

<介護予防・生活支援> 地域資源マップ【南部地区】

※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 南部なかよし体操くらぶ
- ② 妙法寺
- ③ 五日市町内会
- ④ 北野おりづるの会
- ⑤ 大坪コツコツ体操
- ⑥ なかよし体操(南部ボプラの会)
- ⑦ ゆるっとフィットの輪

【介護予防】
西山町いきいき館
電話 31-6100



介護予防・生活支援サービスに関するご相談は、
北地域包括支援センターにしま
(柏崎市西山町坂田361番地11 JAえちご中越西山プラザ内 電話 47-7424)
または、**市役所介護高齢課**(電話 43-9125)へ

本マップは令和8(2026)年7月時点の情報をもとに作成いたしました。記載の内容は変更する場合があります。市ホームページ(<http://www.city.kashiwazaki.lg.jp>)でもご覧いただけます。

介護予防・生活支援サービスの一覧表【南部地区】

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 南部なかよし体操くらぶ	南部全域	南部コミュニティセンター （西山町北野1314）	毎週 火曜日	10：00～11：00		地域住民	介護高齢課 地域包括支援係 ☎ 4 3－9 1 2 5
	② 妙法寺	妙法寺	妙法寺ふれあいセンター （西山町妙法寺1487）	毎週 水曜日	4月～12月 9：00～10：00 1月～3月 9：00～10：00		地区住民	
	③ 五日市町内会	五日市	五日市ふれあいセンター （西山町五日市978）	毎週 木曜日	9：00～10：00		町内会員	
	④ 北野おりづるの会	北野	北野集落センター （西山町北野910）	毎月 第1 金曜日	13：30～16：00		集落住民	
	⑤ 大坪コツコツ体操	大坪	大坪集落センター （西山町大坪223）	第2・4木曜日	9：30～10：30		大坪町内	
ふれあいサロン	⑥ なかよし体操 （南部ポプラの会）	南部	南部コミュニティセンター （西山町北野1314）	毎月 第2 火曜日	10:00～11:00	行事によって会費 徴収		柏崎市社会福祉協議会 ☎ 2 2－1 4 1 1
	⑦ ゆるっとフィットの輪	内方	南部コミュニティセンター （西山町北野1314）	毎月 第2 火曜日	19：00～20：30	500円		
くらしのサポートセンター	♥ 草生水の里	西山南部コミセ ン区域	妙法寺ふれあいセンター （西山町妙法寺1487）	毎週 水曜日	9：00～15：00	500円/1日 300円/半日	※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 ☎ 4 3－9 1 2 5
			五日市ふれあいセンター （西山町五日市978）	毎週 木曜日	9：00～12：00			
			内方ふれあいセンター	毎週 金曜日	9：00～15：00			
コミュニティセンター サークル	はつらつピンポン	南部全域	南部コミュニティセンター （西山町北野1314）	月曜日	9：30～11：30		地域住民	南部コミュニティセンター ☎ 4 8－2 0 3 7