

## 各クラブの活動紹介

### 赤羽支部

No.	ク ラ ブ 名	活動区域
15	シモイチコトブキカイ 志茂一寿会	志茂1丁目
活 動 内 容		
○定例活動		
	誕生会	年3回 輪投げ 月2回
	カラオケ教室	月1回 あおぞら体操 週1回
	筆ペン教室	月1回 歩こう会 年2回
	公園・花壇の植替	年2回 管理している場所のゴミや雑草に気づいた時は、自主的に清掃しています。花壇水やり当番制で随時行う。
	講演会(交通安全・防犯等)	年2回
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
10	シモニゴモンカイ 志茂二五門会	志茂2丁目
活 動 内 容		
○定例活動		
	定例会	毎月
	誕生会	3ヶ月に1回
	輪投げ	月4回
	折り紙教室	月1回
毎月定例会第3日曜を開催。 クラブは輪投げ、カラオケ、折り紙部メイン。 3ヶ月毎に誕生会で祝い合う。 3ヶ月に1回、町会会館で健康、防犯等の講演の行事。		
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
18	シモサンシンカイ 志茂三申会	志茂3丁目
活 動 内 容		
○定例活動		
	友愛活動部	月3～4回 カラオケ 月4～5回
	輪投げ部	月4～5回 マンボードダンス 月4回
	歩こう会部	月2回
	グラウンド・ゴルフ	月2回
	民謡	月3回
	健康体操部	月4～5回
	書道部	月3回
毎月(8月、2月を除く)誕生会を開催。誕生者に、個別に粗品を提供している。カラオケ、民謡、踊り、ビンゴゲームで会を盛り上げ、最後にカラクジなしの抽選で小物を提供。時には、近隣の医師を招いての講演や、消防署、警察署の講演をおこなっています。		
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
30	シモヨンチョウジュカイ 志茂四長寿会	志茂4丁目
活 動 内 容		
○定例活動		
	マンボダンス部	週1回
	輪投げ部	週1回
	カラオケ部	週1回
	俳句部	月1回
マンボダンス部・輪投げ部・カラオケ部は毎週1回、俳句部は月1回活動しています。		

志

茂

# 各クラブの活動紹介

## 赤羽支部

No.	ク ラ ブ 名	活動区域
48	シモゴエイジュカイ 志茂五永寿会	志茂5丁目
活 動 内 容		
志 茂	○定例活動	
	声かけ運動	歩こう会 日帰りバス旅行（ブロックで行う）
	花の植替え（志茂南児童公園）	6月・2月 おしゃべり会 月1回
	花の手入れ掃除	月2回 さくら体操 月1回
	健康麻雀	月2回
	カラオケ	月2回 誕生会 年に4回 各クラブの発表会及びカラオケの歌自慢を行います。
	輪投げ	月3回
誕生会（6月・9月・12月・3月）※どのクラブにも自由参加		
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
83	シンジュカイ 新寿会	神谷1丁目
活 動 内 容		
神 谷	○定例活動	
	新年会 敬老会 誕生会年4回	ブロック歩こう会 春・秋2回
	公園・花壇清掃 春・秋交通安全協力	輪投げ 月3～4回
	ひとり暮らしの方へ電話・お声掛け	カラオケ 月3回
	夏休みこども祭り協力 近隣清掃	
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
60	カミニコトブキカイ 神二寿会	神谷2丁目
活 動 内 容		
神 谷	○定例活動	
	カラオケ	月2回
	輪投げ	月4回
道路清掃 少人数の会ですが、いつもアットホームな雰囲気です、楽しくカラオケ、輪投げ、お話などしています。		
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
124	ホクメイカイ 北明会	神谷2丁目40番、44番、46番～51番（神谷二丁目北町会内）
活 動 内 容		
神 谷	○定例活動	
	輪投げ	毎週木曜日 輪投げ(神谷ブロックの大会) 年2回
	グラウンド・ゴルフ	毎週水曜日 グラウンド・ゴルフ（北運動場）
	カラオケ	毎週木曜日・隔週月曜日
奉仕活動（道路沿いの除草） 第3火曜日		

