元気応援くらぶ一覧(詳細)　　全125団体（2026年11月20日現在）

明第１

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
A1	松戸新田クラブ	胡録台155-3 松戸新田第5町会集会所	毎週土曜・または木曜 午前10時から正午	グラウンドゴルフ、ストレッチ体操、お茶会、その他	300円（月額）	事前にお問い合わせください	090-4450-9688	第1期
A2	ハーブガーデンからふみ出そう！	岩瀬22 岩瀬38　岩瀬自治会館	①季節・天候により適時 ②③土曜午前10時から午前11時 ※SNSや自治会掲示板で案内	①園芸活動(植物の観察や世話) ②月一集会：体操(歌いながらの健康体操、ラジオ体操)※休止中 ③脳トレ音楽（シニアリトミック、レコード回想法等）	②100円 ③300円	事前にお問い合わせください ※留守電の場合はメッセージをお残しください。	080-3390-8933	第2期
A3	倶楽部in岩瀬自治会グランドゴルフクラブと麻雀クラブ	①岩瀬住吉公園 ②岩瀬38　岩瀬自治会集会所（いわぽんホール）	①毎週火曜 午前9時30分から午前11時30分 ②毎週火曜 正午から午後5時30分	①グラウンドゴルフ②健康麻雀	200円 ②のみ別途300円	直接会場へお越しください	090-4067-9813	第2期
A4	くるみ（Ｃｕｒｕｍｉ）の会	根本393-8根本第二京葉ハイツ101号	毎週木曜 午後2時から午後4時	認知症と高次脳機能障害の方の居場所と情報収集の場としてカフェを開催し、ご本人が役割を担える場を構築していく	200円	現在休止中		第2期
A5	憩いの場	稔台2-43-9	第3金曜 午後1時30分から午後3時30分	①麻雀 ②茶話会、ゲーム、カラオケ、脳トレ	年会費 1,000円	現在休止中		第2期
A6	稔台わかば会歓談サークル	稔台７丁目1-5 稔台市民センター他	毎週火曜 午前10時から正午	茶話会、カラオケ	200円	現在休止中	047-364-2751	第2期
A7	旭ヶ丘Ｇ．Ｇクラブ	松戸2290　旭ヶ丘第二公園 岩瀬620　旭ヶ丘第三公園　他	毎週月曜・水曜・金曜 ①4月から10月 午前9時から午前11時 ②11月から3月 午前9時30分から午前11時30分	グラウンドゴルフ	月間100円	直接会場へお越しください	047-364-2886	第3期
A8	ライオンズマンション松戸第3元気応援くらぶ	根本49　ライオンズマンション松戸第3集会室	毎月①第1木曜②第1土曜 ①午後1時から午後4時 ②正午から午後3時	茶話会、体操、脳トレ、ゲーム等介護予防に資する活動	200円	事前にお問い合わせください	047-364-8141	第4期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

明第１

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
A10	松戸ケアトレーナーズクラブ	稔台7-1-5　稔台市民センター	毎週火曜 午前10時から正午	認知症予防脳活性体操、転倒予防・失禁予防体操、その他	200円	直接会場へお越しください	070-3300-0012	第1期
A11	ストレッチ体操の会	野菊野6番地　野菊野団地集会所	毎月第2木曜、第4金曜 午前10時から午前11時30分	ストレッチ体操	１回100円	事前にお問い合わせください	047-366-3760 または marikoko1232006@ezweb.ne.jp	第9期
A12	いわせdeウクレレ	岩瀬38　岩瀬自治会館（いわぽんホール2階）	毎週水曜 午前10時から午後2時	ウクレレレッスン(講師を招いて)月1回 ウクレレ各自自由練習(毎週可能) イベントでの発表等(随時)	1回100円 講師レッスン時500円	事前にお問い合わせください	090-2241-8200 または asken2021@gmail.com (メール推奨)	第9期
A13	フィオリ自治会	松戸新田3-3 ゼファーヒルズフィオリーナ集会室（4F）	①第1～3土曜　午前10時から午前11時 ②第4土曜　午後1時から午後2時30分 ③第1土曜　午前11時から午後1時 ④第1水曜 午後1時30分から午後3時 ⑤第1水曜 午後3時10分から午後3時40分 ⑥第3水曜 午後1時50分から午後3時 ⑦第3木曜 午後1時から午後3時 その他単発開催あり	①②健康体操 ③交流スペース ④お茶会 ⑤歌を歌う会 ⑥パトウォーク ⑦ちぎり絵 その他、PC教室、フレイル予防教室、臨床美術、教養講座　等	基本無料 一部、実費分負担あり	直接会場へお越しください	090-6245-3474	第10期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

