

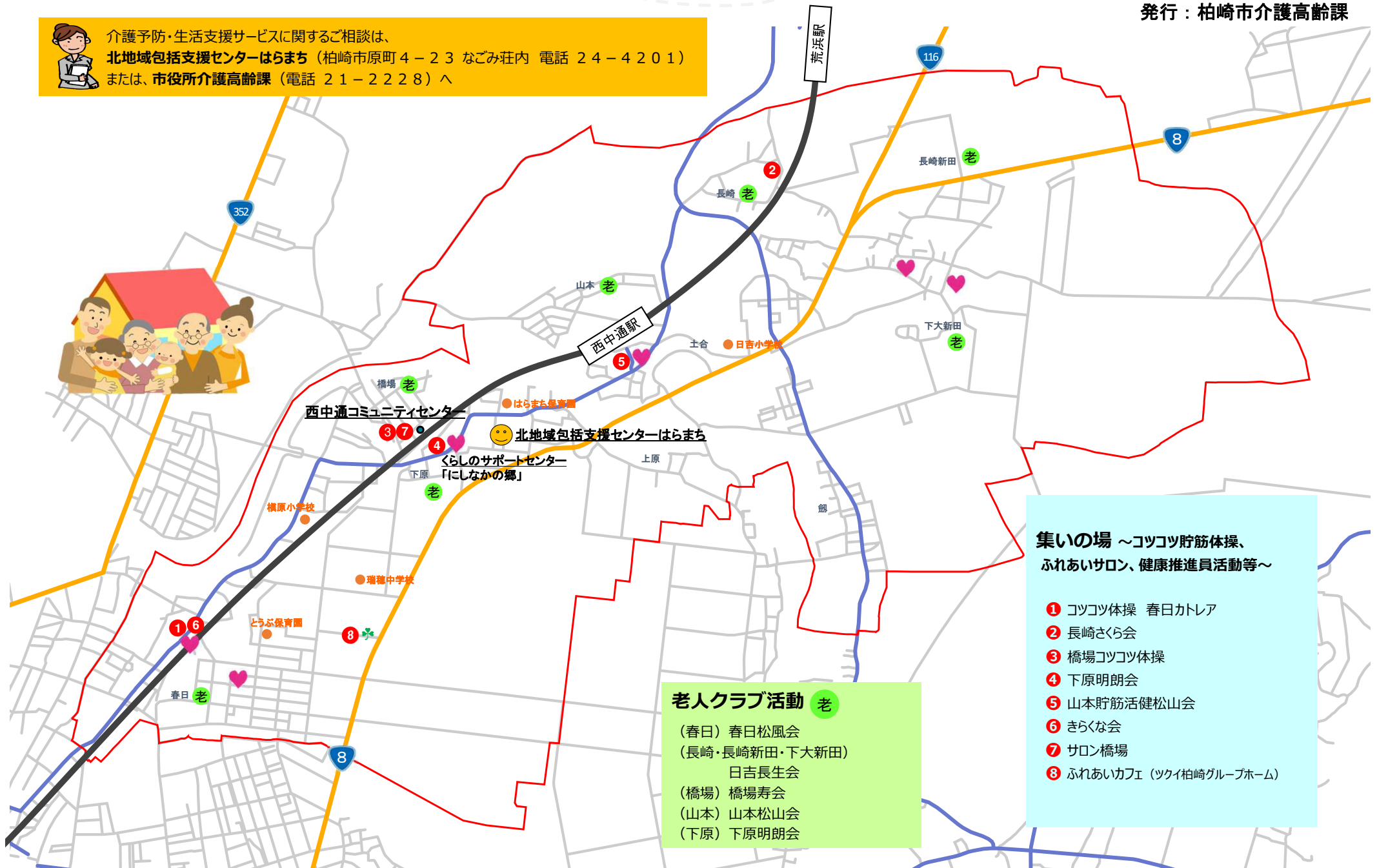
<介護予防・生活支援> 地域資源マップ【西中通地区】

※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、
北地域包括支援センターはらまち（柏崎市原町 4-23 なごみ荘内 電話 24-4201）
 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 コツコツ体操 春日カトレア
- ② 長崎さくら会
- ③ 橋場コツコツ体操
- ④ 下原明朗会
- ⑤ 山本貯筋活健松山会
- ⑥ きらくな会
- ⑦ サロン橋場
- ⑧ ふれあいカフェ（ツクイ柏崎グループホーム）

