

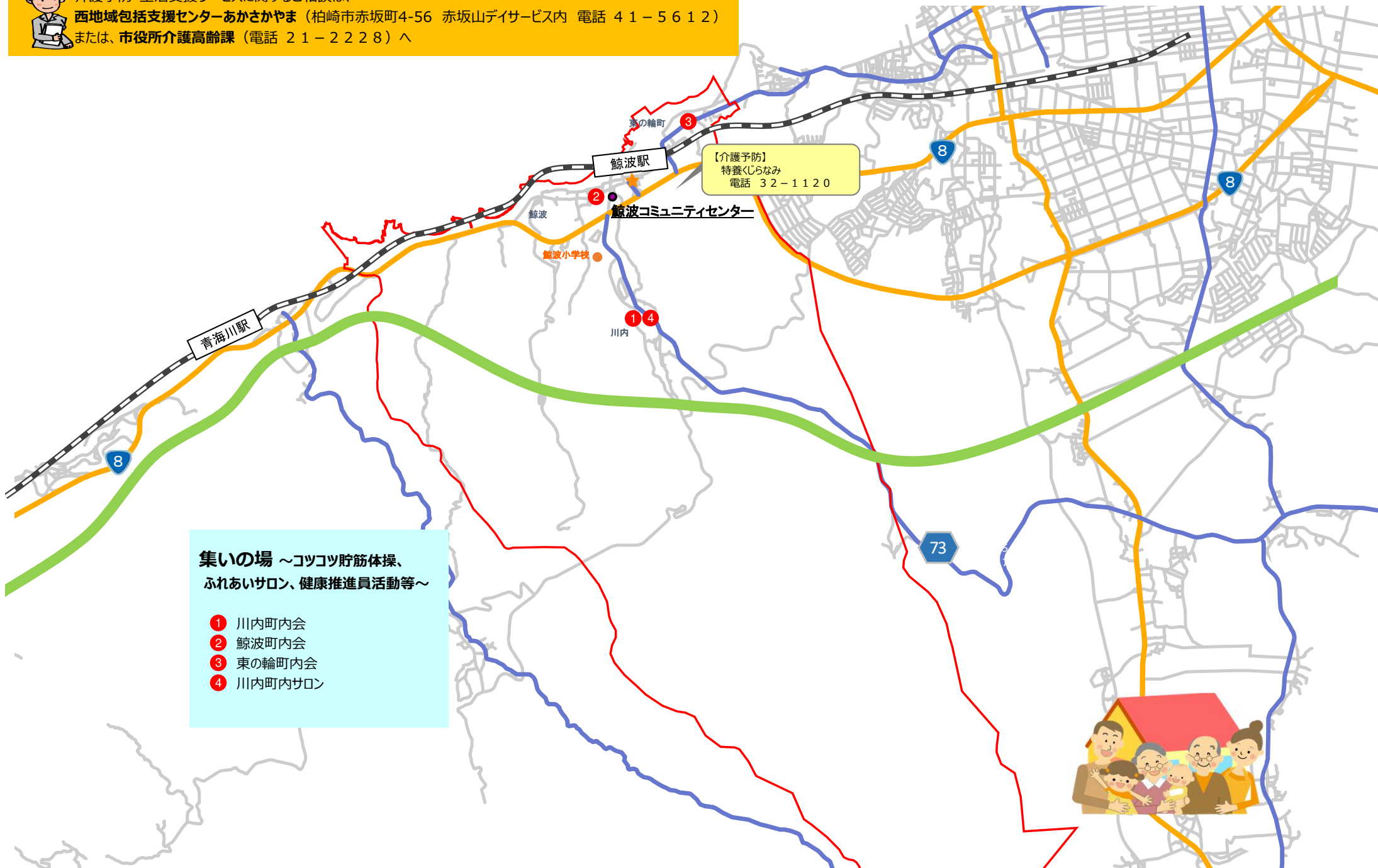
<介護予防・生活支援> 地域資源マップ【鯨波地区】

※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



集いの場 ～コツコツ貯筋体操、
ふれあいサロン、健康推進員活動等～

- ① 川内町内会
- ② 鯨波町内会
- ③ 東の輪町内会
- ④ 川内町内サロン

介護予防・生活支援サービスの一覧表 【鯨波地区】

| 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 | ① 川内町内会 | 川内 | 川内公会堂 （川内入口バス停前） | 毎週 火曜日 | 13：30～14：30 | | 町内住民 | 介護高齢課 地域包括支援係 ☎ 43-9125 |
| | ② 鯨波町内会 | 鯨波 | 鯨波町内会館 （鯨波2-4-54） | 毎週 火曜日 | 9：30～10：30 | | 町内住民 | |
| | ③ 東の輪町内会 | 東の輪 | 東の輪町公会堂 （東の輪4-18） | 毎週 月曜日 | 9：30～10：30 | | 高齢者 | |
| ふれあいサロン | ④ 川内ふれあいサロン | 川内 | 川内公会堂 （鯨波1143付近） | 毎月 第3木曜日 （4月～12月） | 13：30～15：30 | | | 柏崎市社会福祉協議会 ☎ 22-1411 |
| コミュニティセンター活動 | 環境部会 環境整備美化活動 | 鯨波全域 | 鯨波コミュニティセンター （鯨波2-4-50） | 4月～10月・3月 | 9：30～12：00 | | | 鯨波コミュニティセンター ☎ 22-7174 |
| コミュニティセンター サークル | 卓好会 | 鯨波全域 | | 毎週 月・火・木・金曜日 | 13：00～16：00 | | | |
| | 茶道サークル | | | 月2回 | 19：30～21：30 | | | |
| | サットサンガ（ヨガ） | | | 毎週 土曜日 | 10：00～11：00 | | | |
| | 和紙の会（ちぎり絵） | | | 月1回 第3土曜日 | 13：00～17：00 | | | |