明第１

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
A14	まつど☆笑いヨガ推進会	【まつど☆笑いヨガ推進会　みのり台笑いヨガ】 ①稔台7-1-5　稔台市民センター 第1火曜　午後1時30分から午後2時50分 【まつど☆笑いヨガ推進会　ピカピカ笑いヨガ】 ②小金きよしケ丘3-1-1　小金市民センター　和室または会議室 第4金曜　午後1時20分から午後2時40分 ③中金杉2-159-2　小金北市民センター　和室兼茶室 第1金曜　午後1時20分から午後2時20分 ④小金原6-9-10　小金原6-9コミュニティハウス 第2金曜　13時20分から14時40分 ⑤【まつど☆笑いヨガ推進会　古ケ崎笑いヨガ】 古ケ崎4-3490　古ケ崎市民センター　和室 第1、第3火曜　午後1時20分から午後2時20分 第4日曜　午後2時10分から午後3時30分 ⑥【まつど☆笑いヨガ推進会　常盤平笑いヨガ】 常盤平3-30　常盤平市民センター　和室または会議室 第4火曜　午後1時20分から午後2時40分 ⑦【まつど☆笑いヨガ推進会　むつみ笑いヨガ】 六高台3-71　六実市民センター　和室または会議室 第2木曜　午後1時20分から午後2時40分 ⑧【まつど☆笑いヨガ推進会　まつひだい笑いヨガ】 松飛台210-2　松飛台市民センター　和室兼茶室 第4木曜　午後1時20分から午後2時20分 ⑨【まつど☆笑いヨガ推進会　二十世紀が丘笑いヨガ】 二十世紀が丘中松町2　二十世紀が丘市民センター　和室 第1、第3木曜　午後0時20分から午後1時40分		笑いヨガ（笑いの健康体操）、脳トレ、歌、ゲーム	①： 500円 別途入会金200円 ⑤： 火曜　300円 日曜　500円 ②④⑥⑦⑨： 500円 ③⑧： 300円	事前にお問い合わせください	090-3130-2019	第3期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

明第１

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
A15	元気しにあ倶楽部 DAIWA	松戸市小根本20-21	①毎週月曜　午前10時から正午 ②毎週火曜　午前10時から正午 ③毎週水曜　午前10時から正午 ④毎週金曜　午後1時から午後4時	①手芸・アート・工芸 ②脳トレ ③かんたん外国語（英・韓・中） ④音楽（楽器・歌・ダンス） その他、月１回ライブ、野外活動あり	・1,000円/回（単発参加） ・10,000円/月（その月は回数制限なし）	事前にお問い合わせください	047-5530-1949	第10期
A16	健康づくりMK	根本8-11　松戸市勤労会館	毎週火曜　午前10時から正午 ※8月は休み	①体操・ストレッチ・リズム体操・筋力トレーニング・ニギニギボール等 ②健康や栄養等の保健に関する勉強（福祉センターより） ③講師による運動指導	10,000円/年	直接会場へお越しください	047-365-7813	第11期
A17	みんなんち元気応援くらぶ	松戸新田433-35	毎週火曜及び水曜 午後1時30分から午後3時30分	ちょっとした体の不調や介護の相談 転ばないための体づくり	無料	事前にお問い合わせください	047-710-7450	第1期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

明第２西

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
B2	すまいるクラブ	①樋野口543　青少年会館樋野口分館 ②古ヶ崎3-3370　古ヶ崎新田町会会館	①毎週水曜 午前11時から正午 ②毎週木曜 午前10時から午前11時	介護予防体操、脳トレ	100円	事前にお問い合わせください	070-5363-5346	第2期
B3	健操・楽笑会	樋野口543　青少年会館樋野口分館	第1、第2、第3水曜日 午後1時から午後2時	ラジオ体操、荒川体操、タオル体操	100円	事前にお問い合わせください	047-364-4746	第4期
B4	木もく元気かい	古ケ崎4-3490 （古ケ崎市民センター）	毎週木曜 午前10時から午前11時30分	健康体操、認知症予防、脳トレ、転倒防止	1500円/月	直接会場へお越いただいても、事前にお問い合せいただいても、どちらでも大丈夫です	047-364-8757	第8期
B5	つながりサロン栄町	栄町8丁目605-2 （栄町8丁目会館）	毎週水曜日 午後1時30分から午後3時30分	介護予防体操、脳トレ、歌	100円/回	事前にお問い合わせください	047-366-1554	第10期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

明第２東

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
C1	風早サロン	上本郷2679（風早会館）	毎週水曜 午前10時から正午	健康体操、フレイル予防、健康相談 市や包括に依頼をし、講座を開催したり、体操の講師に来てもらい体操を実施する	200円	直接会場へお越しください	047-363-2646	第8期
C2	ことほぎの会	上本郷4434 （松戸運動公園武道館）	第1・2・3・4水曜日 午前10時から正午	社会貢献、体操教室、交流会	500円/回	直接会場へお越しください	047-363-3168	第10期
C3	北松戸雀友会	北松戸2丁目8-9 （北松戸会館）	毎週水曜日 午後1時から午後5時	高齢者の脳トレ及び孤立感の支援、地域の方々との親睦、若い方々との交流、健康麻雀	300円/回	事前にお問い合わせください	047-368-6659または090-8497-2065	第10期
C5	ふじショートテニスクラブ	上本郷4434 （松戸運動公園）	毎週火曜・木曜 午後1時から午後3時	年齢60歳以上。体育館内、バトミントンコート使用でスポンジボールを使ってテニスを楽しむ。	1,500円/月	事前にお問い合わせください	047-366-1382	第11期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

