

<介護予防・生活支援> 地域資源マップ【中央地区】

※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



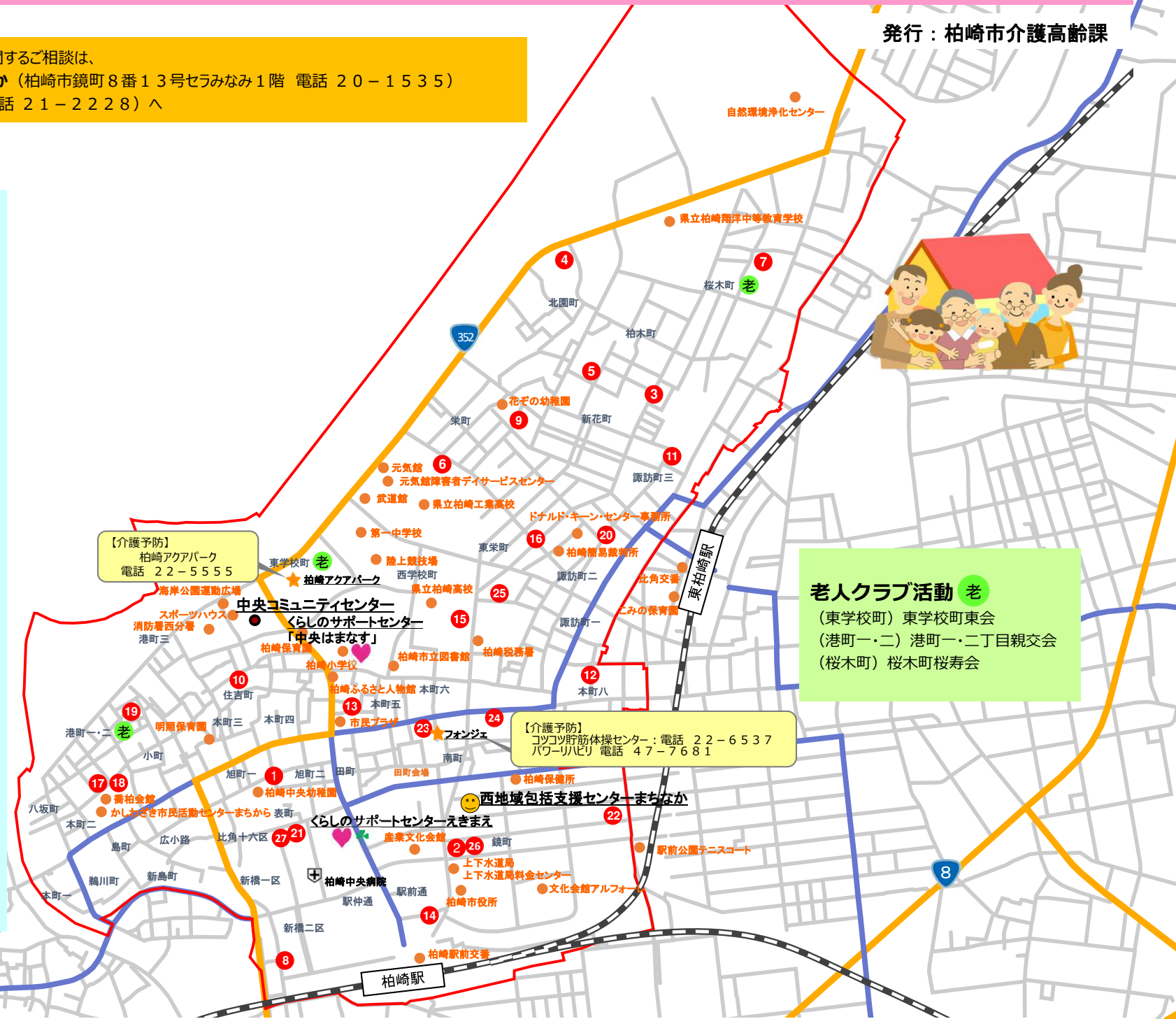
介護予防・生活支援サービスに関するご相談は、
西地域包括支援センターまちなか（柏崎市鏡町8番13号セラみなみ1階 電話 20-1535）
または、**市役所介護高齢課**（電話 21-2228）へ