老人クラブ活動 老

（春日）春日松風会
 （長崎・長崎新田・下大新田）
 日吉長生会
 （橋場）橋場寿会
 （山本）山本松山会
 （下原）下原明朗会

介護予防・生活支援サービスの一覧表 【西中通地区】

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	❶コツコツ体操 春日カトレア	春日	春日公会堂 （春日2-10-2）	毎週 水曜日 ※第3水曜日は休み	9：30～10：50		町内住民	コツコツ 介護高齢課 地域包括支援係 ☎43－9125
	❷長崎さくら会	長崎	長崎集会所 （長崎1292-1）	毎週 火曜日	9：30～11：00		町内住民 参加希望者	
	❸橋場コツコツ体操	橋場	西中通コミュニティセンター （橋場町15-6）	毎週 水曜日	9：30～10：30		町内住民	
コツコツ貯筋体操 & 老人クラブ	❹下原明朗会	下原	下原公会堂 （原町2-24）	毎月 第2・3・4金曜日	9：00～10：00		老人クラブ会員、他	
	❺山本貯筋活健松山会	山本	山本公会堂 （山本815-1）	毎週 木曜日	10：00～11：00		松山会会員	
健康推進員活動	❻きらくな会	春日	春日公会堂 （春日2-10-2）	第3水曜日	10：00～11：30		町内住民	健康推進課 地域保健係 ☎20－4214
ふれあいサロン	❼サロン橋場	橋場	西中通コミュニティセンター （橋場町15-6）	毎月 第2水曜日	9：30～11：30	100円		柏崎市社会福祉協議会 ☎22－1411
🍀オレンジカフェ	❸ふれあいカフェ		ツクイ柏崎グループホーム （柳田町7-26）	不定期			市民／詳細は直接お問合せください	ツクイ柏崎グループホーム ☎28－0170
くらしのサポートセンター	💖 にしなかの郷	西中通全域	春日公会堂 （春日2-10-2）	毎週 月曜日	概ね 9：00～14：30	400円/1回 午前又は午後のみ （昼食なし） 200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
			山本公会堂 （山本815-1）	毎週 火曜日				
			下原公会堂 （原町2-27）	毎週 水曜日				
			藤元町集会場 （藤元町6-16）	毎週 木曜日				
			下大新田集会所 （下大新田393）	毎週 金曜日	9：00～12：00			
			長崎新田集会場 （長崎新田694）	第2金曜日	8：30～12：00			
老人クラブ	👴 春日松風会	春日						柏崎市社会福祉協議会 ☎22－1411
	👴 日吉長生会	長崎・長崎新田・下大新田						
	👴 橋場寿会	橋場						
	👴 山本松山会	山本						
	👴 下原明朗会	下原						
コミュニティセンター サークル	西中通卓球同好会	西中通全域	西中通コミュニティセンター （橋場15-6）	毎週 月・木・金曜日	9：30～11：30			西中通コミュニティセンター ☎24－3728
	西中通ワンバウンドバレー			毎週 月・水・金曜日	13：00～16：00			
	西中通テニスクラブ			毎週 月・水曜日 （4月～11月）	9：00～12：00			
	ヨーガ			毎週 火曜日	9：30～11：00			
	鯖石川吹矢同好会			毎週 火曜日	13：00～16：00			
	やまゆり			毎週 月・水曜日	13：00～15：30			
	ルーシーダットン（タイ式ヨガ）			毎週 木曜日	13：45～15：15			
	コーラスたんぽぽ			毎月 第2・4月曜日	9：30～11：30			

🍀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🍀