

立石・亀井野方面

お出かけに便利な情報！

のりあい善行



坂のまち善行で、交通不便解消と高齢者等の移動手段として東部地区では善行地区郷土づくり推進会議と連携し、地域主体となって乗合タクシー「のりあい善行」の運行を行っています。

のりあい善行は、藤沢市の支援と共に地域の自治会・諸団体・事業者・車体広告・車内広告・寄付金などの支援で運営されています。

運賃 1回につき 一般 300円<2024年2月現在>
会員 250円(年会費3,000円)
車内で回数券の販売をしています。

詳しい内容は
特定非営利活動法人
のりあい善行
携帯にお問い合わせください。
☎090-8029-0970



でかけよう！善行！



善行地区には、市民が作った市民のための活動の場や市民が気軽に利用できる場がたくさんあります。いつでも、誰でも、一人でも参加できます。初めてでも、大歓迎です。公園には大人のための健康遊具が設置されています。散歩しながら、ちょっと挑戦、楽しみながら体力の増進を。

思いがけない発見や出会いがあるかも！
善行のまちにでかけてみませんか！

発行：善行地区郷土づくり推進会議
でかけよう！善行：第1版 2024年9月
住所：〒251-0871 藤沢市善行 1-2-3 善行市民センター内
電話：0466-81-4431
※2024年2月時点の情報を元に掲載しています。
委員が各施設の取材・写真撮影を行いました。
※無断転用を禁止します。

カフェはまゆう

～健康チェックしませんか？～
体重、血圧、体脂肪率、筋肉量、基礎代謝などを測ります
★第3木曜 10時30分～12時30分
☆福祉クラブ生協 藤沢センター3階

健康遊具

① 渋沢公園
アームストレッチ
レッグストレッチ

② 椎名谷東公園
背のばしベンチ

③ 第200号緑の広場
ツイストボード
腹筋ベンチ

④ 白旗廻り第二公園
ストレッチフープ
ツイストボード
スプリングパー
十字懸垂ベンチ

⑤ 白旗廻り第三公園
背のばしベンチ
ハングバー
十字懸垂ベンチ

渋沢公園体操

ラジオ体操、かわせみ体操、きよしのズンドコ節など
雨天中止、夏は休み
★金曜 9時～9時30分

かがやき

ラジオ体操、プラス・テン体操、リズム体操、口や頭の体操など、おしゃべりや大きな声を出し心も身体もぽっかぽか！
★月・木曜 10時～11時
☆大清水市民の家



湘南すまいるバス

2010年11月からいきいきシニアセンター（老人福祉センター）3館（やすらぎ荘・湘南なぎさ荘・こぶし荘）を利用する方を対象に、交通の不便な地域を中心にマイクロバスによる巡回送迎バスを運行しています。

対象者 藤沢市内にお住まいの60歳以上の方
ご利用にはいきいきシニアセンター3館のいずれかで登録の手続きが必要です。
利用料は無料です。

詳しい内容は、下記までお問い合わせください。
藤沢市高齢者支援課 在宅いきがい担当
☎0466-50-3571



善行・本藤沢方面

まめっこ

未就園のお子さんとお母さんのつどいの場や友達づくりの場です
 保育士による育児相談もあります
 ★第2、第4木曜 9時30分～11時30分
 ☆善行団地 老人いこいの家



団地の井戸端会議

誰でも気軽に参加できる地域住民の交流の場として講座やイベントを開催しています
 ★不定期開催
 ☆善行団地 第2集会所



Theラジオ体操善行

毎日100人ほど集まり、かわせみ体操、プラス・テン体操、ラジオ体操をしています
 健康維持と転倒予防に効果があります
 ★年中無休 6時10分～6時40分
 ☆善行団地 マーケット前広場



ほっとスペース すみれ

午前は編み物、ぬり絵、輪踊り、歌、ウクレレなど、午後はフリースペースで駄菓子販売があり子どもたちも来ます
 ★月曜～土曜 9時～17時



ほっこりサロン

当日参加OK 健康体操・ゲーム・歌(ピアノ伴奏あり)など、毎回20人くらい
 ★第2月曜 13時～14時30分
 ☆善行町内会館(現在は活動休止中)



ふれあい子育てひろば

楽しくおしゃべりしたり、一緒に遊びながら友だちづくり、情報交換をするフリースペースです
 対象者 乳幼児と保護者
 ★第2木曜 10時～11時45分
 ☆善行市民センター 健康プラザ棟



「えん」

おしゃべりや国際交流もあって自由な雰囲気です。また、利用者同士が講師になって手芸教室が行われます。夏は10円カキ氷、春は駄菓子屋さんを開催しています
 ★火・金曜 10時～16時



いきなさかクラブ体操

ラジオ体操など(ご来光が見えるかも?)
 ★月・水・金曜 7時～(雨天中止)
 ☆石名坂公園



元気ハツラツいきいき体操

インストラクターによる健康体操や脳トレ、健康器具を使った体操(登録制)
 ★第2木曜 13時～14時30分
 ☆あさぎ台保育園



子育てサロン あいうえお

親子と一緒に自由に過ごせるフリースペースです
 友達づくりや情報交換の場として利用できます
 ★月曜～金曜
 10時～12時 13時～16時
 日曜 10時～12時 13時～15時



わいわい善行

習字、写経、リメイク、歌、ハーモニカ、絵画、英会話、健康麻雀は人気、介護予防特化型として免疫アップ体操やシニアヨガもやります
 1日800円
 ★月曜～金曜 10時～15時



健康遊具

1 中原公園



ぶらぶらツリーのびのびベンチよこよこストレッチ

2 善行北唐池公園



平均台 背のばしベンチ スプリングバー

3 梅里公園



ぶらさがり棒

4 善行南公園



背のばしベンチ ぶらぶらストレッチ

5 稲荷中郷公園



腹筋ベンチ 背のばしベンチ