# 各クラブの活動紹介

## 赤羽支部

神谷	No.	ク ラ ブ 名	活動区域
	101	ワラジュカイ わらしゅ会	神谷3丁目
	活 動 内 容		
○定例活動			
		道路清掃（毎月1日・15日 雨天中止）	年3回の誕生会
		花壇の草取り・水遣り 週3回	春・秋の花植えをしています。
		ウォーキング 月1～2回	輪投げ(神谷ブロックの大会) 年2回
		カラオケ・輪投げ 週1回	
赤羽南	No.	ク ラ ブ 名	活動区域
	8	アカバネミナミチヨウジュカイ 赤羽南長寿会	赤羽南1丁目、同2丁目
	活 動 内 容		
○定例活動			
		月例役員会 月1回	毎年10月役員による「見守り」を兼ねた全会員宅の訪問活動。これにより現況を把握し緊急時の一助となれると思っています。 又、各種活動への積極的な参加を求めています。
		カラオケ教室 月1回（第1水曜日）	
		グラウンド・ゴルフ 月2回（第2、4火曜日）	
		輪投げ教室 月2回（第1、3水曜日）	
		地域内環境パトロール 月1回（第2日曜日）	
赤羽北	No.	ク ラ ブ 名	活動区域
	50	シニアクラブアカバネキタニコトブキカイ シニアクラブ赤羽北二寿会	赤羽北2丁目
	活 動 内 容		
○定例活動			
		輪投げ部 月3回（第1、2、3金曜日（練習前にサクラ体操）	輪投げ部は、設立されて約20年、会員さんは10～15人位で、シニアの試合に出掛けても成績よく、地区へ出向くことも何度かあります。その他の活動もコロナの予防（消毒・換気・マスク等）を守って楽しく活動しています。
		吹矢部 月2回（第2、4火曜日）（練習前にサクラ体操）	
		定例会 月1回（第4土曜日）	
		カラオケ部 月2回（第1、3火曜日）	
		女性部 月1回（第3水曜日）	
		防犯パトロール 月3回（第1、2、4木曜日）	
赤羽北	No.	ク ラ ブ 名	活動区域
	12	スワトモノカイ 諏訪友の会	赤羽北3丁目、赤羽台4丁目17・18・19番、桐ヶ丘2丁目11番（諏訪自治会内）
	活 動 内 容		
○定例活動			
		役員会 月1回	諏訪友の会だよりと活動カレンダー 月1回
		カラオケ 月2回	輪投げ 月2回
		スカットボール 月2回	脳トレ麻雀 月2回
		グラウンド・ゴルフ 月2回	
		誕生日会 月1回	「スカットボール」は、膝や腰の痛い人も楽しめるので、我がクラブでは参加者が一番多いです。毎月、活動予定カレンダーと諏訪友の会だよりを発行しています。
		朗読 月2回	

# 各クラブの活動紹介

## 赤羽支部

No.	クラブ名	活動区域
3	イナツケタカサゴカイ 稲付高砂会	赤羽西1丁目1番～4番、7番、14番～16番、18番4号、20～25番、同2丁目1番～22番、31番～33番、同3丁目1番～4番、同4丁目1番～2番（稲付自治会内）
活動内容		
○定例活動		
班長会	月1回	歳末、夜間 防火パトロール
春（5月）・秋（11月）稲付遊歩道花壇花植替		
書道練習	月2回	会員相互の親睦を図り、親睦会、旅行会、福祉会等を行っています。月2回、書道、カラオケ、輪投げ等、趣味や健康増進、維持を図っています。稲付自治会行事への参画、春秋の西が丘小児童交通安全、秋祭礼への協力、年末夜間の防火パトロールを行っています。
輪投げ練習	月2回	
カラオケ練習	月2回	
稲付遊歩道清掃	月3回	
春・秋 西が丘小学校児童の退校時交通安全見守り		
No.	クラブ名	活動区域
4	イナツケチョウセイクラブ 稲付長生クラブ	赤羽西2丁目22番～30番、同3丁目5番～37番、西が丘2丁目1番～3番（赤羽西自治会内）
活動内容		
○定例活動		
カラオケ教室	月4回	会報の発行 毎月
輪投げ部	月4回	役員会 月1回
ご近所体操	月4回	特に古くから行っている会報の発行です。現在744号、6年2ヶ月続いています。しかも、あえて手書きです。人の温もり、暖かみを感じられます。これを毎月、全会員に配って居ります。特に一人暮らしの方には声の掛け合いをして、お互いの絆を大切に居ります。
使用済み切手収集	随時	
No.	クラブ名	活動区域
73	ニシガオカサクラクラブ 西が丘桜クラブ	西が丘1丁目、同2丁目17番～28番、赤羽西3丁目32番～37番、同4丁目35番、43番～49番（西が丘自治会内）
活動内容		
○定例活動		
映画観賞会	月1回	カラオケの会 月2回
合唱	月2回	ポッチャ 週1回
ご近所体操	週1回	手芸の会 月2回
麻雀（ふれあい館にて）	週2回	パラリンピックの正式種目である「ポッチャ」は地上版カーリング、あるいは子供時代のビー玉遊びの変形という感じです。ルールは簡単ですが、やってみると大変おもしろいです。
輪投げ	週1回	
ちぎり絵教室	月2回	
No.	クラブ名	活動区域
13	ツルガオカラクセイカイ 鶴ヶ丘楽生会	赤羽西4丁目1番、3番、5番～20番、31番～34番（鶴ヶ丘町会内）
活動内容		
○定例活動		
		輪投げ 月2回
カラオケ	月3回	歩こう会 月2回
麻雀教室	月3回	仲間づくりを基礎に相互に支え合い、社会参加の促進、健康で豊かな生活を目的とする。町内の方々と共に交通安全運動、防災運動等に参加し、町内をパトロール協力しています。気配り、思いやりの心で楽しんでいきます。
マンボ・ダンス	月3回	
町内清掃	月1回	

