



令和3年5月の てるぼサロン 予定表



てるぼサロン（ふれあい・いきいきサロン）とは、地域にお住まいの皆さんが交流を図ったり、息抜きをしたりする集いの場のことをいいます。いちかわ社協では、マスコットキャラクターの名前にちなんで「てるぼサロン」と総称しています。「てるぼサロン」は、誰でも参加することができます。

（注）緊急事態宣言が発令された場合、てるぼサロンは中止となりますのでご了承ください。

てるぼサロン121ヶ所のうち、一般サロン（93ヶ所）のご紹介

No.	地区	サロン名	開催日時	場所	内容	住所
1	市川第一地区	てしごとサロン				
2	市川第一地区	市川南わいわいサロン				
3	市川第一地区	サロン・デュ・ポン根本				
4	市川第一地区	カラオケ・サロン				
5	市川第一地区	サロン「ウィズⅡ」	7.21(金)10:00～	市川八幡神社	健康体操	市川
6	市川第二地区	ふれあいサロンDai2				
7	市川第二地区	ふれあいサロン大和田				
8	市川第二地区	ナルクふれ愛サロン				
9	市川第二地区	ふれあい茶話会	10(月).25(火) 10:00～	市川南自治会館	懇談	市川南
10	市川第二地区	あまに				
11	市川第二地区	サロン「ウィズ」	11.25(火)10:00～, 11:00～	新田胡録神社社務所	健康体操	新田
12	市川第二地区	サロンとうかぎ				
13	市川第二地区	ピンポンクラブ	12.26(水)14:30～	フィットネスクラブ ヴィスター	卓球	新田
14	国府台地区	いきいのサロン国府台				
15	国府台地区	“ぬり絵”でボランティア				
16	国府台地区	飛地おこもり会				
17	国府台地区	サロン「回向院市川別院」				
18	真間地区	いきいき健康体操				
19	真間地区	太極拳				
20	真間地区	サロンよってこ				
21	真間地区	よってこカフェ	18(火)13:30～	地域ケア真間「よってこ」	脳トレ、ぬりえ等	真間
22	八幡地区	ふれあいサロンやわた				
23	八幡地区	てるぼサロンさんぼみち				
24	八幡地区	たのしむサロン				
25	八幡地区	サロンよりみち				
26	菅野・須和田地区	なかよしサロン				
27	菅野・須和田地区	西自治会館サロン				
28	菅野・須和田地区	公民館サロン				
29	菅野・須和田地区	不動院らくらく運動サロン				
30	菅野・須和田地区	不動院囲碁・将棋サロン				
31	菅野・須和田地区	よみっこ文庫サロン	11.25(火)12:30～	菅野小 大会議室	読書会・本の貸出	菅野
32	菅野・須和田地区	みんなのえんがわカフェ	18(火)13:30～	子ども文化ステーション北地区 事務所	懇談、子育て学習会、手芸等	東菅野
33	菅野・須和田地区	M&M Table	16(日)13:00～	ふくろう画廊	ボードゲーム	菅野
34	曾谷地区	サロン曾谷				
35	曾谷地区	大境サロン				
36	曾谷地区	ECOサロン				
37	曾谷地区	サロンつなぐ				

