

運 動 系

グループ名	活動内容	活動レベル	活動場所
ポニーステップ フォークダンスサークル	フォークダンス	4	根岸社会教育館(根岸5-18-13)
さくらフォークダンス	フォークダンス	4	金杉区民館(下谷3-1-10)
黒門長寿会	輪投げ・ボッチャ・生け花	4	上野区民館(池之端1-1-12) 黒門町会会館(上野1-17-4)

文 化 系

グループ名	活動内容	活動場所
谷中さくら会	手芸・物づくり	上野桜木会館(上野桜木1-6-1)
糸の会	手芸	環境ふれあい館ひまわり(蔵前4-14-6)
パッチワーククラブ・ハニービー	パッチワーク・手芸	谷中防災コミュニティセンター(谷中5-6-5)
みどりの会	紙や布の小物づくり	環境ふれあい館ひまわり(蔵前4-14-6)
碁千会	囲碁の研修	千束社会教育館(浅草4-24-13)
アンサンブル・フリージア	合唱	社会教育センター(東上野6-16-8)
コーラスせせらぎ	コーラス	平成小学校(台東4-21-15)
熊ちゃんコーラス	コーラス	石浜小学校(清川1-14-21)
すみれ会	大正琴の演奏	老人福祉センター(東上野2-25-14)
なんちゃってレレ会	ウクレレの練習	入谷区民館(入谷1-15-6) 老人福祉センター(東上野2-25-14)
アンサンブル・マーキュリー	クラシックギターの合奏団	生涯学習センター(西浅草3-25-16)
象潟ハーモニカアンサンブル	歌唱	石浜小学校(清川1-14-21)
馬酔木金杉句会	俳句	三ノ輪一丁目会館(三ノ輪1-16)
浅草橋写真クラブ	写真	浅草橋区民館(浅草橋2-8-7)
マジック同好会カッター	マジック	生涯学習センター(西浅草3-25-16)
小島サファイヤ会	油絵・水彩画等	台東一丁目区民館(台東1-25-5)

こちらのグループに関するお問合せ

高齢福祉課 介護予防担当 **03-5246-1295**

活動レベル ※あくまで目安です。

- 1：主に座って1時間以内の運動
- 2：主に座って1時間以上の運動
- 3：主に立って1時間以内の運動
- 4：主に立って1時間以上の運動



▲いきいき百歳体操の様子