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 旭町1丁目町内会
- ② 鏡町コツコツ貯筋体操 愛好会
- ③ 柏木町町内会
- ④ ケアハウスしおかぜ
- ⑤ 北園町町内会
- ⑥ 栄町町内会
- ⑦ 桜木町町内会
- ⑧ 新橋元気会
- ⑨ 新花町町内会
- ⑩ 住吉町町内会
- ⑪ 諏訪町3丁目町内会
- ⑫ 諏訪町1丁目コツコツ貯筋体操会
- ⑬ ほのぼのクラブ
- ⑭ サンテ駅前桜寿
- ⑮ 東学校町町内会
- ⑯ 東栄町町内会
- ⑰ 本町三丁目 三葉会
- ⑱ 本町二丁目・鵜川町健康体操会
- ⑲ 港町1・2丁目町内会
- ⑳ 諏訪町2丁目町内会
- ㉑ 表町コツコツ貯筋体操
- ㉒ 社会福祉法人 ロングラン
- ㉓ コツコツ貯筋体操センター
- ㉔ シルバーふれあいサロンやまゆり
- ㉕ 食堂カフェ サルース
- ㉖ 鏡町 ほっとカフェ
- ㉗ 表町エールの会

老人クラブ活動 老

（東学校町）東学校町東会
（港町一・二）港町一・二丁目親交会
（桜木町）桜木町桜寿会



介護予防・生活支援サービスの一覧表【中央地区】

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旭町 1 丁目町内会	旭町一	旭町 1 集会場 （西本町1-8-14）	毎週 金曜日	9：30～10：30		町内住民	コツコツ 介護高齢課 地域包括支援係 ☎ 4 3－9 1 2 5
	❷鏡町コツコツ貯筋体操 愛好会	鏡町	鏡町集会場 （鏡町4-11）	毎週 金曜日	13：30～15：00		愛好会会員 高齢者	
	❸柏木町町内会	柏木町	柏木町集会所 （桜木町8-18）	毎週 火・金曜日	9：30～10：30		町内会員	
	❹ケアハウスしおかぜ		ケアハウスしおかぜ （北園町21-19）	毎週 水・金曜日	14：00～14：40		ケアハウス入居者	
	❺北園町町内会	北園町	北園町集会所 （北園町5-30）	毎週 金曜日	9：30～10：30		町内会員	
	❻栄町町内会	栄町	栄町公会堂 （栄町6-5）	毎週 水曜日	9：30～10：30 ※祝日は休み		町内住民	
	❼桜木町町内会		桜木町公会堂 （桜木町19-38）	毎週 月曜日	9：30～10：30		町内会員	
	❽新橋元気会	新橋	新橋会館 （新橋8-1）	毎週 火曜日	10：00～11：00		地区高齢者	
	❾新花町町内会	新花町	金刀比羅宮社務所 （新花町11-23）	毎週 木曜日	10：00～11：00		町内住民	
	❿住吉町町内会	住吉町	住吉会館 （東港町2-6）	毎週 火・金曜日 ※祝日は休み	9：30～10：30		住吉クラブ会員	
	⓫諏訪町 3 丁目町内会	諏訪町三	諏訪町三公会堂不動尊堂 （諏訪町18-1）	毎週 水曜日	9：30～10：30		町内会員	
	⓬諏訪町 1 丁目コツコツ貯筋体操会	諏訪町一	諏訪町 1 丁目公会堂 （小倉町1-5）	毎週 月曜日	13：30～14：30		町内会有志	
	⓭ほのぼのクラブ ①市民プラザ会場 ②田町会場	田町	①市民プラザ 3 F 和室又は 2 F （東本町1-3-24）	①毎週 月曜日 ※会場の都合で曜日が変更になる 場合有	①10：00～11：00		町内住民 （新規の参加不可）	
			②田町集会所 （東本町1-8-14）	②毎週 木曜日	②9：30～10：30		町内住民	
	⓮サンテ駅前桜寿		サンテ駅前桜寿 （日石町1-12）	毎週 金曜日	10：00～10：30		入居者	
	⓯東学校町町内会	東学校町	東学校町集会所 （中央町4-66）	毎週 水曜日	9：30～10：30		地域住民 （主に高齢者）	
