



マップ No.	団体名	場所	日時	参加者	主な活動内容
A	ゆめくらぶ	上内間木町内会館	第1水曜日 正午～午後1時30分	近隣の高齢者	食事
B	老人会食 きさざぎ会	北朝霞公民館 調理室	第4木曜日 正午～午後1時	独居の高齢者(80歳以上の方)	食事、おしゃべり
C	老人会食 おいし～い会	中央公民館(工事期間中はお問い合わせください)	第2木曜日、第3火曜日 午前11時30～午後2時	おおむね70歳以上の単独生活者の方(日中独居)	食事、おしゃべり
D	膝折団地ふれあい広場希望	膝折団地第1集会所	第3日曜日 午前11時～午後3時	膝折団地自治会の会員	食事、レクリエーション

マップ No.	サロン名	場所	日時	参加者	主な活動内容
1	サロン・おたっしゃくらぶ	宮戸市民センター または宮戸町内会館	第1・3木曜日 午前10時～正午	70歳以上の周辺住民	合唱、体操
2	さくらの会	朝志ヶ丘住宅2階集会室	第3木曜日 午後1時～3時	周辺住民	音楽、おしゃべり
3	ケセラの会	朝志ヶ丘高齢者地域交流室	毎週月曜日 午前10時～正午	高齢者	体操、茶話会
4	朝志ヶ丘いきいきサロン 気まま	朝志ヶ丘高齢者地域交流室	毎週月曜日 午後1時～3時	高齢者	おしゃべり、健康麻雀
5	朝志ヶ丘いきいきサロン 和華葉	朝志ヶ丘高齢者地域交流室	月4回火曜日 午後1時～3時	周辺地区の高齢者	おしゃべり、折り紙
6	朝志ヶ丘いきいきサロン 花組	朝志ヶ丘高齢者地域交流室	第2・4水曜日 午後1時～3時	高齢者	折り紙工作、歌
7	朝志ヶ丘いきいきサロン はつらつ	朝志ヶ丘高齢者地域交流室	第1・3木曜日 午前10時～正午	周辺地区の高齢者	体操、おしゃべり、民謡
8	ゆずの会	朝志ヶ丘高齢者地域交流室	毎週金曜日 午前10時～正午	高齢者	編み物、工作
9	浜崎いとサロン	浜崎会館 (浜崎氷川神社敷地内)	第4月曜日(祝日は第4火曜日) 午後1時30分～3時	どなたでも	茶話会、体操
10	パークの会	霞ヶ丘会館	第1・3火曜日 午前10時～正午	60歳以上の会場に一人で来られる方	体操、物作り
11	ふれあい いきが いきいきサロン浜崎	霞ヶ丘会館	第1木曜日 午前10時～正午	浜崎親交会の高齢者	おしゃべり(防犯に関する 情報交換)、脳トレ
12	カフェチャペル	志木聖母教会	第4火曜日 午後1時30分～3時	どなたでも	おしゃべり
13	サロン・ハートたじま	田島児童遊園地	毎週水・金曜日 午前9時～10時	どなたでも	体操、盆踊り
14	コミュニティふじよし	弁財市民センター	毎週水曜日 午前10時～11時30分	高齢者	セラバンド体操、歌
15	向山サロン	向山自治会館	第2月曜日(祝日は第3月曜日) 午前10時～11時30分	60歳以上の方	体操、ゲーム
16	サロン de のんびり	ミアヘルサオアシス朝霞	第3火曜日 午後1時30分～3時	どなたでも	おしゃべり
17	ガーデンコート おきらくサロン	ガーデンコート朝霞	第1・3月曜日 午後1時30分～3時	概ね65歳以上の方	おしゃべり
18	溝沼住吉おたのしみ会	溝沼町内会館3階	第2水曜日、第4土曜日 午前10時～12時30分	溝沼住吉町内会員	茶話会、季節行事
19	縁ジョイ体操	金剛寺	第2・4木曜日 午後1時30分～3時	概ね65歳以上の方	歌、体操
20	溝沼サロン	リーフガーデンズ ルネ朝霞台	第4月曜日 午後1時30分～3時30分	概ね65歳以上の 朝霞市在住の方	体操、ゲーム
21	散歩の会	西朝霞公民館 和室	月2回火曜日 午前10時～正午	周辺の方どなたでも	おしゃべり中心
22	こ(子・個)育てサロン ありがとうの会	富士見町内会館	第2・4木曜日 午前10時～正午	朝霞市内の方	おしゃべり、物作り
23	ゆうゆう会	水久保公園管理事務所	月3回木曜日 午後1時30分～3時30分	周辺住民	体操、物作り
24	あさか手彩の会	中央公民館(工事期間中は お問い合わせください)	月3回(平日に2回、土日に1回) 午前10時～正午	市内在住の 聴覚障害高齢者等	おしゃべり、ゲーム
25	おしゃべりサロン	膝折市民センター シルバーサロン	第4木曜日 午前9時30分～11時	高齢者	おしゃべり、ポッチャ
26	黒目の太陽	膝折団地第1集会所	第3・4月曜日 午後2時～4時	膝折団地住まいの方	体操、歌
27	うららの会	緑ヶ丘会館	月1回水曜日 午後1時～2時半 (食事会の時は午前11時～12時半)	緑ヶ丘親交会会員	季節行事、体操
28	Salon よろずや	栄町高齢者地域交流室 サテライト	第1月曜日 午後1時30分～3時	高齢者	おしゃべり、脳トレ
29	栄町ふれあいサロン	栄町高齢者地域交流室	第1～3月曜日、第1～4火・木曜日 午前10時～午後4時	朝霞市内の方	体操、健康麻雀
30	すまいるサロン	栄町高齢者地域交流室	毎週金曜日 午前10時～午後3時	朝霞市内の方	作品展、脳トレ

・掲載内容は令和7年10月現在の情報です。
 ・地域内すべての団体情報を掲載しているものではありません。
 ・マップに掲載の情報は、地域包括支援センターにご協力いただき作成しております。
 ・参加費は各団体・サロンにより異なりますので、お問い合わせください。
 【お問い合わせ】地域福祉推進係 TEL:048(486)2485【直通】 FAX:048(486)2418



地域の身近な集いの場、サロンに参加してみませんか?