本庁

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
D1	ボナわくわくクラブ	松戸1139-2　ライオンズステーションタワー松戸　アライフアライブ内	毎週火曜 午前10時から正午	茶話会、地域の情報交換、体操、脳トレ、手品、英会話、パン作り、料理	300円	事前にお問い合わせください	047-360-0908	第3期
D2	和太鼓クラブ生きる	小山523-5　松戸南保育園分園1階	毎週土曜 午後3時から午後4時30分	健康体操と和太鼓	200円 ※初回無料	事前にお問い合わせください	047-366-1995	第4期
D3	料親会	松戸1389-1　松戸市民会館	毎月第2木曜 午前10時から午後2時	料理を通じて親睦をはかる(男性メイン)	1回1,200円	事前にお問い合わせください	047-384-5677	第4期
D4	ひまわり気功	松戸1389-1　松戸市民会館	毎週水曜、土曜 午前9時から正午	気功とカラオケ	無料	事前にお問い合わせください	080-5749-5202	第7期
D5	おはようラジオ体操	岩瀬487-1　松戸中央公園	毎日 午前9時から午前9時30分	ラジオ体操	無料	直接会場へお越しください	080-5258-4296	第8期
D6	松平歌王会	松戸2166　平潟自治会館	毎週金曜 午後1時から午後3時	カラオケ	300円	事前にお問い合わせください	047-362-3772	第9期
D7	バーディ会	松戸2043　平潟公園	毎週日曜 午前9時から午前11時	グラウンドゴルフ	無料	事前にお問い合わせください	090-9684-3756	第9期
D8	なごみの会	松戸2166　平潟自治会館	毎週土曜 午前10時から正午	ストレッチ体操、盆踊りの練習	200円	直接会場へお越しください	047-364-5040	第9期
D9	まめの会	松戸1389-1　松戸市民会館	第2金曜 午前10時から11時	料理作り、会食	年間1,000円 月間600円	事前にお問い合わせください	090-2305-5971	第9期

元気応援くらぶ一覧(詳細)　全125団体（2026年11月20日現在）

本庁

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
D10	フレッシュ・シンガーズ	松戸1389-1　松戸市民会館	毎週①水曜、②金曜 ①午前10時から午後1時 ②午後2時から午後4時	コーラスの練習、出張音楽会	月間1,500円	事前にお問い合わせください	070-3535-1546	第9期
D11	松戸ミニテニスを楽しむ会	松戸594-7　柿ノ木台公園体育館	毎週月曜 午後1時から午後3時	ミニテニス	月間500円	直接会場へお越しください	047-369-3488	第9期
D12	気ままクラブ	松戸1142-3　松戸市中央公園庭球場	毎週火曜 午前9時から午後1時	硬式テニス	入会費500円 年会費500円	事前にお問い合わせください	047-361-6016	第10期
D13	小山第一木の花会　体操クラブ	小山97-8　小山集会所	毎月第2月曜 午前10時から正午	主に椅子に座りながらする運動	無料	直接会場へお越しください	090-4056-4325	第10期
D14	松盆会	本町14-10　男女共同参画センターゆうまつど　または　松戸1389-1　松戸市民会館	毎週木曜 午後1時から午後3時	盆踊りの練習（健康推進や施設訪問、ボランティア活動による生きがいづくり）	6ヶ月1000円	事前にお問い合わせください	047-346-8747	第10期
D15	健康体操もくれん	①松戸市松戸1389-1　松戸市民会館 ②松戸市根本8-11　松戸市勤労会館	毎週木曜 午前10時から正午	健康体操、親睦会	2,000円/月 入会金1,000円	事前にお問い合わせください	080-5671-0564	第11期

元気応援くらぶ一覧(詳細)　　全125団体（2026年11月20日現在）

矢切

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
E1	矢切元気体操と歌う会	①下矢切332　矢切神社会館1階 ②三矢小台3-19-2　スナック「フルフル」	①第1・第3土曜 午前10時から午前11時 ②第2・第4水曜 午後1時30分から午後3時30分	①元気体操（矢切神社をメイン会場にその他２箇所の自治会会場にも配信しオンライン体操を実施） ②歌う会（思い出の歌、新しい歌への挑戦など思いっきり歌えばスッキリ！参加者同志楽しく過ごすよう工夫。１０名までは３曲歌唱を保障、１０名以上の場合１人２曲となる場合あり。）	①200円（個人）、1000円（自治会など団体参加） ②500円	直接会場へお越しください	090-7234-2795	第2期
E2	サロンわたし	上矢切299-1　総合福祉会館2階第3ボランティア室	第1月曜 午後1時30分から午後3時（15分程延長する場合あり）	口腔体操、ピアノに合わせて皆で歌いましょう、唄でクイズ、レクリエーション体操（ゲームを含む）　など	無料	直接会場へお越しください	047-710-6025（矢切包括支援センター）	第3期
E3	コミニュティカフェ「えんがわ」	上矢切293　上矢切第2町会集会所	不定期 午後1時30分から午後3時30分	介護予防体操、脳トレ、ゲーム、歌、講話　など	200円	事前にお問い合わせください	090-9848-8231	第4期
E4	健康マージャン・パイクラブ柿ノ木	上矢切299-1　まつど市民活動サポートセンター 大会議室A または 松戸市社会福祉協議会　ボランティア室	毎週月曜 正午から午後5時	健康麻雀、脳トレ体操（10分間）	月間500円 入会金1,000円	事前にお問い合わせください	047-368-6758	第4期
E5	矢切健康づくりグループ	上矢切299-1　総合福祉会館 4階ホール	毎週木曜 午前10時から正午	ラジオ体操、健康体操、脳トレ他	年間1,200円	事前にお問い合わせください	070-4725-9201	第4期
E6	矢切ノルディックウォーキングクラブ	上矢切168-5 矢切富士見公園	毎月第4土曜日 午前10時から正午	ノルディックウォーキング	500円	事前にお問い合わせください	090-8772-0564	第5期
E7	イキイキ運動矢切教室	上矢切299-1　まつど市民活動サポートセンター　多目的ホール	毎週月曜 午前10時15分から午前11時30分	ストレッチ、口腔ケア、筋トレ、脳トレ、リズム運動、レクリエーション	2,000円/月2回 2,500円/月3回 3,000円/月4回 ※初回無料	事前にお問い合わせください	04-7192-1759	第5期

