

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
1	大穂	ふれあいサロン「新地下花の会」	星野 貞子	第3(火)10:00～12:00	新地下町公民館	シニア向け講話、輪投げ大会、出前体操教室、お楽しみ食事会、カラオケ、クリスマス会、昔遊び、ゲーム
2	大穂	蓮沼日曜会	鷹巣 節子	第1(日)10:00～14:00	蓮沼公民館	健康体操、輪投げ、TV、雑談、折り紙、編み物、昼食会
3	大穂	サロン ふれんず	梶井 絹代	第4(木)10:30～15:00	筑穂館	健康体操、手工芸、ゲーム、茶話会、季節の行事、お出かけ(食事会含む)、なかよし館児童との交流会
4	大穂	館笠サロン会	塚越 三郎	第3(金)18:00～20:00	館笠集落センター	茶話会
5	大穂	岩崎お楽しみ会	大塚 はつ	第1(木)13:00～15:00	長高野岩崎公民館	健康体操、体力測定、食事会、フラワーアレンジメント、レクリエーション、茶話会
6	大穂	篠崎ふれあいサロン	飯塚 章	第2(木)11:00～12:00	篠崎集落センター	茶話会、健康体操、新年会
7	大穂	吉沼さつき会	中島 とよ子	第2・4(月)9:30～12:00	吉沼交流センター	健康体操、レクリエーション活動、(茶話会、食事会、調理実習、手芸、ゲーム)
8	大穂	ひまわり会	飯塚 美子	第2・4(金)	前野山木地研修センター	健康体操、食事会、輪投げ、花見会、新年会
9	豊里	ゆいまーる	土田 悦子	第4(木)10:00～15:00	代表者宅	食事会、手作業、脳トレ体操、おしゃべり
10	豊里	森のおうち	土田 悦子	第1・3(木)10:00～15:00	老人福祉センターとよさと	食事会、手作業、体操、季節の行事、散歩、その他

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
11	豊里	豊里の杜ふれあいサロン	大倉 廣高	第1・3(月)10:00～12:00	豊里の森自治会館	健康体操、講話、抒情歌斉唱、食事会
12	豊里	暖々	伊藤 洋子	第1・3(火)9:00～12:00、第3(土)10:00～15:00	老人福祉センターとよさと、のがたワークス	茶話会、健康体操、お花見会
13	谷田部(西)	ふれあいサロン 緑が丘	平井 和子	第2・4(火)10:00～12:00	緑が丘自治会館	茶話会、食事会、お花見会、クリスマス会
14	谷田部(東)	サロン 松美会	田邊 佐貴子	第3(月)10:00～12:00	松代交流センター	体操、出前講座、音楽会、食事会、落語
15	谷田部(東)	東小学校区ふれあいサロン	守谷 陽子	第1・2・3・4(水)10:00～12:00	東児童館	茶話会、健康体操、歌の会、講話、食事会、買い物ツアー
16	谷田部(西)	サロン福寿草	竹内 美智子	第1(木)10:00～15:00	みずほ自治会館	季節の行事、出前体操、食事会
17	谷田部(西)	おしゃべりサロン ひばり	稲葉 恵美子	第1(月)13:30～15:30	内町第2改善センター	新年会、クリスマス会、フラワーアレンジメント、ビンゴゲーム
18	谷田部(東)	春日サロン	勝村 美子	第1(水)10:00～12:00	春日交流センター他	健康体操
19	谷田部(西)	ふれあいサロン 観音台	松原 ひろみ	第1(月)10:00～12:00	観音台集会所	健康体操、勉強会、音楽鑑賞、食事会
20	谷田部(東)	こじゅけい	守谷 陽子	毎(月)10:00～12:00	東児童館	自由遊び、リズムで遊ぼう、児童館ボランティア活動、出前体操

