予防、元気体操教室 ②サロン	150円 第2・4(日)のみ	直接会場へお越しください	047-392-6055	第2期
F3	手あみの里	高塚新田494-13 梨香台団地10-103	毎週木曜 10時から12時半	手あみ	無料	事前にお問い合わせください	047-392-6055	第4期
F4	南山カフェ	河原塚165-7 河原塚南山自治会館	毎週木曜 13時から15時	①毎週木曜日/茶話会&おしゃべり ②原則第5木曜日/「男カフェ」	100円(イベント時は別途徴収)	直接会場へお越しください	047-392-5841	第4期
F5	オカリナ茜	松戸愛光園 東部市民センター 梨香台団地集会所	毎月第1~3土曜日 午前10時から正午	オカリナ演奏及び発表	月3000円(別途会場費)	直接会場へお越しください	047-391-2056	第5期
F6	20世紀が丘・健康マージャンクラブ	二十世紀が丘市民センター ながいき室	毎週水・金曜13時半から16時半	健康マージャン	月200円(入会費1000円)	直接会場へお越しください	047-391-1459	第7期
F7	まちの談話室	坂の下うきうきハウス	毎週月曜日、または水曜日 13時から15時	健康麻雀、カラオケ、健康福祉相談、卓球	無料	事前にお問い合わせください	047-392-2618	第8期
F8	サンライズみまもり	梨香台団地集会所(ラウンジ)	毎週火曜 10時から11時 15時から16時	健康体操、認知症予防、見守り活動 団地内・近隣の方々に声掛けをする	無料	直接会場へお越しください	047-392-6055	第8期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 常盤平

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
G1	げんきかい?	八柱市民センター	毎週金曜 10時から正午	体操、短歌・俳句、コーラス・楽器・フラダンス、 英会話、その他	無料 (変更する可能性あり)	満員のため募集を一時 中断しています	047-384- 0804	第1期
G2	紫陽花 森のサロン	金ヶ作203 (松戸市地域福祉事 務所あじさい)	月1回以上 日曜 9時から正午、午後2時から午後5時	美術、音楽、スマートフォン、足ツボ健康法他	300円	事前にお問い合わせせ ください	070-6468- 8201	第2期
G3	明尽苑元気サポートク ラブ	金ヶ作296-1 (特別養護老人 ホーム明尽苑内)	毎週木曜 午後2時30分から午後4時30分	スポーツ吹き矢	100円	事前にお問い合わせせ ください	047-385- 2220	第2期
G4	kinari 元気くらぶ	金ヶ作419-2 テラス五香C号 コミュニティカフェ ChoshiYa内	毎週土曜 10時から午後4時	将棋、ゲーム、手芸、機織り、脳トレ、調理、 健康体操、もぐもぐタイム他	300円	事前にお問い合わせせ ください	047-386- 2976	第2期
G5	みんなんち元気応援くら ぶ	金ヶ作99-7	毎週金曜 午後1時30分から午後3時30分	ちょっとした体の不調や介護の相談 転ばないための体づくり	無料	事前にお問い合わせせ ください	047-710- 7450	第1期
G6	コムスポときわだいら	常盤平松葉町1-3 常盤平体育 館	原則第3月曜 午後1時から午後3時	ポッチャ、風船バレーボール、ソフトバレーボ ール、クッブ	200円	事前にお問い合わせせ ください	047-701- 5350	第3期
G7	あるき隊	常盤平松葉町1-3 常盤平体育 館 (ブレイルーム)	毎週金曜 午後1時から午後3時	全身ストレッチ、有酸素運動、筋トレ、ウォーキ ング、体力測定	月間1,600円 入会金1,000 円	直接会場へお越しく ださい	047-388- 0773	第3期
G8	河原塚ことぶき会 グラ ウンドゴルフの会	日暮4-6 日暮公園	毎週木曜 午前9時から午前11時	グラウンドゴルフ(練習や合宿、地域の試合に 参加)	無料	事前にお問い合わせせ ください	047-392- 2877	第4期



# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 五香松飛台

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
H1	元山ガンバ	五香南2の25の7 (スタジオガンバルーム)	①毎週火曜 午後1時から午後5時 ②毎週水曜 10時30分から正午 (サロン 11時から午後4時)	① (火) 健康マージャン・囲碁・将棋② (水) ガンバルーンボール体操・吹き矢・おしゃべりサロン和	①1000円 ②300円	事前にお問い合わせください	090-2758-2307	第1期
H2	お元気サロン「ラ・サンテ」	五香西2の35の8 齋藤ビル1階「ラ・サンテ」	①第2・4月曜②第1・3火曜③第1・3水曜④第2・4木曜⑤第2・4金曜 10時から午後4時	①健康麻雀②書道教室と認知症予防等③折紙④体操教室⑤おしゃべりサロン	100円	事前にお問い合わせください	047-385-2220 (明尺苑)	第2期
H3	いとうさん・ち	松飛台66の3	毎週金曜 午後0時30分から午後4時	体操、当番制の食事作り・お茶会、囲碁・将棋、その他	200円	事前にお問い合わせください	047-385-0697	第1期
H4	ゴールデンスタークラブ	五香西3-15-2 五香西町こどもの遊び場	毎週水曜・土曜 午後0時30分から午後3時	グラウンドゴルフ	年間1,000円	事前にお問い合わせください	047-386-9367	第3期
H5	五香西集いのひろば	五香西2-40-10 もとやま会館	毎週水曜 午後0時30分から午後4時	講話、健康体操、健康チェック、談話、歌、麻雀、囲碁、将棋、脳トレ、手芸、ゲーム、グラウンドゴルフ、ボーリング、パソコン等	300円	直接会場へお越しください	047-387-5176	第3期
H6	ほっこり笑いヨガクラブ	五香2-35-5 五香市民センター	第2金曜午後1時から午後3時	笑いヨガ (笑いの健康体操と呼吸法を組み合わせた運動)	300円	事前にお問い合わせください	047-385-9311	第7期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 六実六高台

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
I1	思いやり体操教室	六高台3の77	毎週水曜 9時30分から11時30分	健康チェック、体操、ストレッチ、歌	100円	直接会場へお越しください	047-393-8934	第1期
I2	地域で楽しく過ごそう会	六高台2の19の2 (特別養護老人ホーム松寿園)	毎週月曜 9時30分から11時30分 (第5月曜は除く)	健康寿命を延ばす介護予防の講和と実践、お話、団らん、体操、脳トレ、合唱、その他	第1月曜のみ 100円	事前にお問い合わせください	047-386-3457	第1期
I3	サンシルバー元気かい	六高台7の116 (六高台サンハイツB棟集会所)	毎週日曜 10時から正午	健康体操、カラオケ、茶話会、ウォーキング、ゲーム、認知症、介護予防勉強会	100円	直接会場へお越しください	090-1041-7421	第2期
I4	介護予防元気倶楽部	六実3-20-12 デイサービス六実2Fリハビリ室	毎週月曜～金曜 10時から正午	体操倶楽部 (毎週月曜～金曜) 地域食堂 (毎月1回)	300円 入会金600円、年会費1,000円	直接会場にお越しただいても、事前にご連絡をいただいても、どちらでも構いません	047-710-0058	第3期
I5	ひまわり体操教室	六実2-38-7	毎週火曜 午前9時から正午	健康体操	1回200円	事前にお問い合わせください	080-6780-3112	第6期
I6	めぐり体操	六実2-38-9 (鉄塔の下の倉庫)	毎週金曜 13時から15時	認知症予防、血流促進、ストレッチ、誤嚥予防、転倒予防体操、ゆる筋トレ、脳トレ (音楽レクリエーション他)、全身運動など	1回700円	事前にお問い合わせください	090-1206-6119	第7期
I7	むつみ会	六高台3-71 (むつみ市民センター)	毎週金曜 10時から13時	調理、街歩き、ロコモ予防体操 月1回、市民センターでの調理実習を基本とし、街歩きや会食等の親睦会を年2回計画し、活動している	1回500円	事前にお問い合わせください	090-6481-0964	第8期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 小金