元気応援くらぶ一覧(詳細)　全125団体（2026年11月20日現在）

矢切

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
E８	松戸音楽活動同好会	上矢切299-1総合福祉会館3階 矢切公民館ホール （他にまつど市民活動サポートセンターなど）	毎週金曜 午前10時から正午または 午後1時から午後3時	皆で仲良く楽しく元気にをモットーに合唱を主とした地域活動を行い部員たちの生き甲斐と仲間作り及び健康作りに寄与する	900円/月4回	事前にお問い合わせください	047-365-5236	第6期
E9	ステップK	上矢切299-1	毎週火曜 午前9時30分から午前11時30分	「スクエアステップ」用のマットを使用した転倒予防運動	年間1,000円	事前にお問い合わせください	047-362-5746	第7期
E10	上一グランド	上矢切163　矢切が丘公園 または、上矢切168-5　矢切富士見公園	毎週木曜 午前9時30分から午前11時30分(雨天、荒天中止、臨時の中止あり)	グランドゴルフ、モルック	無料(但し、自主開催の親睦大会への参加費徴収することあり)	事前にお問い合わせください	047-364-4547	第8期
E11	クローバーの会	松戸市上矢切239の2	毎週金曜 午前9時45分から午前11時15分 午後1時30分から午後3時	歌唱、ハンドベル、回想法を用いた音楽療法、手遊び	無料	事前にお問い合わせください	047-363-7517	第8期
E12	KYB体操クラブ	上矢切299-1　まつど市民活動サポートセンター	毎週木曜 午前11時から午後1時	健康体操、リズム・ボール体操、脳トレ	月2,000円	事前にお問い合わせください	047-362-4875	第9期
E13	松戸シニアアンサンブル“アモーレ”	上矢切299-1 まつど市民活動サポートセンターまたは、矢切公民館	毎週月曜 午前9時から午後1時	器楽合奏を楽しみながら会員相互の交流・親睦を深めるとともに、定期演奏会や訪問演奏等により市民文化の振興や社会福祉活動に努める	月間4,000円 入会金1,000円	事前にお問い合わせください	047−385-6324	第10期
E14	さくら草	上矢切140（高橋教室）	第2月曜、第2・3・4金曜 午前10時から正午	活舌運動、コーラス、茶話会、ウォーキング	無料	事前にお問い合わせください	047−362-5746又は090-7630-1749	第10期
E15	健康卓球サークル	上矢切299-1　総合福祉会館	毎週木曜 午前10時から正午	ラリーメインの卓球	無料	事前にお問い合わせください	090-7210-1014	第11期
E16	矢切レクリエーションクラブ	松戸市上矢切299-1　矢切公民館４階ホール	毎週火曜　午後1時から午後3時または午後3時から午後4時30分	健康体操（ストレッチ、脳トレ、筋トレ、リズム運動等）を実施。フレイル予防と健康寿命の向上を目指して活動。	2,000円/月 入会金1,000円	事前にお問い合わせください	047-392-2378 090-4619-3817	第11期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

東部

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
F1	すこやかライフ	二十世紀が丘中松町2 二十世紀が丘市民センター ※会場の都合により変更有	毎週金曜 午後1時から午後3時	身体の歪みを改善させるゴムバンド運動	500円（初回体験無料）	事前にお問い合わせください	090-7178-3545	第1期
F2	ＮＰＯ法人アイギス	高塚新田494-13①10号棟103 ②7号棟1階（梨香台団地集会所）	①第2・4日曜 午前10時から午後12時30分 ②毎週土曜 午前10時から午後12時30分	①腰痛・膝痛・認知症予防、元気体操教室 ②サロン	150円 第2・4（日）のみ	直接会場へお越しください	047-392-3164 080-1155-8754	第2期
F3	手あみの里	高塚新田494-13　梨香台団地10-103	毎週火曜 午前10時から午後12時30分	手あみ、手芸（袋物）	無料	事前にお問い合わせください	047-315-3207	第4期
F4	南山カフェ	河原塚165-7　河原塚南山自治会館	毎週木曜 午後1時から午後3時	①毎週木曜日／サロン（会話、雑談）、歌、ゲーム、講話等 ②原則第5木曜日／「男カフェ」（男性がシェフとして食事を作り提供）	100円(イベント時は別途徴収)	直接会場へお越しください ※自治会員以外は事前にお問い合わせください	090-3470-6520	第4期
F5	オカリナ茜	高塚新田128-8　松戸愛光園 高塚新田494-9　東部市民センター 梨香台団地集会室	毎月第1～3土曜 午前10時から正午	オカリナ演奏及び発表	月3000円(別途会場費)	直接会場へお越しください	047-391-2056	第5期
F6	20世紀が丘・健康マージャンクラブ	二十世紀が丘中松町2 二十世紀が丘市民センター ながいき室	毎週水曜・金曜 午後1時から午後4時30分	健康マージャン	月200円（入会費1000円）	直接会場へお越しください	047-391-1459	第7期
F7	まちの談話室	大橋1102 坂の下うきうきハウス	①毎週月曜　午後1時から午後5時 ②第2・4水曜　午後1時から午後3時 ③第1または第3水曜　午後1時から午後3時 ④第2または第3木曜　午前10時から午前11時	①健康麻雀 ②ときめきメロディサロン ③カラオケ ④太極拳	①月200円 ②1回200円 ③無料 ④1回100円	事前にお問い合わせください	047-392-2618	第8期
F8	サンライズみまもり	高塚新田494-13 梨香台団地集会所(ラウンジ)	毎週火曜 午前10時から午前11時　午後3時から午後4時	健康体操、認知症予防、見守り活動 団地内・近隣の方々に声掛けをする	無料	直接会場へお越しください	047-392-3164 080-1155-8754	第8期
F9	E仲間	高塚新田303-4 高塚新田スポーツ広場	毎週水曜・日曜 午前9時から正午	高齢者が広場で楽しめる軽スポーツ「グラウンドゴルフ」を地域の仲間と健康目的に活動	年間1,000円 入会金1,000円	直接会場へお越しください	047-391-5995	第11期