No.	地区	サロン名	開催日時	場所	内容	住所
38	宮久保・下貝塚地区	手芸・ふれあいサロン				
39	宮久保・下貝塚地区	健康柔体操				
40	宮久保・下貝塚地区	すぎな				
41	市川東部地区	鬼越ふれあいサロン				
42	市川東部地区	ECO TOGETHER				
43	市川東部地区	ほほ笑みサロン鬼高				
44	市川東部地区	ここほっとサロン				
45	市川東部地区	サロン若宮	20(木)14:00～	若宮小学校	血圧測定、ゲーム、体操など	若宮
46	市川東部地区	富士見・南千台サロン				
47	市川東部地区	若宮八幡サロン				
48	市川東部地区	中山団地てるぼサロン				
49	市川東部地区	花の道<オアシス>	①5,12,19,26(水) 12:30～ ②3,10,17,24,31(月) 6,13,20,27(木) 13:00～ ③5,12,19,26(水) 7,14,21,28(金) 13:00～	個人宅(若宮1丁目)	①囲碁・将棋 ※毎週(水) ②卓球 ※毎週(月・木) ③健康麻雀 ※毎週(水・金)	若宮
50	市川東部地区	サロン高石神				
51	市川東部地区	てるぼサロンよみっこ				
52	国分地区	ほっとサロン	18(火)10:00～	西部公民館	軽い体操、懇談	中国分
53	国分地区	さかえサロン				
54	国分地区	サロン風の谷				
55	国分地区	サロン・セブン				
56	国分地区	サロンピースリバー				
57	国分地区	サロン太陽 根古屋				
58	国分地区	サロン六反田				
59	国分地区	ハッピーサロンのいなこし	20(木)13:31～	稲越自治会館	懇談	稲越
60	国分地区	サロン・トマト				
61	大柏地区	梨風サロン				
62	大柏地区	大野サロン				
63	大柏地区	サロン奉免				
64	大柏地区	大町にここにサロン				
65	大柏地区	サロン柏井				
66	大柏地区	殿堂カラオケサロン				
67	大柏地区	サロン“虹の会”	①12,19,26(水) 9:00～ ②19(水)14:00～	①北市川スポーツパーク ②柏井三丁目団地自治会館	①グランドゴルフ ②茶話会	柏井町
68	信篤・二俣地区	ふれあいルーム信篤・二俣				
69	行徳地区	行徳歌声サロン				
70	行徳地区	行徳カラオケサロン				
71	行徳地区	行徳ふれあい健康サロン				
72	行徳地区	行徳健康ピンポンサロン				
73	行徳地区	行徳ふれあいお茶の会				
74	南行徳地区	新井小サロン				
75	南行徳地区	ゆう相会				
76	南行徳地区	ご近所・友の会				
77	南行徳地区	南行中サロン				

No.	地区	サロン名	開催日時	場所	内容	住所
78	南行徳地区	湊 法伝寺サロン				
79	南行徳地区	活き行きサロン				
80	南行徳地区	塩浜サロン(サロンはまかぜ)				
81	南行徳地区	男性料理教室サロン				
82	南行徳地区	脳トレジャンジャン				
83	南行徳地区	サロンさくら会				
84	南行徳地区	いこいの部屋 もりの泉				
85	南行徳地区	はまかぜ合唱団	4.11,18,25(火) 10:00~	ほっとスペース	楽譜の読み合わせ等	塩浜
86	南行徳地区	百人一首「紫草の会」				
87	南行徳地区	日曜サロン	2,9,16,23,30(日) 13:30~	ほっとスペース	ラジオ体操・手芸等	塩浜
88	南行徳地区	太極拳	11,18,25(火) 13:30~	ほっとスペース	太極拳	塩浜
89	南行徳地区	オレンジキャップ	登下校時	ほっとスペース	塩浜学園児童(1~4年)の下校時誘導	塩浜
90	南行徳地区	健康道道場				
91	南行徳地区	水曜サロン	19(水)13:00~	行徳駅前公園研修室	将棋・トランプ・折り紙等	湊新田
92	南行徳地区	まちかどサロン行徳				
93	南行徳地区	自由参加のグランドゴルフ				

各地区の「地域ケア拠点」(各地区社会福祉協議会)

地域ケア名	電話	住所	開所日	備考
地域ケア市川第一	047-322-8347	市川2-7-7 市川地域ふれあい館内	火~金	
地域ケア市川第二	047-376-8343	大洲1-18-1 ふれあいセンター内	月~金	
地域ケア国府台	047-372-8343	国府台5-23-5 国府台町会会館内	月~金	
地域ケア真間「よってこ」	047-324-8347	真間2-17-12 キョウエイハイツ真間1階B号	月~金	
地域ケア八幡	047-334-8347	八幡2-4-8 旧八幡市民談話室6階	火~金	
地域ケア菅野・須和田	047-326-8347	菅野3-24-2 菅野公民館内	火~金	
地域ケア曾谷	047-371-8348	曾谷6-25-5 曾谷公民館内	火~金	
地域ケア宮久保・下貝塚 「宮久保 下貝塚寄り合い処」	047-372-8348	宮久保1-13-2 森店舗1階東側	月~金	
地域ケア市川東部	047-339-8349	本北方3-19-16 東部公民館内	月~金	最終(月)休み
地域ケア国分	047-373-8347	中国分2-13-8 西部公民館内	火~金	
地域ケア大柏	047-339-8347	南大野2-3-19 大柏出張所内	月~金	
地域ケア信篤・二俣 「ふれあいルーム」	047-328-8347	高谷1-8-1 信篤公民館内	火~金	
地域ケア行徳	047-356-8347	塩焼5-6-14 塩焼中央公園内	月~金	
地域ケア南行徳	047-359-8347	相之川1-3-7 南行徳公民館内	火~金	
地域ケア南行徳第二 「ほっとスペース」	047-398-8347	塩浜4-2-2-101	日~土	最終(月)休み