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
J1	元気サロンニツ木	ニツ木714-1グランメール101号室 (ニツ木第二町会集会所)	毎週木曜 午後1時30分から午後4時	脳トレ、茶話会、映画・音楽会、カラオケ、健康マージャン、その他	200円	直接会場へお越しください	047-342-0633	第1期
J2	中金杉きくの会	小金北市民センター	毎週金曜 午後2時から午後4時	日本舞踊、お茶会、体操	500円 (1か月)	事前にお問い合わせください	047-343-0432	第2期
J3	和みのオアシス「あけぼの」	中金杉4-199-2 和みのオアシス「あけぼの」	毎週水曜・金曜 午前11時から午後2時	茶話会、指体操、手話ダンス、指圧法、情報交換	100円	直接会場へお越しください	現在休止中	第4期
J4	富士川練功の会	東平賀661番地先 富士川親水広場	雨天以外の毎平日 午前5時30分から午前7時30分 (夏) 午前6時から午前8時 (冬)	陳式太極拳、練功	4,000円(1年)	直接会場へお越しください	047-342-3491	第5期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 小金原

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
K1	小金原6-7元気くらぶ	小金原6の7の19 (小金原6-7会館)	毎週金曜 午後2時から午後4時	簡単ストレッチ、脳トレ&ゲーム、合唱、楽しいおしゃべり、その他	50円	直接会場へお越しください	047-342-7304	第1期
K2	リリッシュくらぶ	栗ヶ沢789-1 (旭神経内科リハビリテーション病院内)	月1回第2火曜日 午後1時から午後4時	健康講話、軽体操、朗読	無料	事前にお問い合わせください	047-384-3708	第6期
K3	ハイクラス太極拳	松戸市小金原6-10 (小金原公園)	毎日 午前6時05分から午前7時15分 ※雨の日を除く	ラジオ体操とスクワット 80回 陳式太極拳 (練功18法、入門24式、総合48式)	無料	直接会場へお越しください	047-342-7003	第7期
K4	小金原 フラ・ハラサークル	①松戸市小金原6-10 (小金原公園) ②松戸市小金原6-4-1 (小金原体育館)	①毎日 午前6時45分から午前7時15分 ②毎週1回 正午から午後2時	フラダンス	無料	事前にお問い合わせください	047-345-5148	第7期
K5	ハツラツ太極拳	小金原6の7の19 (小金原6-7会館)	毎週木曜日 午前9時から午前11時	ストレッチ 太極拳 (①練功18法、②24式、③48式)	100円	直接会場へお越しください	047-342-7003	第7期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 新松戸

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
L1	アゼリア健康体操くらぶ	新松戸3の3の2 新松戸アゼリアパークハウス管理センター 2F大集会室	毎週木曜 午前の部10時から11時30分、午後1時30分から午後3時00分	中高老年期を迎えた参加者の健康増進と健康寿命延伸、QOLの向上を目指した体操教室の定期的開催	300円	事前にお問い合わせください	事務局 047-341-3930	第1期
L2	ばそこん119	新松戸3の327の1 (コミュニティサロン胡桃)	毎週金曜 午後1時30分から午後3時30分	パソコンやスマホの利用啓発、合唱、太極拳、その他	500円	事前にお問い合わせください	090-4428-8931	第1期
L3	悠々	新松戸3の28 (松戸くらしの助っ人事務所内)	毎週月曜～金曜 (毎月開催日は異なる) 10時から正午	イベント (10種類以上) を開催し元気になれる場を提供	300円	事前にお問い合わせください	047-340-3314	第2期
L4	いってみよう・やってみよう会	新松戸6-168 (新松戸6丁目公会館)	毎週水曜 10時から正午	脳活トレーニング、体操、読み語り、茶話会	300円	事前にお問い合わせください	090-8507-8092	第2期
L5	どんぐりの会	新松戸7の222 新松戸西パークハウス管理センター内 他	毎週火曜 午後1時30分から午後4時 他	卓球、体操、趣味、文化活動、居場所作り	100円 (卓球)	事前にお問い合わせください	047-342-3463	第2期
L6	Betty'sシニア英会話	新松戸3の327の1 (コミュニティサロン胡桃)	毎週水曜日 10時から正午	英会話 体操	3,200円/月(サロン使用料及びコピー代を含む)	直接会場へお越しください		第2期
L7	健康サークルstudiosparkパークジョイ	新松戸3-27 新松戸市民センター又は新松戸7-192-1 松戸市市民交流会館 (すまいる)	第1・3水曜 14時から16時	スマホ勉強会や各種健康講座・お誕生日会・季節のイベント・講演会 等	300円	事前にお問い合わせください、できるだけメールでお願いします	047-345-7361 studio.spark.joy@gmail.com	第3期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 新松戸