元気応援くらぶ一覧(詳細)　全125団体（2026年11月20日現在）

常盤平

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
G1	げんきかい？	牧の原1-193-6 八柱市民センター　和室	毎週金曜 午前10時から正午 （体操のみ午前11時から正午）	体操、合唱、朗読、その他	200円 ※体操は100円	事前にお問い合わせください	047-384-0804	第1期
G2	青春ポップス楽しい会	小金原6丁目6-2　小金原市民センター	毎週火曜 午後1時15分から午後2時45分	懐メロ（歌謡曲、童謡、抒情歌の歌唱、脳トレやリズム体操など）	500円	事前にお問い合わせください	070-6468-8201	第2期
G3	明尽苑元気サポートクラブ	金ヶ作296-1（特別養護老人ホーム明尽苑内）	毎週木曜 午後2時30分から午後4時30分	スポーツ吹き矢	100円	事前にお問い合わせください	現在休止中	第2期
G4	kinari元気くらぶ	金ヶ作419-2 テラス五香Ｃ号　コミュニティカフェChoshiYa内	毎週土曜 午後1時から午後4時	茶話会、ゲーム、折り紙、脳トレ、色鉛筆画など	300円	事前にお問い合わせください	047-386-2976	第2期
G6	コミュスポときわだいら	常盤平松葉町1-3　常盤平体育館	原則第3月曜 午後1時から午後3時	ボッチャ、風船バレーボール、ソフトバレーボール、クッブ	200円	事前にお問い合わせください	047-701-5350	第3期
G7	あるき隊	常盤平松葉町1-3　常盤平体育館（プレイルーム）	毎週金曜 午後1時30分から午後3時	ストレッチ、リズム体操、筋トレ	1回400円、月1,600円	直接会場へお越しください	047-388-0773	第3期
G8	河原塚ことぶき会　グラウンドゴルフの会	日暮4-6　日暮公園	毎週木曜 午前9時から午前11時	グラウンドゴルフ(練習や合宿、地域の試合に参加)	無料	事前にお問い合わせください	090-3470-6520	第4期
G9	てごころBodyBalance	常盤平5-11-36　五香ビル1階 （てごころBodyBlance）	毎週水曜 午前9時30分から午前11時	簡単な体操・ストレッチ、簡単な運動、マシン・ダンベル等簡単なトレーニング、マッサージ等施術、介護に関する相談、その他	200円	事前にお問い合わせください	047-393-8657	第10期
G10	大きな声で歌って元気「歌おう会」	常盤平3-30 常盤平市民センター	第1・３金曜 午前10時30分から午前11時30分	童謡・唱歌・歌謡曲をCDの音楽に合わせて全員で歌う	200円	事前にお問い合わせください	090-2667-0694	第10期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

常盤平

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
G11	あじさいの会	松戸市牧の原1-193-6 八柱市民センター	毎週月曜日または土曜日 午後1時から午後3時 または午後2時から午後4時	防災、レク、散歩、終活、整理、清掃、市民活動、会員の見守り、もの作り、子どもとふれあい	原則無料 ※内容によってある場合あり	事前にお問い合わせください	080-7733-0419	第10期
G12	もくれん会	松戸市金ケ作198-2 小暮コート	毎週金曜日 午前9時から午後1時	毎週金曜日、小暮コートに集まり、硬式テニスを楽しむ	毎月1,000円	事前にお問い合わせください ※60歳以上の男女、硬式テニス経験者歓迎	090-5430-7913	第10期
G13	フレンズクラブ	金ケ作254 （松戸テニス倶楽部）	毎週金曜日 午後1時から午後3時	テニス	2,000円/月	事前にお問い合わせください	047-383-1362	第10期
G14	ヨガ・ライフ	日暮7-344 （あつまーれ幸樹）	第2水曜・第4火曜 午前10時から午前11時	介護予防ヨガ	1回500円	事前にお問い合わせください	070-5459-3373	第10期
G15	クローバーくらぶ	千駄堀1420-3 （八景台町会集会所）	第1木曜 午前9時30分から午前11時30分	理学療法士指導による筋力低下予防体操（椅子に座り実施）・看護師来場時は血圧測定や健康相談を実施・その他お茶飲み、スマホ相談	1回200円	事前にお問い合わせください	090-9003-2094	第10期
G16	マムズ・ウェルネスクラブ	松戸市千駄堀269 21世紀の森と広場	第2、第4日曜 午前10時から正午	ノルディックウォーキングを主体にストレッチや筋力トレーニングを行います。２１世紀の森と広場で楽しく四季折々の風景の中でウォーキングをしています。イベントもあり嬉しい楽しいクラブです。	1回700円 ※別途、年1回スポーツ安全保険料1,350円	直接会場へお越しください	047-369-7920	第10期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

