



まるっと瓦版

令和7年
7月

- 新規開催サロンと、子ども参加型サロンのご紹介
- サロンで体操を習慣にしませんか？

●子育て相談ができるサロンが新規開催されました

【楽しく子育て相談サロン】

子育ての悩みを相談できるサロンができました！
その名も「楽しく子育て相談サロン」。
赤ちゃんのことが分かると子育てがもっと楽になる！
子育てを楽しく！をモットーに活動をしています。子育ての悩みや
ちょっとした疑問を皆さんでお話ししてみませんか？
おもちゃや絵本、お子様が横になることができるマットなどを
ご用意しています。安心してお子様と一緒にご参加ください。

【場 所】アクロスあらかわ 3階和室（荒川2-57-8）

【日 時】毎月第2火曜日 14:00～15:00

【お申込み】下記記載の『**地域福祉コーディネーター**』まで



不登校支援や傾聴、交流ができる子育て支援のサロンもありますので、
「こんな居場所が知りたい。」というご相談もぜひお寄せください。

●子ども参加型のサロンをご紹介します♪

実はふれあい絆・活サロンには子ども参加型の居場所もあるのをご存知でしょうか？
お子さんはもちろん、保護者の方と一緒にのご参加も大歓迎です。
お子さん、お孫さんとのご参加をお待ちしています♪

サロン名	日程	場所	対象者	内容
サロン西文化 子どもの時間	第2土曜日 13:00～15:00	荒川一丁目 西文化会館	未就学児～ 中学生、保護者など	工作、ゲーム、 交流など
ふらっとり開放 サロン	第1～4木曜日 10:15～12:15	ふらっとりサロン (八百バレー教室)	未就学児と保護者 など	交流、体操など

ご相談やお問い合わせは… **地域福祉コーディネーター**へ！

〒116-0003 荒川区南千住1-13-20

荒川区社会福祉協議会 福祉サービス課 地域福祉支援係

電話: 3802-3338 FAX: 3891-5290

メール: jigyo@arakawa-shakyo.or.jp

●体操をしているふれあい粋・活サロンに参加しませんか？



荒川区では現在90ヶ所でふれあい粋・活サロンが開催されています。
ふれあい粋・活サロンは、お住いの地区とは違う開催場所でも、
どなたでもご参加いただけます。（※対象者を限定している場合もあります。）

元気でいつまでも健康に過ごすには、おしゃべりや交流を楽しむことももちろん大切ですが、やはり適度な運動も欠かせません。

皆さんも、サロンに参加することで体操を習慣にしてみませんか？

今回は、体操の大切さと、活動に体操を習慣的に取り入れているサロンを地区ごとに、開催サロン数をご紹介します。**※地域福祉コーディネーターが体操活動を把握しているサロン数です。**

南千住地区		荒川地区	
ばん座位体操	7か所	ばん座位体操	2か所
あらみん体操		あらみん体操	1か所
荒川ころばん体操	2か所	荒川ころばん体操	1か所
荒川せらばん体操	2か所	荒川せらばん体操	1か所
その他体操	1か所 (リズム体操など)	その他体操	1か所 (リズム体操など)
町屋地区		尾久地区	
ばん座位体操	 新しく体操を始めたというご相談もお待ちしております♪	ばん座位体操	1か所
あらみん体操		あらみん体操	2か所
荒川ころばん体操		荒川ころばん体操	1か所
荒川せらばん体操		荒川せらばん体操	1か所
その他体操		1か所 (ストレッチなど)	その他体操
日暮里地区		 足が痛いんだけど、それでもできる体操はあるのかしら？ 家から一番近くで体操をやってるサロンが知りたい！ などなど…ぜひ地域福祉コーディネーターにご相談ください♪ご参加をお待ちしています！	
ばん座位体操	1か所		
あらみん体操			
荒川ころばん体操	2か所		
荒川せらばん体操	1か所		
その他体操	2か所		