

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!
近くの班会に参加してみませんか?

2022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 人 |
| 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3 or 第4木曜日 13:30~ | 浦賀コミュニティセンター | 大 人 心 |
| 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 | 大 人 心 |
| 日生セラバンド班 | 第1・3木曜日 午後 | 日生自治会館 | 大 人 心 |

■ 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 人 心 |
| 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 人 |
| おしゃべり会(金子班) | 月3回 | 個人宅 | 交流 心 |
| 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 人 心 |
| ころばん体操 | 土曜日(月3回) 午前 | 組合員ルーム | 大 人 心 |
| おしゃべり班会 | 不定期 | 組合員ルーム | 交流 |
| 新聞仕分け班 | 第1 or 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 | 衣笠診療所駐車場 | バザー |
| セラバンド | 第2・4火曜日 14:00~15:00 | 組合員ルーム | 大 人 心 心 |
| 脳トレ班 | 第4月曜日 13:30~15:30 | 組合員ルーム | 交流 心 |

■ 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 コミュニティールーム | 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 人 心 |
| 夏つばき | 第4火曜日 10:00~12:00 | 個人宅 | 交流・交流 |
| むらさき | 第1 or 2月曜日 18:00~20:00 | 「ひだまり」 | 女性1人暮らしの方交流会・会費500円 |
| 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 |

■ 小矢部支部

| 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 | 交流・食事会 |

三浦市

■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 | セラバンド |
| 原うらら | 第4火曜日 10:00~11:30 | 勤労市民センター | セラバンド |
| 東岡班 | 不定期 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 |
|-------|-------------------|----------|-----------------|
| ベイシア班 | 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1木曜日 10:00~ | やまこ荘 | セラバンド・ ストレッチ |
| 絲の会 | 第2・4火曜日 13:00~ | 個人宅 | 小物作り |
| お宮さん | 第4水曜日・第2木曜日 | 汐風アリーナ | 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 | セラバンド |
| すみれ班 | 毎週火曜日 10:00~11:30 | ウインザーハイム 集会所 | セラバンド |
| ハッスル レディ班 | 第1水曜日 10:00~11:30 | 三浦診療所2階 | セラバンド |
| お江戸班 | 第2水曜日 9:30~11:00 | 金田区民会館 | セラバンド |
| 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 | セラバンド |
| わかば班 | 第3火曜日 10:00~11:30 | シーアイマシオン 集会所 | セラバンド |

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 |
| 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」 | ヨガ |
| 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 | セラバンド |
| 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 | セラバンド |
| 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1水曜日 13:30~ | 個人宅 | 布ぞうり |
| 葉山ウォーク 「バンドナ」 | 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 | 最終週の火曜日 10:00~11:30 | 一色岡会館 | 健康チェック |

