

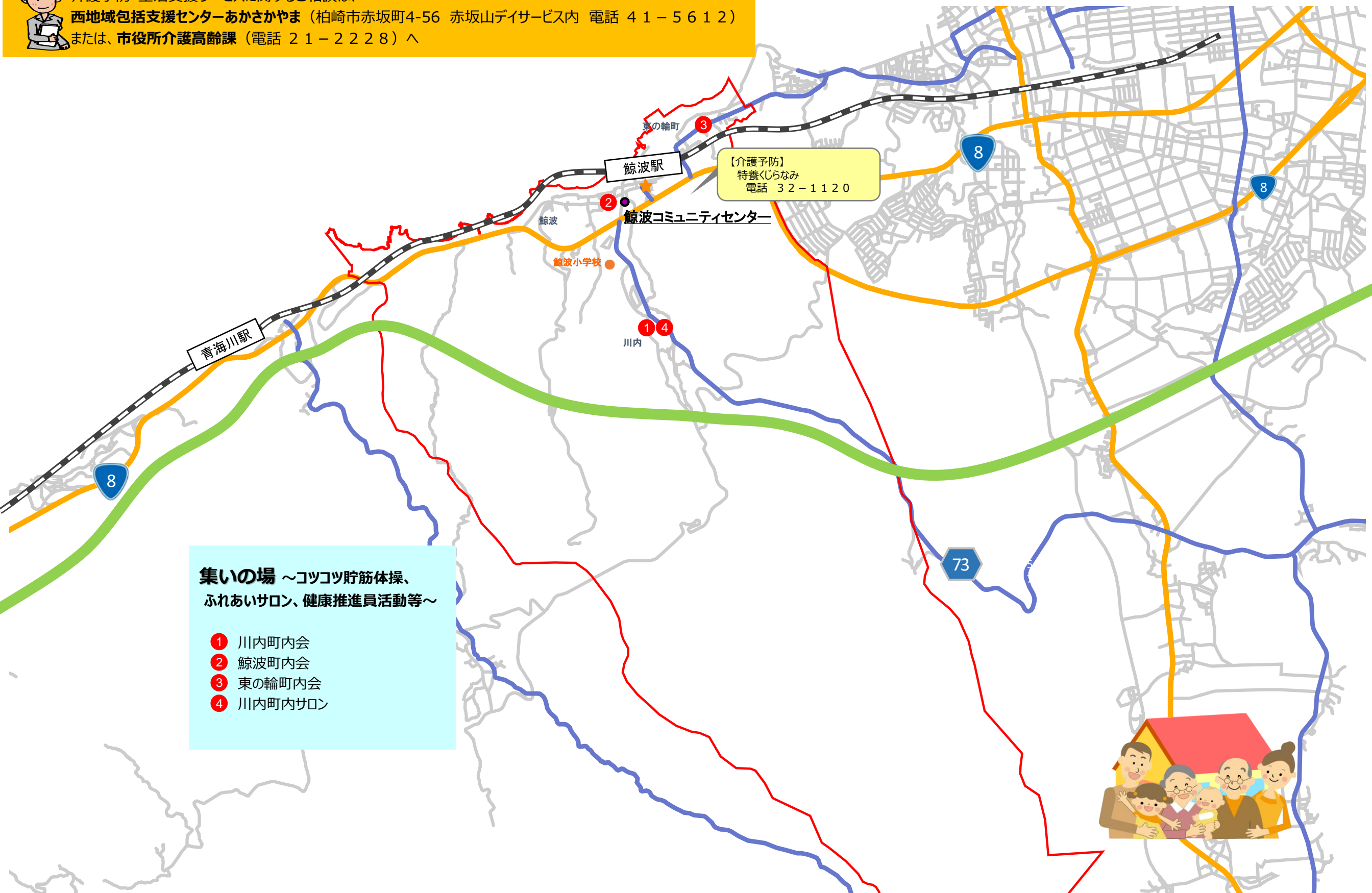
# <介護予防・生活支援> 地域資源マップ【鯨波地区】

※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 （鯨波1143付近）	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2-52）	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			
	囲碁愛好会			毎月 第1・第3土曜日	13：00～17：00			
	茶道サークル			月2回	19：30～21：30			
	大正琴サークル			毎週 金曜日	9：30～11：00			
	サットサンガ（ヨガ）			毎週 火曜日	19：30～20：30			
	和紙の会（ちぎり絵）			月1回 第3土曜日	13：00～17：00			
	俳句の会			月1回	9：30～11：30			