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
21	谷田部(東)	ふれあいサロン 二の宮	鮎澤 忠	第1・3(水)12:30～16:30	二の宮交流センター	健康マージャン、生活情報交換
22	谷田部(東)	研究学園 木遊会	佐々木 民世	第2(木)14:00～16:00	水戸信用金庫研究学園支店	定例談話会、茶話会、日帰り旅行
23	谷田部(東)	ふれあいセントラルの会	森 厚子	第2(月)10:00～12:00	南中妻セントラルタウン自治会館	お花見会、健康体操、食事会、カラオケ体操、スクエアステップ
24	谷田部(西)	真瀬新田ふれあいサロン	石黒 博子	第2(火)10:00～12:00	真瀬新田研修センター	草花の鉢植え、日帰り旅行、日本舞踊鑑賞、新年会、出前講座、健康ミニ講座、体操教室
25	谷田部(西)	グリーンハイツ 陽だまりサロン	鈴木 竹夫	第2(土)、第3(水)、第4(木)	グリーンハイツ研修センター	花見の会、リフレッシュ体操、つくば音頭練習会、そば打ち会、シニア作品展、クリスマスパーティー、新年会、楽しい工作会、さわやか体操、カーレット
26	谷田部(西)	本鎌ふれあいサロン	野村 裕子	第2(金)・第4(月)10:00～12:00、第3(木)13:00～15:00	真瀬本田鎌倉農村集落センター	健康体操、食事会、スクエアステップ、ゲーム、歌、笑いヨガ
27	谷田部(東)	水曜サロン	飯島 輝子	毎(水)10:00～12:00	五十塚研修センター	茶話会、ミニハイキング、食事会、見学会、リハビリ体操、グラウンドゴルフ
28	谷田部(東)	大人のしゃべり場	鶴 文乃	第3(火)10:30～16:00	カフェ 陽だまり	茶話会、朗読部会、俳句部会
29	谷田部(西)	水曜会	杉山 かつ子	第3(水)13:30～15:00	鍋沼集落センター	健康体操、茶話会、社会貢献活動、食事会
30	谷田部(東)	赤塚東山ふれあいサロン	大森 哲實	第3(月)10:00～12:00	赤塚東山自治会館	茶話会、ランチ、出前講座、花見、鉢寄せ植え、納涼祭

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
31	谷田部(西)	あおぞら	谷村 安子	毎月3日13:00～15:00	台面野井研修センター	歌、フラワーアレンジ、七夕祭、ゲーム
32	谷田部(東)	4丁目けんこう会	田井 康雄	第2・4(金)10:00～12:00	スマ・エコシティつくば研究学園「スマートステーション集会所」	健康体操、体力測定、新年会
33	谷田部(東)	リズムで遊ぼうドレミファン	神本 みどり	第1(月)10:30～11:30、15:10～16:00	東児童館	リトミック、音楽付き絵本、楽器練習、楽典
34	谷田部(東)	トーク アンド トーク	神本 みどり	第2(木)10:30～15:00	高野台コミュニティセンター	食事会、脳トレ、歌、手芸、音楽、健康体操、自動車図書館の推進
35	谷田部(東)	笑和いきいき会	雨海 八重子	第2・4(水)10:00～11:30	梶内生活改善センター	シルバーリハビリ体操
36	谷田部(西)	ふれあいサロン香取台	路川 洋子	第3(火)10:00～12:00	ドックカフェバーディ	茶話会
37	谷田部(西)	ふれあいサロン羽成	江崎 圭子	第1・3(火)10:00～11:30	羽成研修センター	スクエアステップ、筋トレ、ラジオ体操
38	谷田部(東)	館野ろまん倶楽部	大塚 隆幸	月1回(月または火)10:00～12:00	館野研修センター	シルバーリハビリ体操、脳トレ、茶話会
39	谷田部(西)	富士見ヶ丘ふれあいサロン	渡部 知子	第4(木)10:00～12:00	富士見ヶ丘集会所	脳トレステップ、茶話会、健康講座、食事会
40	谷田部(東)	ふれあいサロン稲岡	平山 徳子	第2・4(水)13:30～15:00	稲岡農村集落センター	健康体操、歌

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
41	谷田部(西)	台町仲町女性の会	宮崎 みつえ	第2(月)10:00～12:00	谷田部老人福祉センター	茶話会、健康体操、食事会、町内行事への協力
42	谷田部(東)	北中島2健康サロン	橋本 栄子	第3(金)10:00～11:15	北中島第2集会所	健康体操、忘年会
43	谷田部(西)	平わかば会	大藤 光代	第2・4(月)13:30～14:45	平公民館	健康体操、茶話会
44	谷田部(東)	西岡ひよっこ会	岡野 光子	第2・4(金)10:00～11:30	西岡研修センター	健康体操、茶話会、食事会
45	谷田部(東)	まついちサロン	大森 由美子	第1・3(木)13:30～15:00	松代一丁目町会集会所	茶話会、体操、脳トレゲーム
46	谷田部(東)	サーパスつくば健康クラブ	山本 律子	毎(火)10:00～11:30	サーパスつくばマンション内集会所	健康体操、茶話会
47	谷田部(東)	春日元気クラブ	菊池 季比古	第2・4(水)13:30～15:00	代表者宅	健康体操
48	谷田部(東)	元気でいよう会 研究学園	忍田 好子	毎(木)9:30～12:00	市役所コミュニティ棟	茶話会、健康講話、体力測定
49	桜	二輪草	丸山 美知江	第1・3・5(水)10:00～12:00	広岡交流センター	体操、小物作り、フラワーアレンジメント、クリスマス会、新年会、旅行
50	桜	ふれあいサロン やよい	濱田 壽子	第1(月)・第3(木)13:30～15:30	並木交流センター	体操、小物作り、歌、食事会、ゲストによる演奏会

