

<介護予防・生活支援> 地域資源マップ【別侯地区】

※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



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 久米生きいきサロン
- ② 細越いきいきサロン
- ③ 水上生きいきサロン

老人クラブ活動 老

(久米) 久米友愛クラブ
(水上) 水上悠生会

介護予防・生活支援サービスに関するご相談は、
南地域包括支援センター（柏崎市佐水3140 いこいの里内 電話 31-4515）
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 【別俣地区】

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
ふれあいサロン	① 久米生きいきサロン	久米	久米公会堂 (久米2008)	毎月 第2木曜日	9:00~11:00	200円		柏崎市社会福祉協議会 ☎ 22-1411
	② 細越いきいきサロン	細越	細越公会堂 (細越211)	毎月 第3木曜日	13:30~15:30	50円		
	③ 水上生きいきサロン	水上	水上林業会館 (水上194-1)	毎月 第2水曜日	9:00~11:30	100円		
くらしのサポートセンター	♥ 別俣の郷	別俣全域	水上林業会館 (水上194-1)	毎週火~木曜日 第1・3金曜日 第2金曜日（男性 利用日）	概ね 9:00~15:00 9:00~15:00 9:00~11:45	会 員 300円/1日 準会員 100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
			別俣コミュニティセンター (大字久米1089-2)	第1月曜日 第4金曜日	概ね 9:00~10:30 9:00~11:45			
老人クラブ	👴 久米友愛クラブ	久米						柏崎市社会福祉協議会 ☎ 22-1411
	👴 水上悠生会	水上						
コミュニティセンター活動	マレットゴルフ	別俣全域	別俣コミュニティセンター (大字久米1089-2)	週2回				別俣コミュニティセンター ☎ 29-2403