

班 会 で  
楽 し く  
元 気 に

# 班会マップ

医療生協のイキイキ班活動をご紹介します！  
近くの班会に参加してみませんか？

## 2021年度

(5月1日現在)

### 横須賀市

#### 追浜支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
健康体操(月)	毎週月曜日 10:30~11:45	追浜コミュニティセンター	大 〇
ハイキングクラブ	年3回【不定期】	—	ハイキング
やさしい小物づくり班	不定期	追浜コミュニティセンター	小物づくり
カラオケを楽しむ会	第2・4水曜日	個人宅	カラオケ

#### 浦賀支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
てくてくふれんど	不定期	野外	ハイキング
さざんか班	第3or第4木曜日 13:30~	浦賀コミュニティセンター	大 〇 〇 〇
あざみ班	不定期	浦賀コミュニティセンター	手芸小物づくり 料理教室
かもめ班	第3土曜日 10:00~	かもめ団地集会所	小物づくり
旅楽	不定期	野外	ハイキング

#### 北下浦支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
大町谷班	第1・3月曜日 午後	大町谷町内会館	〇 〇 〇
日生セラバンド班	第1・3木曜日 午後	日生自治会館	〇 〇 〇

#### 横須賀西支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
お楽しみ会	不定期	武コミセン	交流
TEKUTEKU	不定期	野外	ハイキングなど

#### 逸見地域

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
キッチンマミー	第2水曜日 午前	逸見東部町内会館	大 〇 〇 〇
ひばり(カラオケ)	第3水曜日 12:00~	特定なし	カラオケ
写るんです(写真)	【不定期】 土曜日・日曜日	特定なし	写真

### 横須賀市

#### 佐野支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
歩こう会	不定期	—	大
茶話会(金子班)	月3回	個人宅	〇 〇
カラオケ班	第1金曜日	カラオケ店	カラオケ

#### 平作・阿部倉支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
あるこう会	不定期	—	ハイキング
さくら班	毎週月・火曜日 午前	組合員ルーム	大 〇
ころばん体操	土曜日(月3回) 午前	組合員ルーム	大 〇
おしゃべり班会	不定期	組合員ルーム	〇
新聞仕分け班	第1or第2土曜日 13:00~	組合員ルーム	機関紙仕分け

#### 平作・城北支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
機関紙仕分け	第2月曜日 9:30~	組合員ルーム	機関紙仕分け
バザー班	第2金曜日 10:00~12:00	衣笠診療所前庭	バザー
あむあむ	第1・3木曜日 10:00~14:00	組合員ルーム	編み物 ※第3木
セラバンド	第2・4火曜日 14:00~16:00	組合員ルーム	大 〇 〇 〇
脳トレ班	第4月曜日 13:30~15:30	組合員ルーム	〇 〇

#### 岩戸支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
レッド・アイランド	第1月曜日 10:00~12:00	COOP岩戸店 コミュニティルーム	健康づくり・ ウォーキング・旅行・ 文化に触れる
ストレッチ	木曜日(月3回) 13:30~15:00	岩戸コミュニティセンター	大 〇
夏つばき	第4火曜日 10:00~12:00	個人宅	〇 〇 〇
むらさき	第1or2月曜日 18:00~20:00	「ひだまり」	〇 〇 〇
こものづくり	第4金曜日 13:30~15:00	個人宅	小物づくり・交流

#### 森崎支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
手作り班	第2土曜日 13:00~15:00	城址が丘町内会館	端布で小物づくり

#### 小矢支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
歩こう会	年2~3回	—	ハイキング
おしゃべり会	不定期	第1衣笠町内会館	〇 〇 〇

# 三浦市

## 三浦行政区

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
原うらら	第4火曜日 10:00~11:30	勤労市民センター	✂

## 三崎東支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
班会ひまわり	第2水曜日 13:00~	勤労市民センター	✂ 布ぞうり 小物作り

## 三崎西支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
そよかぜ班	第2・4金曜日 13:30~15:00	勤労市民センター	✂
バラソル班	月1回 10:00~14:00	個人宅	🏠 🎵
メープル班	毎週1回 午前中	個人宅	📖 食と 運動ほか
東岡班	3ヶ月に1回 13:00~	個人宅	🏡 健康チェック 懇談
べに花班	4ヶ月に1回	勤労市民センター	🍷 1人暮らし食事会

## 初声支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
ベシヤ班	第4木曜日 10:00~	市民交流センター	✂ セラバンド・ ストレッチ
やまこ荘班	第2木曜日 10:00~	やまこ荘	✂ セラバンド・ ストレッチ
絲班	第2・4火曜日 13:00~	個人宅	✂ 小物作り
お宮さん	第4水曜日 10:00~	初声市民センター	✂ セラバンド・ ストレッチ

## 南下浦支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
ひなの会	第4月曜日 9:30~16:00	三浦診療所2階	✂ 小物づくり
菊名 セラバンド	第2火曜日 10:00~12:00	菊名区民会館	🏠 ✂
すみれ班	毎週火曜日 10:00~11:30	ウインザーハイム 集会所	✂
ハッスル レディ班	第1水曜日 10:00~11:30	三浦診療所2階	✂
お江戸班	第2水曜日 9:30~11:00	金田区民会館	✂
山もも班	第1木曜日 10:00~11:30	サンコートマホロバ 自治会室	✂
わかば班	第3火曜日 10:00~11:30	シーアイマંション 集会所	✂

# 逗子市

## 逗子中央支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
きらく班	不定期(月1回)	個人宅	✂ 手芸・ おしゃべり
手作り班	第4火曜日	ふれあいルーム	✂ 布ぞうり 作り手芸
手芸班	第2金曜日	ふれあいルーム	✂ 手芸
グランドゴルフ	毎週月・水曜日	池子 第一運動公園	✂ グランドゴルフ
ヨガサークル	毎週水曜日(月3回)	ふれあいルーム	🏠 ヨガ体操
おしゃべり ソーイング	第1木曜日	ふれあいルーム	✂ 洋裁
ハートの会	第3金曜日	ふれあいルーム	✂ 料理

# 葉山町

## 葉山南支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
筋トレ班 (火曜日)	毎週火曜日 午前	葉山クリニック	✂ セラバンド
水源地班	毎週金曜日 午前	ふれあいサロン 「なかま」	🏠 ✂
筋トレ班 (木曜日)	毎週木曜日 午前	葉山クリニック	✂ セラバンド
上山口 セラバンド班	毎週火曜日 午前	上山口会館	✂ セラバンド・ ストレッチ
脳トレ班	第1・3土曜日 午後	葉山クリニック 組合員ルーム	✂ マージャン
新聞ちぎり絵班	毎月1回 10:00~12:00	葉山クリニック 組合員ルーム	✂ 新聞ちぎり絵

## 葉山北支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
堀内 セラバンド	第2金曜日 10:00~12:00	堀内会館	🏠 ✂ 🏡
イトーピア セラバンド	第2金曜日13:30~15:30 第4金曜日9:30~10:50	長柄イトーピア 会館	🏠 ✂ 🏡
キッチン グランパ	第3日曜日 9:15~13:00	池上コミュニティ センター	📖 料理
布ぞうり 作り会	第4水曜日 9:30~	個人宅	✂ 布ぞうり
葉山ウォーク 「パンダナ」	隔月1回程度	葉山とその周辺	🏠 ウォーキング

## 葉山一色支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
しおさい班	第1火曜日 午前	一色岡会館	🏡 🏠 🏠