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
51	桜	ふれあいサロンひだまり	白木 ルミ子	第4(金)13:30～16:00	梅園集会所	健康体操、茶話会、食事会
52	桜	シニアサロン ぶらり	荒木 利彦	第2・4(火)13:00～16:00	吾妻交流センター	健康体操、手芸、茶話会、食事会、遠足
53	桜	ふれあいサロン・千現カフェ	今井 健之	毎(水)10:00～12:00	アトリエ・ドゥ・ダルクローズ他	健康体操、茶話会、遠足、観映会、食事会
54	桜	たのし家ふれあいサロン	新井 理恵	毎(月)10:00～12:00	たのし家	健康体操、茶話会、ミニ講習（手芸、工作、茶道など）、食事会
55	桜	青年のサロン	穂積 妙子	第1(木)13:30～17:00	吾妻交流センター	料理、室内ゲーム、ハイキング、お花見、クリスマス会、初詣
56	桜	ふれあいサロンさくら	挾間 絵里	第3(木)10:00～12:00	ウエルシアつくば桜店	茶話会、多世代交流出前講座、食事会、歌唱、合唱
57	桜	ミニかろやかクラブ	一色 喜美子	第2・4(木)10:00～11:30	並木交流センター	シルバーリハビリ体操、多世代交流出前講座
58	桜	サロンドG&B	友則 和久	第1(日)13:00～15:00	松栄集会所	雑談、史跡探訪、食事
59	桜	カフェロマン	篠原 敏子	第1(金)13:00～15:00	吾妻交流センター	茶話会、勉強会、レク、情報交換、地域行事への参加
60	桜	倉掛ふれあいサロン	吉田 和子	第3(水)10:00～12:00	倉掛センター	健康体操、食事会

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
61	桜	手話サークル 虹の雫	嶋崎 明香	月1～2回(水)19:30～21:30	美容室 a m u s e	手話勉強会、交流会
62	桜	竹園ふれあいサロン	三橋 俊雄	第3(火)13:00～16:00	竹園交流センター	茶話会、食事会、歌、健康レク
63	桜	コンパーニョ	飯塚 みちい	第2・4(水)13:00～16:00	上ノ室北部公民館	健康体操、茶話会、食事会
64	桜	まつぼっくりサロン	小玉 由美子	第1・3(火)13:30～15:00	恵光寺	体操、茶話会
65	桜	ふれあいサロン水車	北村 秀二	第4(水)14:00～15:00	桜老人福祉センター	健康体操、茶話会等
66	筑波	ふれあいサロン小田	橋本 喜美子	第2(水)・第4(木)10:00～11:30	小田児童館	シルバーリハビリ体操、食事会
67	筑波	虹の会	岡野 伸子	(日)時間はその都度	下作谷公民館他	観音講、花壇草取作業、新年会
68	筑波	元気会	酒寄 美保	第2・4(水)10:00～12:00	沼田児童館	茶話会、シルバー体操
69	筑波	下作谷シルバー友の会	岡野 知子	第2・4(月)10:00～11:30、 第3(日)13:00～15:00	下作谷公民館	シルバーリハビリ体操、食事会、情報交換
70	筑波	平沢明朗会	柳原 節子	第1・3(水)9:00～15:30	平沢児童館	茶話会、健康体操、食事会、手作り作品、廃品回収