※いずれも 10時~16時 祝祭日・夏季・年末年始を除く

※新型コロナウイルスの影響で一時間閉所または、時間短縮や曜日を限定して開所している場合があります



お近くの「地域ケア」を
ご活用ください

市内15ヶ所にある「地域ケア拠点」では、地区内でのほサロンのご案内の他、「困りごとの相談」「車イスの貸し出し」などを行っております。
お気軽にご来所・ご連絡ください。



令和3年5月のてるぼサロン予定表



てるぼサロン121ヶ所のうち、子育てサロン（28ヶ所）のご紹介

No.	地区	サロン名	開催日時	場所	内容	住所
94	市川第一地区	赤ちゃん広場(0～3歳児)				
95	国府台地区	子育てサロンパンダっ子				
96	真間地区	赤ちゃん集めれ				
97	真間地区	子育てサロン「にこにこ」	7(金)11:00～	よってこ+ZOOM	絵本の読み聞かせ等	-
98	八幡地区	おそと広場「みつばちキッズ」	18(火)10:30～	八幡児童公園	おやこで公園あそび	南八幡
99	八幡地区	えほんとおそびのひろば わくわくキッズ	11(火)10:00～	勤労福祉センター本館	絵本の読み聞かせや季節のあそびを中心とした親子のひろば	南八幡
100	菅野・須和田地区	なかよし子育てサロン(0～2歳児)				
101	菅野・須和田地区	みつばちっこ菅野(おそとサロン)	10(月)10:30～	菅野公民館	0～2歳の親子の外遊びの交流	菅野
102	菅野・須和田地区	こーひーかつぶ	10,24(月)10:00～	子ども文化ステーション北地区事務所	お母さんの居場所	東菅野
103	菅野・須和田地区	みつばちっこサロン本八幡	12(水)10:30～	スペースにわにわ	0歳児親子わらべうたで交流会	菅野
104	曾谷地区	せいくらべ				
105	曾谷地区	曾谷ゆりんこくらぶ				
106	宮久保・下貝塚地区	宮久保ゆりんこくらぶ				
107	宮久保・下貝塚地区	下貝塚ゆりんこくらぶ				
108	宮久保・下貝塚地区	びよびよクラブ宮久保				
109	宮久保・下貝塚地区	びよびよクラブ下貝塚				
110	市川東部地区	ぶちデビューサロン				
111	市川東部地区	びよびよひろば	6(木)10:00～	鬼越鬼高地域ふれあい館	お母さんの居場所	鬼越
112	市川東部地区	ぶちデビューサロン北方	11,25(火)10:30～	北方第2児童公園管理事務所	子育て仲間づくり・情報交換	北方
113	市川東部地区	ぶちデビューサロン若宮	20(木)10:30～	若宮公民館	子育て仲間づくり・情報交換	中山
114	市川東部地区	赤ちゃんサロンみつばちっこ鬼高	17(月)10:30～	鬼高公民館	0～1歳児親子の交流	鬼高
115	市川東部地区	こあらっこの会				
116	大柏地区	もものこ				
117	信篤・二俣地区	赤ちゃんサロンみつばちっこ信篤	27(木)10:30～	信篤公民館	0～1歳児親子の交流	高谷
118	信篤・二俣地区	きらきらひろば	14,28(金)9:30～	信篤公民館	お母さんの居場所	高谷
119	行徳地区	赤ちゃんサロンみつばちっこ本行徳	19(水)10:30～	本行徳公民館	0～1歳児親子の交流	本行徳
120	南行徳地区	赤ちゃんサロンみつばちっこ新井	14(金)10:30～	新井自治会館	0～1歳児親子の交流	新井
121	南行徳地区	おやこたいそうにこにこ	20,27(木)10:30～	ほっとスペース	おやこ体操とあそび	塩浜

てるぼサロンのお問い合わせ

「市川市社会福祉協議会 地域福祉・ボランティアセンター」

☎ 047(320)4002 平日：8時40分～17時40分（土日祝祭日・年末年始を除く）

（住所：〒272-0026 市川市東大和田1-2-10）