

<介護予防・生活支援> 地域資源マップ【北鯖石地区】

※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、
中地域包括支援センター（柏崎市松美二丁目2番41号 電話 24-6715）
または、**市役所介護高齢課**（電話 21-2228）へ

老人クラブ活動 老

（畔屋）畔屋百寿会
（下藤井）下藤井むつみ会
（上藤井）上藤井老人クラブ藤美会
（中田）中田長栄会

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 暮らしスポ（暮らしの中にスポーツを）
- ② 与三たんぽぽ会
- ③ 中田遊びリテーション
- ④ 畔屋「ようんかい」
- ⑤ 上藤井老人クラブ藤美会
- ⑥ 枝さん家分家
- ⑦ えがお会



介護予防・生活支援サービスの一覧表 【北鯖石地区】

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 ①暮らしスポ （暮らしの中にスポーツを） ②暮らしスポ式	北鯖石全域	北鯖石コミュニティセンター 体育館 （中田2295-1）	毎週 水曜日 毎月 第1・3金曜日	13：30～14：30 13：30～14：30		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 柏崎市社会福祉協議会 ☎22－1411
コツコツ貯筋体操 &ふれあいサロン	② 与三たんぼぼ会	与三	与三ふれあいセンター （与三1067）	毎月 第2・4金曜日	コツコツ 9：30～10：30		町内会員	
				毎月 第2・4金曜日 毎月2回	サロン 9：30～10：30			
	③ 中田遊びりテーション	中田	中田集会所 （中田2287）	毎月 第2・4木曜日	コツコツ 9：30～11：30		地区高齢者	
				毎月 第2・4木曜日	サロン 9：30～11：30			
コツコツ貯筋体操 &ふれあいサロン &健康推進員活動	④ 畔屋「よらんかい」	畔屋	畔屋公会堂 （畔屋461）	コツコツ 毎月 第3火曜日	コツコツ 4～10月、2～3月 10：00～12：00 11～12月 9：30～12：00		町内住民	
				サロン 毎月第3火曜日	サロン 10：00～12：00		利用時間中にコツコ ツを実施	
コツコツ貯筋体操 &老人クラブ	⑤ 上藤井老人クラブ藤美会	上藤井	上藤井集落開発センター （藤井8305）	毎月 第1・3月曜日	9：00～10：00		上藤井老人クラブ 会員	
ふれあいサロン	⑥ 枝さん家分家	下藤井	下藤井開発センター （藤井7352-1）	毎月 第3火曜日	9：30～11：30	100円		柏崎市社会福祉協議会 ☎22－1411
	⑦ えがお会	上藤井	上藤井集落開発センター （藤井8305）	毎月 第3月曜日	9：00～10：45	100円		
くらしのサポートセンター	♥ 北鯖石いつわ	北鯖石全域	与三ふれあいセンター （与三1067）	月曜日	女性 9：00～12：00 男性 13：00～15：00	200円もしくは300 円/1回 ※要確認	利用時間中にコツコ ツを実施 （10：30～11： 10） ※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
			中田集会場 （中田2287）	火曜日				
			下藤井集落開発センター （藤井7352-1）	水曜日				
			上藤井集落開発センター （藤井8305）	木曜日				
			畔屋公会堂 （畔屋461）	金曜日				
老人クラブ	老 畔屋百寿会	畔屋						柏崎市社会福祉協議会 ☎22－1411
	老 下藤井むつみ会	下藤井						
	老 上藤井老人クラブ藤美会	上藤井						
	老 中田長栄会	中田						