



## 介護予防・生活支援サービスの一覧表 【松波地区】

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 松波健康貯筋クラブ	松波全域	1丁目：松波会館 (松波1-4-24)	毎週火・金曜日 ※金曜日は男性	10:00～11:00		町民全員	介護高齢課 地域包括支援係 ☎43-9125		
			2丁目：松波コミュニティセンター (松波2-17-3)	毎週 水曜日	10:00～11:00		町民全員			
			3丁目：松波町住宅集会所 (松波3-6-21)	毎週 木曜日	10:00～11:00		町民全員			
			4丁目：松波町内会4丁目集会所 (松波4-3-53)	毎週 木曜日	10:00～11:00		町民全員			
くらしのサポートセンター	♥ 松波すず風の家	松波全域	松波会館 (松波1-4-24)	月曜日	概ね 9:00～15:00	300円/1日 200円/半日 100円/金曜日	※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		
			松波町内会4丁目集会所 (松波4-3-53)	火曜日						
			松波住宅集会所 (松波3-6-21)	水曜日						
			松波コミュニティセンター (松波2-17-3)	木曜日 金曜日（午後）	13:00～15:00					
コミュニティセンター サークル	卓球部	松波全域	松波コミュニティセンター (松波2-17-3)	毎週 火・土曜日	9:30～11:30			松波コミュニティセンター ☎22-4352		
	ラケットテニス部			毎週 火曜日	19:30～21:30					
	民謡唄教室			毎月 第1・3火曜日	13:30～15:30					
	ニコニコ3B体操			第1～3木曜日	13:30～14:30					
	よつばの会（手芸）			毎週 火曜日	13:00～16:30					
	舞姫P I N E W A V E			毎週 土曜日	10:00～12:00					
	ソフトバレー			毎週 月曜日	13:00～16:30					
	シニアストレッチ貯筋サークル			毎週 木曜日	10:00～11:15				500円/1回	
	コミュニティセンター活動			健康麻雀教室	毎週 金曜日				13:30～16:00	200円
				松波つなぐ会	月1回程度				概ね10:00～11:00	