G17	フレッシュテニスクラブ	松戸市金ケ作189-2 小暮テニスコート	毎週月曜・木曜 午前9時から午後1時	テニスの基本練習及び試合	1回500円 別途年会費 10，000円	直接会場へお越しください	080-2039-6860	第11期
G18	月曜会テニス	松戸市金ケ作254 松戸テニス倶楽部	毎週月曜 午後1時から午後3時	テニスによる健康維持とコミュニケーション力向上	24,000円/年	事前にお問い合わせください	047-727-2311 （9～17時のみ）	第11期
G19	フリーダムテニスクラブ	松戸市常盤平3-27-1 金ケ作公園庭球場	①毎週月曜 午前9時から正午 ②第２木曜 午前10時から午後1時	テニス。第2木曜日は練習会。9月～12月まではMリーグの試合に参加。	1回500円（ビジター） 1,000円/月（入会金別途1,000円）	事前にお問い合わせください	047-389-6378 080-1082-0145	第11期
G20	みなずき会	松戸市金ケ作254-64 松戸テニス倶楽部	毎週月曜 午前10時から正午	硬式テニス	1,000円/月 ※3か月分前納 ※別途入会金 1,000円	事前にお問い合わせください	080-1174-0095	第11期
G21	牧の原元気体操の会	松戸市牧の原2-15 牧の原団地二街区集会所	第2土曜 午前10時から正午	専門知識を持った指導のもと、ゴムバンドを使用した筋トレや、認知課題と運動を同時に行う脳トレなどの活動を行う	1回100円	直接会場へお越しください	047-386-4639	第11期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

五香松飛台

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
H1	元山ガンバ	五香南2-25-7（スタジオガンバルーム）	①毎週火曜　午前10時から午後4時 ②毎週水曜　午後1時から午後4時	①健康マージャン ②体操	①800円 ②無料	直接会場へお越しください	090-2758-2307	第1期
H2	お元気サロン「ラ・サンテ」	五香西2-35-8　齋藤ビル1階「ラ・サンテ」	①第2・4月曜②第1・3火曜③第1・3水曜④第2・4木曜⑤第2・4金曜 午前10時から午後4時	①健康麻雀②書道教室と認知症予防等③折り紙④体操教室⑤おしゃべりサロン	100円	事前にお問い合わせください	047-385-2220（明尽苑）	第2期
H3	五香西集いのひろば	五香西2-40-10　もとやま会館	①第1・第3水曜、第2・第4金曜 午後1時から午後4時 ②第2・第4水曜 午後1時から午後4時	①麻雀 ②サロン（講話、健康体操、談話、歌、脳トレ、手芸、ゲーム等）	200円	直接会場へお越しください	047-387-5176	第3期
H4	ほっこり笑いヨガクラブ	五香7-5-21　五香公会堂	第2及び第4金曜日　午後1時から午後3時	笑いヨガ（笑いの健康体操と呼吸法を組み合わせた運動）	300円	事前にお問い合わせください	047-385-9311	第7期
H5	男のためのサロン　暮らし助け合いタイ	①五香2-35-5　五香市民センター ②松戸市千駄堀1489-35　ソレイユ倶楽部まつど	・奇数月　第2火曜　午後1時30分から午後3時30分 ・偶数月　第4日曜　午後1時30分から午後3時30分	・孤高な高齢男性1人1人が主役になり、役割を持ち生きがいを感じられる場所の提供。 ・当会会員である看護師による健康チェックや小話などシニア世代の介護予防に繋がる嬉しい情報も満載。 ・現在は参加者と一緒に「主役になれるイベント」を企画中（レコード鑑賞、健康体操、料理教室、映画鑑賞、落語、読書会、座禅、松戸市の歴史を学ぶ会、パステルアート、お金の話など） ・ちょっとした困りごとを周りの人が助け合う活動	300～1,000円/回 イベント内容や材料費によって異なる	直接会場へお越しください	080-5074-2936	第11期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

六実六高台

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
I1	思いやり体操教室	六高台3-77	第1、第3月曜 午前10時から午前11時	健康チェック、体操、ストレッチ、歌	無料	直接会場へお越しください	047-393-8934	第1期
I2	サンシルバー元気かい	六高台7-116（六高台サンハイツＢ棟集会所）	毎週日曜 午前10時から正午	健康体操、カラオケ、茶話会、ウォーキング、ゲーム、認知症、介護予防勉強会	100円	直接会場へお越しください	090-1041-7421	第2期
I3	介護予防元気倶楽部	六実3-20-12　デイサービス六実2Fリハビリ室	毎週月曜から金曜 午前10時から正午	体操倶楽部（毎週月曜～金曜） 地域食堂（毎月1回）	300円 入会金600円、年会費1,000円	直接会場にお越しいただいても、事前にご連絡をいただいても、どちらでも構いません	047-710-0058	第3期
I4	ひまわり体操教室	六実2-38-7	毎週火曜 午前9時から正午	健康体操	１回200円	事前にお問い合わせください	080-6780-3112	第6期
I5	めぐり体操	松戸市六実2-5-1　にじいろぱる松戸六実	毎週金曜　午後2時から午後4時	認知症予防、血流促進、ストレッチ、誤嚥予防、転倒予防体操、ゆる筋トレ、脳トレ（音楽レクリエーション他）、全身運動など	1回800円	事前にお問い合わせください	090-4757-5230	第7期
I6	むつみ会	六高台3-71 （六実市民センター）	毎月第3金曜 午前10時から午後1時	調理、街歩き、ロコモ予防体操 月1回、市民センターでの調理実習を基本とし、街歩きや会食等の親睦会を年2回計画し、活動している	1回500円	事前にお問い合わせください	090-6481-0964	第8期
I7	脳トレ健康麻雀	六実1-50-6	毎週火曜、土曜 午前9時30分から午後4時30分	麻雀というゲームを活用し指先・頭脳を使い認知症予防に役立てる	2時間500円 3時間700円	事前にお問い合わせください	090-2497-3836	第9期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

