

田島地区

お出かけ情報

※別に説明があるものはページ数を記載しました。

1 健康体操さくらの会

内 体操 場 桜本いこいの家(桜本2-5-2) 回 第4木曜
13:30~15:00 持 スポーツタオル・飲み物
問 桜本いこいの家

2 元気！健康カフェ

内 健康をテーマにしたカフェ 場 プラザ田島 学習室
(追分町16-1 4階) 回 毎月第1金曜10:00~12:00
費 1回100円 先着20名
問 プラザ田島 ☎333-9120 FAX333-9770

3 桜川公園ウォーキング

内 公園ウォーキング 場 桜川公園(桜本1-14-3)
回 第3火曜9:30~11:00 問 桜寿園地域包括支援センター ☎287-2558

4 桜川公園愛護会

内 ラジオ体操、ウォーキング 場 桜川公園(桜本1-14-3)
回 毎日6:30~ 持 タオル・飲み物・運動可能な服装

5 友歩会(共育広場)

内 体操、レク 場 共育会館(鋼管通2-7-15)
回 第2木曜・第4火曜13:00~15:00※祝日は日程変更
する場合があります。費 年1,000円(参加も含む)
持 タオル・飲み物・動きやすい服装
問 中澤 ☎366-2802 不在の際は留守番電話にいらしてください。

6 友歩会(あいせん)

内 体操、レク 場 あいせん(浜町2-22-16)
回 第2火曜13:00~15:00※祝日は日程変更する
場合があります。
費 年1,000円(参加も含む)
持 タオル・飲み物・動きやすい服装
問 中澤 ☎366-2802 不在の際は留守番電話にいら
ください。

い-2 田島いこいの家 (P11)

内 いこい元気広場 (P11)

7 男友会(ダンユウカイ)

内 男性限定の体操教室 場 かわさき地域生活支援拠点
たじま地域交流スペース
回 第1・3月曜14:00~16:00
問 地域包括支援センターピオラ川崎 ☎329-1680

8 健康体操

内 体操 場 小田いこいの家(小田2-16-9)
回 第3水曜10:00~11:30
持 タオル・飲み物・動きやすい服装

9 小田ミックス会

内 体操 場 小田いこいの家(小田2-16-9)
回 第1水曜10:00~11:30/第3火曜13:30~15:00
持 タオル・飲み物・動きやすい服装

10 小田いこいボッチャ

内 ボッチャ 場 小田いこいの家(小田2-16-9)
回 第2・4月曜 2グループにわかれて実施10:00~12:00
対 概ね65歳以上の方 問 小田いこいの家 ☎344-3387

い-3 小田いこいの家 (P11)

内 いこい元気広場 (P11)

11 さわやか健康体操

内 体操 場 小田第2公園(小田3-9)
回 毎週金曜8:30~9:10 8月・1月・2月はお休み
持 タオル・飲み物・動きやすい服装
※雨天中止(8時時点で降っていたら)

12 小田中央ほほえみ元気体操 (P15)

場 小田中央町内会館(小田4-6-12)

13 ここにこウォーキング

内 ウォーキング 場 小田公園(小田4-20-38)
回 第4水曜9:30~11:00 問 京町地域包括支援センター
☎333-7920

14 笑顔はつつ講座

内 認知症予防レク・体操等 場 浅田1・2丁目町内会館
(浅田2-10-8) 回 第4木曜10:00~11:30
※詳細:町会掲示板 問 町会の方
※町内会未加入の方もOK

15 浅田3・4丁目町内会

内 健康体操・フォークダンス
場 浅田3・4丁目町内会館(浅田3-17-6)
回 第4木曜10:00~11:50 問 浅田3・4町内会の方限定
持 タオル・飲み物・動きやすい服装
※詳細:町内会掲示板

16 田島ボッチャ

内 ボッチャ 場 かわさき地域生活支援拠点たじま
地域交流スペース 回 毎週火曜13:30~15:00
費 体験無料 初回のみ1500円(諸経費代)
問 地域包括支援センターピオラ川崎 ☎329-1680

17 からだを動かす会(1週目/月)

内 体操など
場 小田第2公園(小田3-9)
回 火曜か木曜9:45~10:15(雨天中止) 7月~9月
は室内で開催
持 タオル・飲み物・動きやすい服装
問 地域包括支援センターピオラ川崎 ☎329-1680

緑-1 まちの縁側
おむすびカフェ サララ (P12)

緑-2 和ははの会 (P12)



【凡例】

- | | | |
|-----------|-------|---------|
| 緑 まちの縁側 | 内 内容 | 場 場所 |
| い いこい元気広場 | 回 日時 | 費 費用 |
| | 持 持ち物 | 定 対象・定員 |
| | 対 対象 | 問 問合せ先 |
- ※地図は略図です。
※省略されている道路などがあります。

い-1 桜本いこいの家 (P11)

内 いこい元気広場 (P11)