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
L8	「ステップの会」	新松戸3-27 新松戸市民センター	毎週月曜 (月3回) 午後7時から午後9時	社交ダンス	500円	直接会場へお越しください	047-345-3982	第4期
L9	ホワイトハーブの会	栄町8-729-4 「おれんじ・あい」 新松戸3-296 サンライトパストラル壱番街集会所 外	毎週火曜又は木曜 午後1時から午後3時	ハーブの栽培・体験・勉強、体操	無料	事前にお問い合わせください	090-9833-8066	第4期
L10	サイクル☆ウォーキング五	新松戸7-63 サンライトパストラル五番街 D棟集会所前	第4土曜 午前9時から午前11時30分	サイクリング、ウォーキング	100円	直接会場へお越しください	047-343-2635	第4期
L11	壱番街・健康体操クラブ	新松戸3-296 サンライトパストラル壱番街集会所	第1・3～5水曜、第2金曜 午前10時から正午	メタボ予防・ロコモ予防・介護予防を目的とした体操	1,000円 (月)	直接会場へお越しください	047-343-2839	第4期
L12	サン壱太極拳	サンライトパストラル壱番街集会所	毎週月曜午前9時から午前11時 毎週木曜午後7時から午後8時	太極拳	2000円 (月)	事前にお問い合わせください	047-347-1880	第6期
L13	ミュージカルソ「ハロウィン」	新松戸6-65	第3日曜 10時から正午、13時から15時	ミュージカルソの演奏と参加者の合唱	無料	事前にお問い合わせください	090-2755-5526 又は 047-348-7485	第7期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 馬橋西

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
M1	こみか元気くらぶ	西馬橋相川町124	毎週火曜 10時から正午	認知症予防のためのゲーム、囲碁・将棋、指のヨガ、合唱、その他	100円	直接会場へお越しください	047-312-0124	第1期
M2	ユーカリ・ステップアップ健康体操クラブ	新松戸南2-25 ユーカリパーク集会室	毎週水曜 午後1時半から午後3時半	健康寿命延伸のための体操	300円	直接会場にお越しください	047-345-0766	第5期

# 元気応援くらぶ一覧(詳細)

全90団体 (2024年3月19日現在)

## 馬橋

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
N1	いきがいクラブ	中根517 (有)元気介護支援サービス わいわい豊夢内	毎週土曜 午後1時30分から午後4時	脳活性化問題の実施、ラジオ体操、体操器具(バイク、ウォーキングマシン、ステッパー他)による体操、茶話会	300円 入会金200円	現在休止中	047-368-1477	第3期
N2	まつど☆笑いヨガクラブ	馬橋1854-3 馬橋東市民センター	第1日曜、第3金曜 午後1時から午後3時	笑いヨガ(笑いの健康体操)	300円 入会金200円	事前にお問い合わせください	090-3130-2019	第3期
N3	通いレク 暮らしのリズム	馬橋1854-3 馬橋東市民センター	第1・3木曜 午後1時から午後3時	認知症予防のダンス、カラオケ、ゲーム等のレクリエーション	無料	直接会場へお越しください	090-4432-2596	第3期