小金

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
J1	元気サロン二ツ木	二ツ木714-1グランメール101号室（二ツ木第二町会集会所）	第1・第2木曜 午後1時から午後3時30分	ストレッチ、ラミーキューブゲーム、健康マージャン、その他	無料	直接会場へお越しください	047-344-6618	第1期
J2	中金杉きくの会	中金杉1-23　中金杉青年館	①第1・第3金曜 午後2時から午後4時 ②第3火曜 午後1時30分から午後2時20分	①舞踊 ②グループホームにて舞踊	1時間1,200円	事前にお問い合わせください	047-343-0432	第2期
J3	和みのオアシス「あけぼの」	中金杉4-199-2 和みのオアシス「あけぼの」	毎週水曜・金曜 午前11時から午後2時	茶話会、指体操、手話ダンス、指圧法、情報交換	100円	直接会場へお越しください	現在休止中	第4期

元気応援くらぶ一覧(詳細)　　全125団体（2026年11月20日現在）

小金原

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
K1	小金原6-7元気くらぶ	①小金原6-7-19（小金原6-7会館） ②小金原6-2-13（リブレ京成小金原店2階）	①毎週火、金曜日　午後2時から午後4時 ②第2水曜日　午前10時30分から午前11時30分 ③第4水曜日　午前10時30分から午前11時30分	①歌いながら高齢者向け健康体操、脳トレ、ゲーム、合唱、その他 ②医歩体操 ③健康縁日（健康相談） ④ストレッチ体操・脳トレ ※年2回体力測定も実施	50円	直接会場へお越しください	047-342-7304	第1期
K2	リリッシュくらぶ	栗ケ沢789-1 （旭神経内科リハビリテーション病院内）	毎月第3火曜日 午後1時から午後3時	群読、群唱、ゲーム	無料	事前にお問い合わせください	047-384-3708	第6期
K3	ハイクラス太極拳	松戸市小金原6-10 (小金原公園)	毎日 午前6時05分から午前7時15分 ※雨の日を除く	ラジオ体操とスクワット　80回 陳式太極拳（練功18法、入門24式、総合48式）	無料	直接会場へお越しください	047-342-7003	第7期
K4	小金原　フラ・ハラサークル	①松戸市小金原6-10 (小金原公園) ②松戸市小金原6-4-1 （小金原体育館）	①毎日 午前6時45分から午前7時15分 ②毎週1回 正午から午後2時	フラダンス	無料	事前にお問い合わせください	047-345-5148	第7期
K5	ハツラツ太極拳	小金原6-7-19（小金原6-7会館）	毎週木曜日 午前9時から午前11時	ストレッチ 太極拳（①練功18法、②24式、③48式）	100円	直接会場へお越しください	047-342-7003	第7期
K6	「いまから」	小金原6-9コミュニティハウス1F	毎月第4土曜　午前10時から正午	おしゃべりカフェを基本型に。 ①住民同士の談笑・交流の場 ②映画・ライブ等の鑑賞 ③ヨガ・太極拳・TV体操・各種武術の試技 ④終活その他何でも相談室 ⑤趣味の教室各種 ⑥特別テーマ ※楽器演奏、健康体操が随時加わります。	100円	直接会場へお越いただいても、事前にお問い合せいただいても、どちらでも大丈夫です	090-4398-5425	第11期

元気応援くらぶ一覧(詳細)　全125団体（2026年11月20日現在）

新松戸

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
L1	アゼリア健康体操くらぶ	新松戸3-3-2　新松戸アゼリアパークハウス管理センター　2階大集会室	毎週木曜 Aコース　午前9時15分から午前10時30分 Bコース　午前10時45分から正午	筋トレ、ストレッチを中心とした健康づくり運動（セラバンド、ボール、ウェイト、タオルなどを使用）	300円	事前にお問い合わせください	事務局 047-341-3930	第1期
L2	悠々	新松戸3-28　松戸くらしの助っ人事務所内	毎週月曜から金曜（毎月開催日は異なる） 午前10時から午後4時	イベント（10種類以上）を開催し元気になれる場を提供	700円 ※くらしの助っ人会員の場合500円	事前にお問い合わせください	047-340-3314	第2期
L3	いってみよう・やってみよう会	新松戸6-168　新松戸6丁目会館	毎週水曜 午前10時から正午	脳活トレーニング、体操、茶話会、絵手紙作成、旅の話の会	300円(6丁目以外は500円)	事前にお問い合わせください	090-8507-8092	第2期
L4	どんぐり健康卓球会とその仲間	①新松戸5-179-1　松戸市市民交流会館（すまいる）体育館 ②新松戸南2-1　馬橋北小学校体育館	①毎週月・木曜日 午後1時から午後3時　※変更の場合あり ②毎週土曜日 午後3時から午後5時　※変更の場合あり	卓球	100円（卓球）	直接会場へお越しください	047-34１-0658	第2期
L5	Betty'sシニア英会話	新松戸3-327-1　コミュニティーサロン胡桃	毎週水曜 午前10時から正午	英会話　体操	3,200円/月(サロン使用料及びコピー代を含む)	直接会場へお越しください		第2期
L6	健康サークルstudioスパークジョイ	新松戸3-27　新松戸市民センター又は新松戸7-192-1　松戸市市民交流会館（すまいる）	第1・3水曜 午後2時から午後4時	スマホ勉強会（たまに健康体操や健康麻雀、季節のイベント、お誕生会）	300円	事前にお問い合わせください.できるだけメールでお願いします	047-345-7361 studio.spark.joy@gmail.com	第3期
L7	ホワイトハーブの会	栄町8-729-4「おれんじ・あい」 新松戸3-296　サンライトパストラル壱番街集会所　外	毎週火曜または木曜 午後1時から午後3時	ハーブの栽培・体験・勉強、体操	無料	事前にお問い合わせください	090-9833-8066	第4期
L8	サイクル☆ウォーキング五	新松戸7-63 サンライトパストラル五番街 D棟集会場前	第4土曜 午前9時から午前11時30分	サイクリング、ウォーキング	100円	グループとしての活動は休止中	047-343-2635	第4期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