赤  
羽  
西

# 各クラブの活動紹介

## 赤羽支部

No.	ク ラ ブ 名	活動区域
7	ワラククラブ 和楽クラブ	赤羽西1丁目7番、17番～19番、25番～32番、34番、赤羽西4丁目3番～5番、21番～30番、35番～54番（赤羽三和自治会内）
活 動 内 容		
○定例活動		
	役員会	月1回
	カラオケ	毎週月曜日
	輪投げ	毎週水曜日
	スポーツ吹矢	毎週木曜日
二胡・落語など会員の関心をひく催し物をしたり、「いろいろな方のお話を聞く会」で多彩な方のお話が聞けるよう工夫しています。		
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
105	アカニシゴハクジュカイ 赤西五白寿会	赤羽西5丁目4番～12番（赤羽西五丁目自治会内）
活 動 内 容		
○定例活動		
	花壇の手入れ、草むしり	月1回
	防犯パトロール	春・秋 年2回
	輪投げ	週1回
3ヶ月毎の誕生会と歩こう会で、家に閉じこもり防止策実施。また、保育園児との交流で元気もらっています。体を動かすこと、声を出すことなどの活動、他納涼大会やお祭りなど、町会の活動にも参加しています。		
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
6	ニシロクチョウセイカイ 西六長生会	赤羽西6丁目、桐ヶ丘1丁目20番、22番～23番（赤羽西六丁目町会内）
活 動 内 容		
○定例活動		
心と体の健康つくりと楽しい集い！ 定例会は毎月2の日 誕生日会は毎月12日		
（各クラブ活動）		
	ゲートボール部	輪投げ部
	フラダンス部	舞踊部
盆踊り部 園芸部 落語・名作を聞く会		
（同好会）		
	映画鑑賞会	囲碁・将棋会
	美文字会	
（その他の行事）		
	歩こう会	福祉大会
	収穫祭	旅行
	町内清掃	豊川稲荷例祭
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
37	フルサトカイ ふるさと会	赤羽台3丁目10番～15番（赤羽台三丁目自治会内）
活 動 内 容		
○定例活動		
合同茶話会（歓談・カラオケ・ピンゴゲーム等）年4回（4、7、11、2月）		
合同茶話会（講話依頼開催）年4回（5、6、9、10月）		
	輪投げ練習	毎週水曜日
	グラウンド・ゴルフ練習	毎週月曜日
	1人高齢者宅安否確認	月1回以上
自治会行事に協力（本祭・交通安全等）		
	早朝ラジオ体操・さくら体操	毎日
	ランチ食事会開催	年2回
7名毎日6,000歩目標に歩いています。 毎朝近くの赤羽台公園にて20年近く毎日、桐ヶ丘・赤羽クラブ会員と一緒に、仲良く楽しく健康の為、ラジオ体操・さくら体操をやっています。 輪投げクラブ会員、グラウンド・ゴルフ会員、毎週元気に練習しています。		

