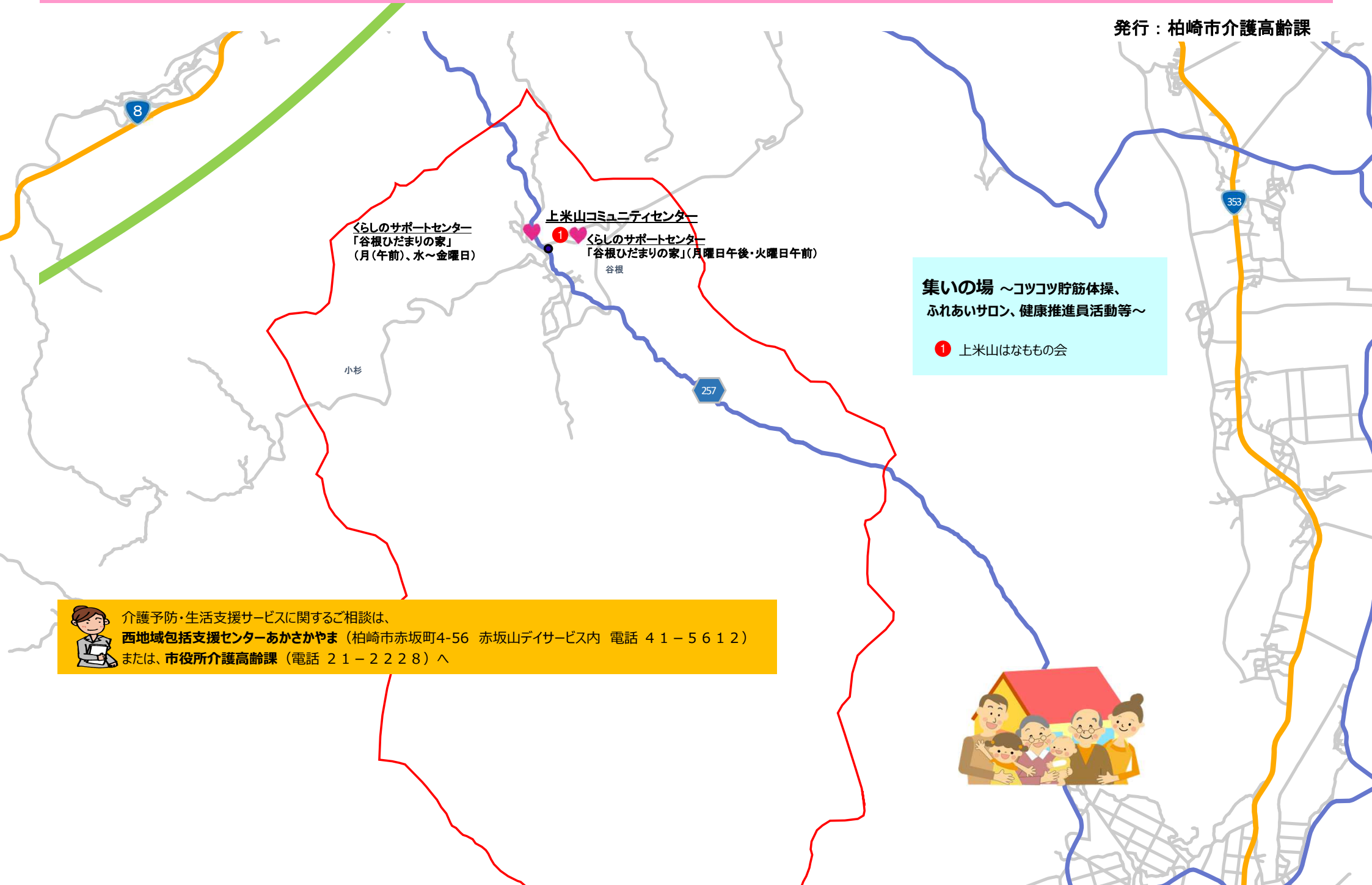


# <介護予防・生活支援> 地域資源マップ【上米山地区】

※活動内容等の詳細は、介護予防・生活支援サービスの一覧表をご参照ください。

発行：柏崎市介護高齢課



介護予防・生活支援サービスに関するご相談は、  
西地域包括支援センターあかさかやま (柏崎市赤坂町4-56 赤坂山デイサービス内 電話 41-5612)  
または、市役所介護高齢課 (電話 21-2228) へ



## 介護予防・生活支援サービスの一覧表 【上米山地区】

活動種別	団体名	町内会等	会場（住所）	開催日・回数	開催時間	料金	対象／備考	連絡先
コツコツ貯筋体操 &ふれあいサロン	①上米山はなももの会	上米山全域	上米山コミュニティセンター (谷根3232番地3)	毎週 木曜日 コツコツ	10:00~11:30		地区高齢者	コツコツ 介護高齢課 地域包括支援係 ☎43-9125
				サロン	10:00~11:00	100円		サロン 柏崎市社会福祉協議会 ☎22-1411
くらしのサポートセンター	♥ 谷根ひだまりの家	上米山全域	谷根診療所 (谷根3256番地1)	月曜日（午前） 水～金曜日	概ね 9:00~12:00 9:00~15:00	利用料：250円/1回	利用時間中にコツコツを実施 ※開催日、時間、料金等変更の可能性が有る為要確認	介護高齢課 地域包括支援係 ☎43-9125
			上米山コミュニティセンター (谷根3232番地3)	月曜日（午後） 火曜日（午前）	概ね 13:30~15:00 9:00~12:00			
コミュニティセンター活動	こだまの会	上米山全域	上米山コミュニティセンター (谷根3232番地3)	年5回程度	おたよりで周知	おたよりで周知	地区住民	上米山コミュニティセンター ☎26-2516