

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？

2024年度

(5月1日現在)

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
おさんぽ班	不定期	不定期	🚶 ウォーキング
班会ひまわり	第2曜日 13:00~	勤労市民センター	🎨 趣味

■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
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 10:00~	潮風アリーナ	🎸 セラバンド・ストレッチ
お宮さんII	第2水曜日または木曜日	潮風アリーナ	🗨️ お話・食事

■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	🎸
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	シーアイマンション集会所	🎸 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
手作り班	第4火曜日	ふれあいルーム	🎨 布ぞうり作り手芸
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
もえぎ班	第1・3水曜日	不定	🗨️ おしゃべり

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1水曜日 13:30~	個人宅	🎨 布ぞうり
葉山ウォーク「バンダナ」	不定期	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	不定期	第二岡会館	🗨️

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	
やさしい手づくりの会	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 13:00~	浦賀コミュニティセンター	手芸小物づくり
かもめ班	第1金曜日 12:00~	かもめ団地集会所	ぬりえ おしゃべり

■ 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 午前	大町谷町内会館	
日生セラバンド班	第1・3木曜日 午前	日生自治会館	
あじさい班	第2水曜日 午前	グリーンハイツ集会所	

■ 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	不定期	逸見東部町内会館	
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	—	
おしゃべり会 (金子班)	月4回	個人宅	
カラオケ班	第4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 10:00~	組合員ルーム	
ころばん体操	土曜日 (月3回) 10:00~	組合員ルーム	
おしゃべり班会	第3金曜日 10:00~15:00	組合員ルーム	AM ウェス作り
新聞仕分け班	第1 or第2土曜日 11:00~	組合員ルーム	機関紙仕分け
畑班	土曜日 (月2回)	組合員ルーム	野菜作り
ひまわり班	月1回 不定期	組合員ルーム	マージャン
なの花カフェ	年3回	組合員ルーム	お話・食事

■ 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火曜日 14:00~15:00	組合員ルーム	
脳トレ班	第4月曜日 13:30~15:00	組合員ルーム	

■ 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	不定期	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
夏つばき	第4火曜日 13:30~15:30	個人宅	談話・交流
むらさき	第1 or 2月曜日 16:00~17:00	「ひだまり」	女性1人暮らしの方交流会・会費500円
いちじく班	第3水曜日 14:00~	個人宅	おしゃべり

■ 森崎支部

班の名前	活動日・時間	活動場所	活動内容
ウォーキング班	不定期	—	ハイキング

■ 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

※班会の日時・場所に変更になることがあります。 ※詳しくは、本部[組織部]まで ☎046-853-8105