赤羽西

赤羽台

# 各クラブの活動紹介

## 赤羽支部

赤羽台	No.	ク ラ ブ 名	活動区域		
	52	モモジュカイ もも寿会	赤羽台3丁目1番～11番、16番～28番、30番（赤羽八幡自治会内）		
	活 動 内 容				
○定例活動					
		輪投げ	週1回	緑道公園の花壇の世話、雑草取り、四季の花植えに努力を惜しまず、全員参加です。往来する人々に感謝されています。	
		防犯パトロール	月1回		
		歩こう会（公園巡り等）	年4回		
桐ヶ丘	No.	ク ラ ブ 名	活動区域		
	173	キリガオカキズチノカイ 桐ヶ丘 絆の会	桐ヶ丘1丁目1番～17番		
	活 動 内 容				
○定例活動					
		誕生会	月1回	カラオケ 月2回	
		手芸	週1回	輪投げ 週1回	
		役員会	月1回		
		グラウンド・ゴルフ	週1回	毎週1回の手芸。毎週1回のグラウンド・ゴルフ。毎週1回の輪投げが自慢です。	
桐ヶ丘	No.	ク ラ ブ 名	活動区域		
	69	キリガオカフクジュカイ 桐ヶ丘福寿会	桐ヶ丘2丁目2番～10番（都住N24～52号棟＝桐ヶ丘N地区第2自治会内）		
	活 動 内 容				
○定例活動					
		定例会（会員との親睦会と同時に誕生会、さくら体操）	毎月第2日曜日		
		道路・公園清掃	毎月第3日曜日		
		グラウンド・ゴルフ	毎週火曜日		
		カラオケ、麻雀			
		リサイクル活動			
		輪投げ			
桐ヶ丘	No.	ク ラ ブ 名	活動区域		
	70	キリガオカダイイチチョウメイカイ 桐ヶ丘第一長命会	赤羽北3丁目16番59号		
	活 動 内 容				
○定例活動					
		カラオケ（男女）	毎週月・木曜日（男性）	毎週金曜日（女性）	毎週火曜日
		茶話会・ペタンク・輪投げ練習	毎週月曜日	麻雀大会	毎週日曜日
		役員会	毎月第4日曜日	民生員主催健康体操	毎週月曜日
		誕生会	4ヶ月に1回	公園・道路の清掃	月1～2回
		グラウンド・ゴルフ	毎週木曜日・第1日曜日・第4日曜日		
		新年会、敬老会、福祉大会	年4期に分けて誕生会を開き、カラオケ・余興などで楽しんでいます。また、会員にかかわらず、一人一人に声掛けをしています。役員一同で心がけています。年間の会員が減っても、声掛けしているので、その分会員が増えています。		

# 各クラブの活動紹介

## 赤羽支部

No.	ク ラ ブ 名	活動区域
西 が 丘	2	ニシガオカジュラクカイ 西が丘寿楽会
	西が丘2丁目4番～20番（西が丘三つ和自治会内）	
	活 動 内 容	
	○定例活動	
	ブロック内での 輪投げ・ポッチャ 月4～6回 歩こう会 年2回 日帰り旅行 年2回 カラオケ・合唱・コーラス等の練習 月2～6回 一泊旅行 年2回 カラオケ大会 年1回 手芸教室 演芸大会 年1回 麻雀 ふれあい館での高齢者の行事は、全て参加している。 新年会・忘年会 他に赤羽支部及び北シニアクラブ連の行事には必ず参加しています。	
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
浮 間	65	ウキマフクジュカイ 浮間福寿会
	浮間地区	
	活 動 内 容	
	○定例活動	
	カラオケ 週1回 年2回の町内清掃 輪投げ 週1回 グラウンド・ゴルフ 週3回 1泊か2泊の旅行 年1回	
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
浮 間	140	ウキマイッチョウメチョウジュカイ 浮間一丁目長寿会
	浮間1丁目	
	活 動 内 容	
	○定例活動	
	輪投げ 週1回 折紙を楽しむ 月2回 リズムダンス 週1回 麻雀 月3回 歩こう会 3ヶ月に1回 七夕まつり 年1回 カラオケ 月2回 新年会・敬老会・旅行・お楽しみ会 2回、折紙、ぬりえ、簡単な食事作りをして、飲んで食べて、おしゃべりを楽しんでいます。 ラジオ体操（夏休み中7・8月）自治会と一緒に	
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
浮 間	104	ウキマヤソイチハクジュカイロウジククラブ 浮間八十一白寿会老人クラブ
	浮間1丁目（都営浮間1丁目第27A <sup>1</sup> -ト 7～11号棟）	
	活 動 内 容	
○定例活動		
日常的に声かけ運動・情報収集（健康状態、困っている事等）		
輪投げ大会 週1回 高齢者（特に一人暮らし、或は老々介護者）を週1度訪問。又、道端で会うたび、親近感をもって声掛けし、健康状況や日常生活の支障を聞き出し、問題があればクラブとして、手助けの対応策を検討。親しみやすい接触で、効果を得ている。		
囲碁・将棋 週1回		
麻雀 週1回		

