

杉戸町のシニアサロン♪

☆令和6年5月発行版☆

下野ふれあいサロン

開催日 水
会場 下野集会所（下野 895-2）
活動内容 げんき SUGI 体操・健康体操
世代間交流 等）
連絡先 ☎ 32-0871 藤田

サロンさらい

開催日 火
会場 さくら会館（高野台西 3-16-13）
活動内容 麻雀・茶話会（体操・歌） 等
連絡先 ☎ 34-8149 三宅

フレンド榎の会

開催日 木
会場 中志集会所（下高野 423）
活動内容 グラウンドゴルフ（西近隣公園）
麻雀 カラオケ 等
連絡先 ☎ 35-0692 中村

高野サロンかわせみ

開催日 ほぼ毎日
会場 高野団地集会所（下高野 1-7）
活動内容 げんき SUGI 体操・麻雀
暮らしの保健室 等
連絡先 ☎ 34-5905 中里

サロン大栄

開催日 金
会場 大栄団地集会所（下高野 623-131）
活動内容 げんき SUGI 体操・音楽療法
絵手紙教室 等
連絡先 ☎ 32-1739 蓮見



シニアサロンかとり

開催日 月・金・土
会場 上新田集会所（高野台西 2-7-13）
活動内容 グラウンドゴルフ・麻雀・カラオケ
連絡先 ☎ 32-5078 小林

ふれ愛フレッシュサロン

開催日 月～金
会場 フレッシュ会館（杉戸 3009-63）
活動内容 げんき SUGI 体操・歌声・手芸
囲碁・将棋・暮らしの保健室 等
連絡先 ☎ 090-3427-4588 山下

上田サロンいこいの会

開催日 水
会場 上田集会所（杉戸 909-1）
活動内容 風船バレー・グラウンドゴルフ
カラオケ 書道等
連絡先 ☎ 090-6015-4855 八鍬

いきがいサロン

開催日 月～金
会場 個人宅（杉戸 2797-4）
活動内容 げんき SUGI 体操・暮らしの保健室
手芸・絵手紙・スマホ教室 等
連絡先 ☎ 33-1610 浜名

豊サロン21

開催日 火
会場 豊後集会所（清地 1433-1）
活動内容 げんき SUGI 体操・ヨガ・脳トレ
ゲーム・親睦会・暮らしの保健室 等
連絡先 ☎ 080-1276-0875 小山

サロンえがお

開催日 水
会場 内田団地集会所
（内田 2-13-13）
活動内容 ラジオ体操・親睦会 等
連絡先 ☎ 34-7042 堀合

サロンなかよし

開催日 第1・2・4水・第3金
会場 倉松集会所（倉松 3-4-34）
活動内容 げんき SUGI 体操・脳トレ
ストレッチ・音楽体操 等
連絡先 ☎ 34-4189 小手川



サロン佐左工門

開催日 第1月・第2~4土
会場 佐左工門集会所(佐左工門1488)
活動内容 書道・マンドリン演奏・カラオケ等
連絡先 ☎ 38-0069 松田

いきいきサロン東

開催日 水
会場 大蓮会館(北蓮沼345-1)
活動内容 げんきSUGI体操・お茶会
わなげ・ダーツ等
連絡先 ☎ 080-5414-2984 高田



ふれあいサロンさくら

開催日 月~金
会場 並塚集会所(並塚1068)
活動内容 健康体操・グラウンドゴルフ等
連絡先 ☎ 38-1548 浜田

ふれあいサロンふじ

開催日 月
会場 源内集会所(堤根468)
活動内容 げんきSUGI体操・脳トレ・茶話会
カラオケ・暮らしの保健室等
連絡先 ☎ 38-1984 堀江

サロンたんぽぽ

開催日 金
会場 倉付集会所(本郷549)
活動内容 げんきSUGI体操・手芸・ゲーム・
暮らしの保健室・お茶会等
連絡先 ☎ 32-4700 高崎

本郷シニアサロン百日草

開催日 月・木(第2)
会場 本郷会館(本郷1138)
活動内容 げんきSUGI体操・暮らしの保健室
茶話会・手芸等
連絡先 ☎ 35-1174 岡田

すぎとピアサロン

開催日 木
会場 すぎとピア集会室(堤根4742-1)
活動内容 げんきSUGI体操・MG体操・
出前いきいき体操・映画上映等
連絡先 ☎ 33-8192 すぎとピア



中央サロン会

開催日 木
会場 ココティすぎと(杉戸3-9-10)
活動内容 ヨガ・カラオケ等
連絡先 ☎ 090-9813-8834 倉持

シニアサロン堤

開催日 土
会場 南公民館・南地区集会所
活動内容 げんきSUGI体操・わなげ・
グラウンドゴルフ・ダーツ等
連絡先 ☎ 34-4774 福田

シニアサロン蔵

開催日 金
会場 南公民館(堤根4089)
活動内容 げんきSUGI体操・脳トレ等
連絡先 ☎ 090-8013-9891 佐藤

千歳サロン木野川

開催日 火
会場 木野川会館(木野川379-1)
活動内容 げんきSUGI体操・カラオケ等
連絡先 ☎ 38-1532 吉濱

泉サロン

開催日 水
会場 泉公民館(宮前37-1)
活動内容 げんきSUGI体操・笑いヨガ等
連絡先 ☎ 38-3930 新井

※サロンは住民主体の通いの場です。ご詳細につきましては、
各サロンに直接お問い合わせください。



問合せ：杉戸町高齢介護課 高齢者福祉担当
☎33-1111 内線317・318