

# <介護予防・生活支援> 地域資源マップ【 枇杷島地区 】

※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 城東コツコツ体操
- 2 関町町内会
- 3 穂波町町内会
- 4 宮場町健康作りの会
- 5 柳橋町町内会
- 6 ももの木かしわざき
- 7 デイサービスセンターつばめ
- 8 (株)セガリオン 笑いの花
- 9 田中町内会 (コツコツ貯筋体操)
- 10 関町いきいきサロン
- 11 穂波町いきいきふれあいサロン
- 12 城東地域の茶の間
- 13 ももの木かしわざき

## 老人クラブ活動 老

(城東) 城東明生会



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 3 1 4 0 いこいの里内 電話 3 1 - 4 5 1 5)  
または、市役所介護高齢課 (電話 2 1 - 2 2 2 8) へ

## 介護予防・生活支援サービスの一覧表 【枇杷島地区】

| 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 城東コツコツ体操       | 城東    | 城東集会所<br>(城東2-3-2)         | 毎週 土曜日         | 9:20~10:10                |                        | 地区高齢者   | コツコツ<br>介護高齢課<br>地域包括支援係<br>☎43-9125 |
|                      | ② 関町町内会          | 関町    | 関町会館<br>(関町4-34)           | 毎週 水曜日         | 9:30~10:30                |                        | 概ね65歳以上の<br>町民  |                                      |
|                      | ③ 穂波町町内会         | 穂波町   | 穂波会館<br>(穂波町3-32)          | 毎週 水曜日         | 9:00~10:00<br>10:00~11:00 |                        | 町内会員  |                                      |
|                      | ④ 宮場町健康作りの会      | 宮場    | 宮場町ふれあい会館<br>(宮場11-11)     | 毎週 火曜日         | 9:00~10:30                |                        | 健康作りの会会員  |                                      |
|                      | ⑤ 柳橋町町内会         | 柳橋町   | 柳橋会館<br>(柳橋町3-50)          | 毎週 火・金曜日       | 13:30~14:30               |                        | 町内住民  |                                      |
|                      | ⑥ ももの木かしわざき      |       | ももの木かしわざき<br>(元城町1-46)     | 毎週 水曜日         | 14:00~15:00               |                        | 小規模多機能利用者   |                                      |
|                      | ⑦ デイサービスセンターつばめ  |       | デイサービスつばめ<br>(元城町1-46)     | 月~土曜日          | 14:00~14:20               |                        | デイサービス利用者   |                                      |
|                      | ⑧ (株)セガリオン 笑いの花  |       | (株)セガリオン 笑いの花<br>(田中8-6)   | 月~土曜日 (不定期)    | 不定期                       |                        | デイサービス利用者   |                                      |
| コツコツ貯筋体操<br>&ふれあいサロン | ⑨ 田中町町内会         | 田中    | 田中集会所<br>(田中10-21)         | コツコツ<br>毎週 水曜日 | 10:00~11:00               |                        | 町内会員  | サロン<br>柏崎市社会福祉協議会<br>☎22-1411        |
|                      |                  |       |                            | サロン<br>毎週 水曜日  | 10:00~11:20               |                        |   |                                      |
| ふれあいサロン              | ⑩ 関町いきいきサロン      | 関町    | 関町会館<br>(関町4-34)           | 毎週 水曜日         | 9:30~10:30                |                        | 柏崎市社会福祉協議会<br>☎22-1411                                    |                                      |
|                      | ⑪ 穂波町いきいきふれあいサロン | 穂波町   | 穂波会館<br>(穂波町3-32)          | 毎月 第3水曜日       | 9:00~11:30                |                        |   |                                      |
|                      | ⑫ 城東地域の茶の間       | 城東    | 城東集会所<br>(城東2-3-2)         | 毎月25日          | 10:00~11:30               | 200円                   |   |                                      |
| ✳️オレンジカフェ            | ⑬ ももの木かしわざき      |       | ももの木かしわざき<br>(元城町1-46)     | 不定期            |                           |                        | 市民  | ももの木かしわざき<br>☎35-7161                |
| くらしのサポートセンター         | ♥️ びわの家          | 枇杷島全域 | 枇杷島コミュニティセンター<br>(宮場町12-8) | 毎週 月・火・金曜日     | 概ね<br>9:00~15:00          | 500円/1回<br>昼食なし200円/1回 | 利用時間中にコツコツ<br>を実施<br><br>※開催日、時間、料金等<br>変更の可能性が有る為要<br>確認 | 介護高齢課<br>地域包括支援係<br>☎43-9125         |
|                      |                  |       | 幸町会館                       | 毎週 木曜日         | 概ね<br>9:00~12:00          |                        |   |                                      |
| 老人クラブ                | 👴 城東明生会          | 城東    |                            |                |                           |                        |   | 柏崎市社会福祉協議会<br>☎22-1411               |
| コミュニティセンター活動         | ハツラツ筋トレ教室        | 枇杷島全域 | 枇杷島コミュニティセンター<br>(宮場町12-8) | 毎週 金曜日         | 10:00~11:00               |                        | 地区住民  | 枇杷島コミュニティセンター<br>☎24-7449            |
|                      | 仕事帰りのストレッチ       | 枇杷島全域 | 枇杷島コミュニティセンター<br>(宮場町12-8) | 毎月 第2・第4木曜日    | 19:00~20:00               |                        |   |                                      |

✳️オレンジカフェとは、近所にあるカフェのようにお茶を楽しみながら、地域の方々やご家族が集まり、介護や悩みの疑問を相談したり、情報交換をしたり、交流を図る場です✳️