# 各クラブの活動紹介

## 赤羽支部

No.	ク ラ ブ 名	活動区域
165	リバーサイドウキマシニアクラブ リバーサイド浮間シニアクラブ	浮間1丁目15番（都営浮間1丁目第三A <sup>0</sup> -ト）
活 動 内 容		
○定例活動		
	ご近所体操	毎週水曜日 折り紙教室 毎月第2土曜日
	輪投げ	毎週木曜日
	懇親会	毎月第3火曜日
	誕生会	3ヶ月に1回
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
142	コウワチョウジュカイ 交和長寿会	浮間2丁目26番（都営浮間2丁目A <sup>0</sup> -ト＝交和自治会内）
活 動 内 容		
○定例活動		
	輪投げ	月3回
	民謡	月2回
	カラオケ	月2回
	歩こう会（毎週日曜日）	
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
167	ホクエイナゴミクラブ 北栄なごみクラブ	浮間2丁目2番1号、10番12～13号（区営浮間2丁目第2A <sup>0</sup> -ト）
活 動 内 容		
○定例活動		
	歩こう会 第1・第3水曜日	春と秋には公共交通を利用して遠出
	輪投げ 第2・第4土曜日	年2回大会を実施
	DVD鑑賞	最終週の水曜日
	カラオケ	最終週の日曜日
	誕生日会	4ヶ月に1回
	1泊旅行 10月～11月	（毎月積立）
		輪投げ大会 年間実績を集計。それを基にハンデを計算。 誰もが一度は優勝出来るようにしています。
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
93	ウキサンメート 浮三メート	浮間1丁目、浮間3丁目
活 動 内 容		
○定例活動		
	輪投げ部	毎週木曜日
	カラオケサークル	毎週月曜日
	各班長さんが声掛け運動	北区の福祉施設へ舞踊部が、月に10回位ボランティア慰問をしています（清水坂あじさい荘、他） ピンカン集積所の片付けと掃除。

浮  
間



# 各クラブの活動紹介

## 赤羽支部

No.	ク ラ ブ 名	活動区域
85	フクシンクラブ 福進クラブ	浮間3丁目1番（都営浮間3丁目第2団地17号～22号棟）
活 動 内 容		
○定例活動		
麻雀	毎週水曜日	新年会 年1回
カラオケ	3グループ×毎月2回	団地内大掃除（自治会全員）毎月第3日曜日
輪投げ	毎週火曜日	
歩こう会	年2回	カラオケ大会・輪投げ大会、毎年自治会合同でやっています。
手芸	第2・第4水曜日	
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
164	ウキマダイサンダンチダンカイカイ 浮間第三団地団塊会	浮間3丁目34番（区営浮間3丁目団地）
活 動 内 容		
○定例活動		
輪投げ	週1回	自治会活動、新年会、敬老会ではカラオケ・ピンゴ等をして1日楽しめます。 自治会と合同で日帰り旅行、年1回。懇親会を年2回行っています。
歩こう会	年2回	
カラオケ	月2回	
グラウンド・ゴルフ	週3回	
手芸	第2・第4金曜日	
No.	ク ラ ブ 名	活動区域
174	ハッピーシルバーカイ ハッピーシルバー会	浮間1丁目1番1号（都営浮間一丁目アパート1号棟）
活 動 内 容		
○定例活動		
健康体操	週3回	
いこいの広場	月1回（水曜日）	
手芸愛好会	月1回（水曜日）	
カラオケ愛好会	月1回（水曜日）	
懇親会	数か月に1回	

浮  
間