

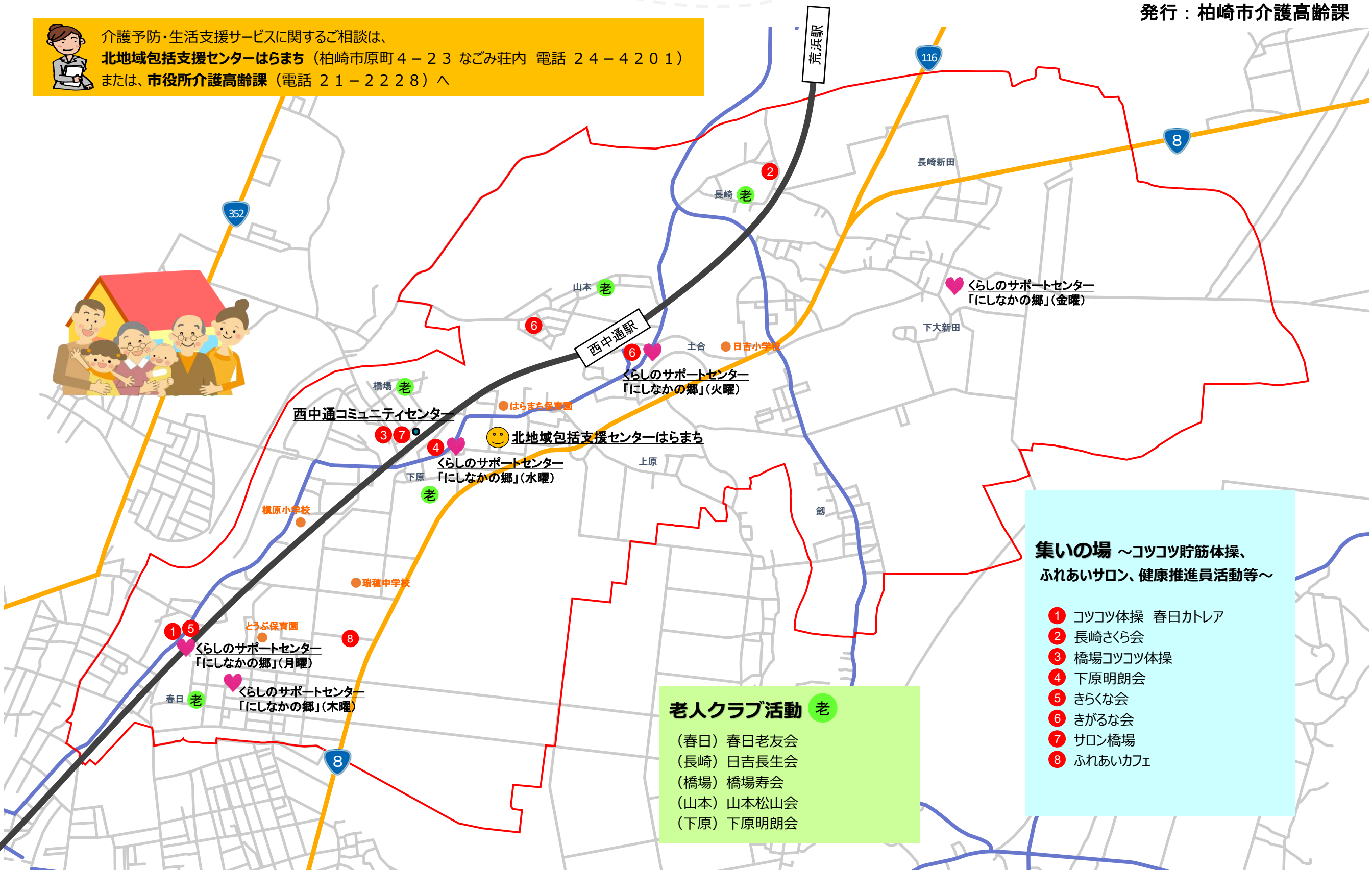
<介護予防・生活支援> 地域資源マップ【西中通地区】

※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 きらくな会
 - 6 きがるな会
 - 7 サロン橋場
 - 8 ふれあいカフェ

- 老人クラブ活動 老**
- (春日) 春日老友会
 - (長崎) 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	① 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
	② 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	
	③ 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	④ 下原明朗会	下原	下原公会堂 (原町2-24)	毎月 第2・第3金曜日	9:00~10:00		老人クラブ会員、他	柏崎市社会福祉協議会 ☎22-1411
健康推進員活動	⑤ きらかな会	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
	⑥ きがるな会	山本	山本公会堂 (山本815-1) 山本団地集会場 (山本326-35)	第3月曜日	10:00~11:30		町内住民 会場は毎月交互に実施	
ふれあいサロン	⑦ 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	⑧ ふれあいカフェ		ツクイ柏崎グループホーム (柳田町7-26)	相談会：毎月第4水曜日	10:00~11:00 14:00~15:00		市民	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)	月曜日	概ね 9:00~15:00	400円/1回 200円/1回 午前又は午後のみ (昼食なし)	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)	火曜日				
			下原公会堂 (原町2-27)	水曜日				
			藤元町集会場 (藤元町6-16)	木曜日				
			下大新田集会所 (下大新田393)	金曜日	9:00~12:00			
老人クラブ	⑨ 春日老友会	春日						柏崎市社会福祉協議会 ☎22-1411
	⑩ 日吉長生会	長崎・長崎新田・下大新田						
	⑪ 橋場寿会	橋場						
	⑫ 山本松山会	山本						
	⑬ 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			
	鱒石川吹矢同好会			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✳️