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
71	筑波	桜池サロン	吉沼 和子	第1・3(水)10:00～15:00	市民研修センター	お花見会、健康体操、講話、そば打ち、味噌づくり
72	筑波	喜楽サロン	八戸 忠光	第3(水)9:00～11:30	下田中児童館	茶話会、食事会、お花見会、料理教室、講話、児童館の花壇の手入れ
73	筑波	新町さくらの会	普入 美知子	第2(火)10:00～12:00	新町公民館	出前体操、茶話会
74	筑波	山口なかよしクラブ	鴻巣 公子	第1・3(月)10:00～12:00	旧山口小学校	健康体操、食事会、清掃
75	筑波	東作谷ふれあいサロン	山中 信一	第3(日)10:00～12:00	東作谷集会所	輪投げ、茶話会、新年会
76	筑波	西作谷シニア会	木村 テル子	第2・4(木)9:00～11:30	西作谷公民館	輪投げゲーム、茶話会、健康体操、食事会、忘年会、手芸
77	筑波	すずらん会	渡辺 しげ子	第1・3(水)13:30～14:45	北条多気本町公民館、代表者宅	カラオケ体操、運動インストラクターによる体操、スクエアステップ、手芸
78	筑波	さつき会	桜井 勝夫	第1(金)(日)10:00～15:00	大形集会所	健康体操、ウォーク、フラワーアレンジメント、茶話会
79	筑波	サロン きずな	宇津木 照子	第2(水)	上田中集会所	脳トレ、輪投げ
80	茎崎	ひまわりの会	窪庭 秋子	第1(水)10:00～15:00	下岩崎集落センター	茶話会、健康体操、食事会、新年会、お花見会、交流会

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
81	荃崎	森の里ふれあいサロン	有賀 由紀子	毎(火)13:00～16:00	森の里自治会公会堂	折り紙、クラフト、リハビリ体操、健康マージャン、囲碁、将棋、認知症予防体操、茶話会、クリスマス会、ひな祭り
82	荃崎	つくば市身障協ふれあいサロン	木嶋 保子	第2(金)13:00～15:00	荃崎老人福祉センター	茶話会、歌、軽スポーツ（卓球バレー、ボッチャ）
83	荃崎	城山サロン	巻 喜一	第2・4(金)11:00～15:00	城山公民館	茶話会、軽食会、軽運動、体操、民謡お楽しみ会、餅つき会、コーラス会、楽器演奏会
84	荃崎	自由ヶ丘サロン	川上 義夫	第2(土)13:00～17:00	自由ヶ丘公民館	様々な悩み相談
85	荃崎	うたごえひろば	荃谷 伸子	第1(水)10:30～12:00	高見原3丁目会館	唱歌・童謡などの合唱
86	荃崎	ふれあいサロン あしび野	金子 幸尋	第3(土)18:00～21:00	あしび野自治会館	食事会
87	荃崎	細見サロン	小林 清	第1(土)12:30～16:00	細見公民館	DVD鑑賞、情報収集、お茶飲み会、小旅行、料理手作り
88	荃崎	サロン 水曜会	月見 尋凡	第3(水)13:00～16:00	宝陽台公民館、中央公園	健康体操、映画鑑賞、グラウンドゴルフ、旅行、忘年会
89	荃崎	高見原ふれあいサロン	大山 純一	第3(水)13:00～16:00、 第3(日)10:00～12:00	高見原2丁目会館	カラオケ、折り紙、お喋り
90	荃崎	池向サロン	嶋津 義司	第3(日)11:00～16:30	池向集会所	カラオケ、茶話会、開催月誕生祝い

令和2年度登録ふれあいサロン一覧（令和2年12月末日現在）

No.	地区	名称（サロン名）	代表者氏名	開催日時	開催会場名称	主な活動内容
91	荃崎	サロン「憩」	平山 弘之	最終(月)10:00～12:00	明神公民館	茶話会、体操、カラオケ、近況報告
92	荃崎	サロン ひまわり	古河原 貞子	第2・4(月)10:00～14:00	荃崎農村高齢者交流センター	食事、体操、簡単な手芸、季節行事、折り紙、塗り絵
93	荃崎	梅ヶ丘茶話会	深利 正子	月1回（不定期）	梅ヶ丘集会所	映画鑑賞、子どもたちとのふれあい(七夕、クリスマス会)
94	荃崎	サロン・ド・チェリー	源田 聡	第3(水)10:00～12:00	桜が丘公民館	出前講座、ゲーム（ダーツ、ラダーゲッター、福笑い、ビンゴ等）、自治会フェスタへの参加、公園でのオープンカフェ
95	荃崎	サロンくきざき広場	寺内 元子	第4(月)9:30～13:00	荃崎交流センター	茶話会、手芸、折り紙、食事