新松戸

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
L9	壱番街・健康体操クラブ	新松戸3-296 サンライトパストラル壱番街集会所	第1・3から5水曜、第2金曜 午前10時から正午	メタボ予防・ロコモ予防・介護予防を目的とした体操	1,000円（月）	直接会場へお越しください	047-343-2839	第4期
L10	サン壱太極拳	新松戸3-296 サンライトパストラル壱番街集会所	毎週月曜 午前9時から午前11時 毎週木曜 午後7時から午後8時	太極拳	2000円（月）	事前にお問い合わせください	047-347-1880	第6期
L11	ミュージカルソー「ハロウィン」	新松戸6-65	第3日曜 午前10時から正午 午後1時から午後3時	ミュージカルソーの演奏と参加者の合唱	無料	※現在休止中	090-2755-5526 又は 047-348-7485	第7期
L12	ニコニコ笑いヨガ	①松戸市新松戸3丁目27-27（新松戸市民センター） ②松戸市西馬橋蔵元町177（馬橋市民センター） ③松戸市馬橋1854-3（馬橋東市民センター）	①第1・3・5水曜 ②第2・4水曜 ③第3金曜 時間はいずれも午後1時30分から午後2時50分	・笑いヨガで、健康体操（呼吸の笑トレ、ストレッチの笑トレ、体力アップ、ストレス解消等） ・脳トレ、フレイル体操 ・タオル体操、歌、ゲーム、転倒予防、介護予防	500円	事前にお問い合わせください	080-6742-1150	第10期
L13	グリーンクラブ	①新松戸7-192-1　松戸市市民交流会館 ②小金原6-4　小金原体育館他	毎週火・木曜日 午後1時から午後3時	卓球	2,000円/月 入会金3,000円	事前にお問い合わせください	080-3473-4068	第10期

元気応援くらぶ一覧(詳細)　　全125団体（2026年11月20日現在）

馬橋西

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
M1	こみか元気くらぶ	西馬橋相川町124	毎週火曜 午前10時から正午	お口の体操、指のヨガ、脳トレ、合唱、クイズ、ゲーム他	100円	直接会場へお越しください	047-312-0124	第1期
M2	ユーカリ・ステップアップ健康体操クラブ	新松戸南2-25　ユーカリパーク集会室	毎週水曜 午後1時30分から午後3時30分	健康寿命延伸のための体操	300円	直接会場にお越しください	047-345-0766	第5期
M3	あいみる	西馬橋5-32　虹の街町会会館	毎週木曜 午前10時から正午	介護予防のための体操や脳トレ等	1回100円	事前にお問い合わせください	047-346-8747 miyuki.y102230@gmail.com	第9期
M4	元気応援くらぶ おあしす	松戸市西馬橋1-14-4（元埼玉屋の建物）	①毎週火曜・木曜 午前の部　午前10時から午後1時 午後の部　午後1時から午後4時 ②毎月第2・第4金曜　午後1時から午後4時	①認知症予防や介護予防のための健康麻雀 ②「みんなのおあしす」脳トレ、手芸、茶話会ほか何でも。	会場利用料として ・午前午後いずれかのみの参加：300円 ・午前午後通しでの参加：500円	直接会場にお越しください	047-711-9430	第10期

元気応援くらぶ一覧(詳細)

全125団体（2026年11月20日現在）

馬橋

	くらぶ名	場所	日時	活動内容	利用料	利用方法	連絡先	備考
N1	いきがいクラブ	中根517 ㈲元気介護支援サービス わいわい豊夢内	毎週土曜 午後1時30分から午後4時	脳活性化問題の実施、ラジオ体操、体操器具（バイク、ウォーキングマシン、ステッパー他）による体操、茶話会	300円 入会金200円	現在休止中	047-368-1477	第3期
N2	通いレク くらしのリズム	オンライン（Zoom）	不定期	Zoomミーティングで生活や健康、ライフデザインについて勉強会、参加者同士の近況報告	無料	事前にお問い合わせください	090-4432-2596	第3期
N3	つどいの場「結」	松戸市八ケ崎2-36-1 八ケ崎会館	第2、第4水曜 午前10時から午後5時	ストレッチ体操（Youtube体操）、手芸、健康麻雀、囲碁、将棋、百人一首、トランプなどのカードゲーム、福祉・スマホ相談	1回100円	直接会場にお越しください	047-345-3512	第11期