	⓰東栄町町内会	東栄町	東栄町町内会館 （中央町11-29）	毎週 水曜日	9：30～10：30		町内住民	
	⓱本町三丁目 三葉会	本町三	喬柏会館 （西本町3-6-26）	毎週 水曜日	10：00～11：00		町内会員 近隣の方	
	⓲本町二丁目・鵜川町健康体操会	本町二 ・鵜川町	喬柏会館 （西本町3-6-26）	毎週 木曜日	9：30～10：30		高齢者	
	⓳港町 1・2 丁目町内会	港町一・二	港町 1・2 丁目集会所 （西港町5-17）	毎週 水曜日	9：30～10：30		町内会員	
	⓴諏訪町 2 丁目町内会	諏訪町二	諏訪町稲荷社 （諏訪町11-22）	毎週 木曜日	10：00～11：00		町内会員	
	⓵表町コツコツ貯筋体操会	表町	表町集会所 （新橋3-14）	毎週火曜日	10：00～11：00		表町住民	
	⓶社会福祉法人 ロングラン		社会福祉法人ロングラン （錦町5-20）	毎週 月～金曜日	9：00～16：00		施設利用者	
	⓷コツコツ貯筋体操センター		フォンジショッピング センター棟2階 （東本町1-15-5）	毎週 月・火・木・金曜日 毎週水・土曜日は午前のみ ※祝日は休み	9：00～12：00 13：00～16：00		どなたでも	
サロン	❹ シルバーふれあいサロンやまゆり	本町六	（東本町2-5-20）	年未年始を除く毎日	10：00～15：00			柏崎市シルバー人材センター ☎ 2 4－2 1 4 8
	❺ 食堂カフェ サルス		食堂カフェ サルス （中央町7-34）	週1回不定休	7：00～19：00 （祝日、年未年始を除く）			食堂カフェ サルス ☎ 3 5－7 0 8 8
ふれあいサロン	❻ 鏡町 ほっとカフェ（新規）	鏡町	鏡町集会場 （鏡町4-11）	毎週 水曜日	9：00～11：30	年会費 2,000円		柏崎市社会福祉協議会 ☎ 2 2－1 4 1 1
	❼ 表町エールの会（新規）	表町	表町集会所 （新橋3-14）	毎週 火曜日	13：00～15：30	200円		
くらしのサポート センター	♥ はまなす	中央全域	柏崎小学校 （学校町1-88）	毎週 火～金曜日	概ね 9：00～15：00	火～金曜日 500円/1回 月曜 100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 ☎ 4 3－9 1 2 5
				毎週月曜日	概ね 9：00～12：00			
くらしのサポート センター	♥ くらしのサポートセンターえきまえ		くらしのサポートセンター えきまえ （駅前2-1-67）	毎週 月～金曜日		プログラムにより 異なります	どなたでも	くらしのサポート センターえきまえ ☎ 4 1－6 5 8 3
✿オレンジカフェ				毎月第4金曜日	9：30～11：30			
コミュニティセン ター活動	シニア麻雀クラブ	中央全域	中央地区コミュニティセンター （東港町5-55）	毎月第 2・4 火曜日（変 更の可能性有）	概ね 9：30～15：30頃	100円/1回	中央地区内で60歳 以上の方 お昼は地域のお弁当 を取ります（希望者・ 別途料金）	中央地区コミュニティセンター ☎ 2 1－5 7 1 1
老人クラブ	✿ 東学校町東会	東学校町						柏崎市社会福祉協議会 ☎ 2 2－1 4 1 1
	✿ 港町一・二丁目親交会	港町一・二						
	✿ 桜木町桜寿会	桜木町						

✿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✿