

動くオレンジカフェ花鳥風月
(包括小平健康苑の圏域内)



どなたでも参加できます
ご近所の方とお誘い合わせの上お出かけください

毎月第5水曜日 14:00～15:30 参加費:100円



いきらく花小金井
(株清水建設工業)



いきらく体操、いきらく筋力アップ体操、脳トレなど
元気に楽しくみんなで体を動かしましょう

毎月第3火曜日 10:00～11:30



いきらく花小金井ぷらす
(株清水建設工業)



いきらく体操、リズム体操、脳トレ等元気に
楽しくみんなで体を動かしましょう

毎月第2火曜日 10:00～11:30



ほのぼのひろば
天神地域センター

地域の方、小平福祉園の方とおしゃべりを
楽しんでます。定番は6月フラーアレンジ
メント、12月年忘れ会です

毎月第2月曜日 10:00～11:30 参加費:200円
問合せ: 小平市社協 042-349-0151



こだまちサロンすずの木
(天神地域センター)

高齢者のついでの方として参加者の方々と
お話などを楽しむ会です



毎月第4木曜日 11:00～16:00 参加費:100円



鈴木町団地自治会(ふれあいくらぶ)
(鈴木町団地集会所)



誰も孤立してほしくない
ここに住んで良かったと思ってもらえる事を願っています

毎週火曜日 第1・3金曜日 13:30～16:00
参加費:自治会以外の方50円

ウォークラリー
花小金井北コース

さわやか館から多摩六都
科学館などを回る約3.1km
のコースです



ウォークラリー
花小金井西コース

西武新宿線を挟んで五小前公園
や東部公園、グリーンロードなどを
回る約2kmのコースです



ウォークラリー
光と花の公園コース

花や光の名前が付いた公園や
鈴木公民館などを回る2.6kmの
コースです



サロンさわやか
(さわやか館)



地域の方が気軽におしゃべりをし、お茶を
飲める場所を目指しています

毎月第2・3金曜日 13:00～15:30 参加費:100円

ほのぼのひろば
花小金井北地域センター

楽しみながら編物・小物を作り
社協バザーに出品して
気兼ねなく気持ちよく
いられる楽しい場所です

毎月第1木曜日・第3水曜日
10:00～16:00 参加費:なし
問合せ: 小平市社協 042-349-0151



いきらく鈴木
(鈴木公民館)



いきらく体操、いきらく筋力アップ体操、脳トレなど
元気に楽しくみんなで体を動かしましょう

毎月第1火曜日 10:00～11:30 参加費:なし

小平市生活支援体制整備事業
地域のつながりマップ(東圏域)

花小金井1～8丁目/天神町1～4丁目/回田町
御幸町/鈴木町1～2丁目/花小金井南町1～3丁目



ウォークラリー
花小金井南コース

花小金井南町のコースは赤(約2.1km)青
(1.1km)緑(1.7km)の3つに分かれています
体力に合わせて組み合わせできます

アフタヌーンティー会
(鈴木公民館)



毎月第4木曜日
14:00～16:00
参加費:500円

つらい事、楽しい事、色々な
事を皆で話し、笑い、
受け止めて、ほんの少しの
時を過ごせたらな。と身近
な大人の茶話会です

オレンジカフェ健康苑
(鈴木公民館)



毎月第2金曜日 13:30～15:00
参加費:なし

談話を中心に、ゲーム、
手芸などそれぞれがやりたいこと
を選んで過ごします

**近くの誰かと
つながろう!**



ひだまりの会
(鈴木公民館)



毎月第3火曜日
13:00～15:00
参加費:200円

やりがい・生きがいを見つけ、
健康寿命を10年延ばそう!
誰でも参加お待ちしております
困り事の解決のために有償
ボランティアもやっています



すずき花カフェ
(鈴木公民館)



毎月第1土曜日
10:00～13:30
参加費:150円

地域住民を対象とした地
域サロン活動を通じて、人
と人のつながりづくり、居
場所づくりに貢献しています
出張カフェも行っています



カフェ花みなみ
(花小金井南地域センター)



毎月第2火曜日
13:30～15:30 参加費:100円

気軽に立ち寄れる交流カ
フェ 同じ地区の方々を
中心に、気軽におしゃべり
出来る場所です



オレンジカフェ花鳥風月
(鈴木地域センター)

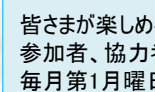


毎月第3水曜日 14:00～15:30
参加費:100円

住み慣れた地域の中で
認知症の方やその家族・
友人などが安心して
過ごせる居場所です



ほのぼのひろば
御幸町地域センター



毎月第1月曜日
10:00～11:30
参加費:200円

皆さまが楽しめるよう工夫
しています
参加者、協力者を募集
しています
問合せ: 小平市社協
042-349-0151

生活支援体制整備事業
第2層協議会

東圏域の協議会は3つあります
◇回田町・御幸町地域
「幸せが回るまち あおぞら」
地域の居場所について話し合
っています

◇花小金井・花小金井南町地域
「笑顔あふれる花小金井」
ウォークラリーマップを作成し、
ウォーキング講座を開催しました

◇鈴木町・天神町地域
「世代と地域をつなげようエン
ジョイ鈴天」
家から外に出るきっかけとなる
企画を考えています



どの協議会でも地域にあつらい
いこと、何が出来るかを話し
合っています
ご興味のある方は、地域包
括支援センター小平健康苑ま
でご連絡ください



地域包括支援センター
小平健康苑
(東圏域担当)

地域包括支援センターは、高
齢者が住み慣れた地域で安心
して生活を続けられるよう支
援を行う小平市の総合相談
窓口です
小平市鈴木町2-230-3
(特別養護老人ホーム 小平健康
苑内)

042-451-8813