

地域支え合い ふれあい活動マップ

自治会

袋井（新町、中央、本町、永楽町）・川井（川井東、川井中、川井西第一、川井西第二）・西（木原、土橋、西田）、方丈（方丈中、方丈西、方丈東、方丈北、方丈南）・田原（上新池、下新池、松袋井、彦島）



①新町公会堂

でん伝体操	毎週金曜日
-------	-------

②本町公会堂

でん伝体操	毎週木曜日
-------	-------

⑫川井東・中公会堂

でん伝体操	毎週金曜日
-------	-------

③川井西町公会堂

ふくろう会 (サロン)	月1 (金曜日)
----------------	-------------

④木原公会堂

でん伝体操	第2・4 金曜日
移動販売 (とくし丸)	第2・4 金曜日
木原仲間ほほえ みの会(サロン)	第2・4 金曜日

⑤土橋公会堂

でん伝体操	毎週木曜日
-------	-------

⑥西田公会堂

でん伝体操	毎週月曜日
西田いきいきサ ロン(サロン)	第4木曜日

⑦方丈公会堂

方丈でん伝体操 会	毎週金曜日 第1,3,5火曜
--------------	-------------------



⑨上新池公会堂

でん伝体操	月2回
-------	-----

⑩下新池公会堂

でん伝体操	毎週木曜
-------	------

⑪松袋井公会堂

でん伝体操	毎週水曜
-------	------

⑫彦島公会堂

でん伝体操	第2,4土曜
-------	--------

⑧袋井市農村総管理センター

下新池笑話の集 い	第2水曜
移動販売(とれたて倶 楽部 ×Honey! ハ ニー!!)	毎週 木曜日
おしゃべりカ フェ	第3 火曜日

担当・問合せ

●袋井中部地域包括支援センター

●袋井南部地域包括支援センター

●袋井市社会福祉協議会 地域福祉係

●袋井市総合健康センター健康長寿課地域包括ケア推進係

☎0538-43-0326

☎0538-42-7939

☎0538-43-3020

☎0538-84-7836

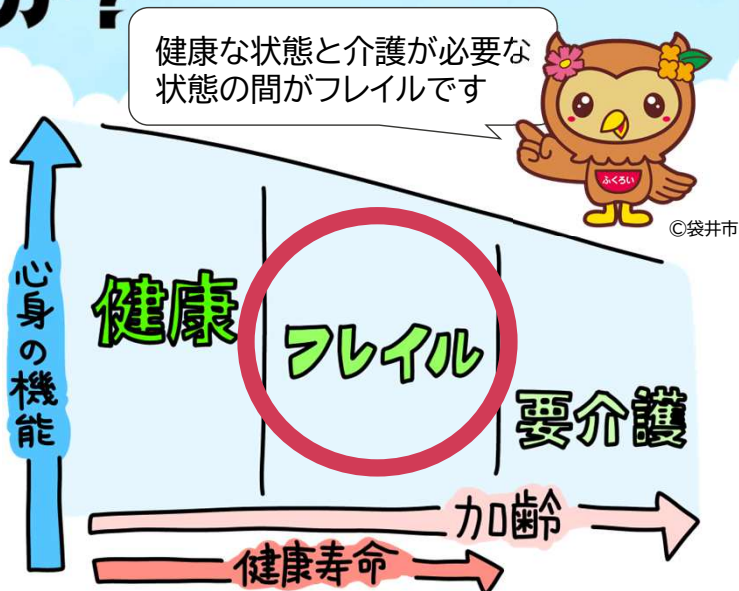
ホームページはこちら



フレイルをご存知ですか？

年をとるにつれて、体の力や元気が少しずつ落ちて、ちょっとしたことで転んだり入院しやすくなったりする状態を「フレイル」と言います。必ずしも病気ではなく、改善できることが多い状態です。

もしかしたら
フレイルかも？！
自分の状態をチェック
してみましょう



通いの場に参加しよう

通いの場に参加することで、からだや脳を動かすだけでなく、色々な人との交流を通じて社会参加をすることができ、介護予防につながります！

でん伝体操

公会堂などの地域の身近な会場で、住民主体で開催する介護予防体操に取り組んでいます。



ふれあいいきいきサロン

地域を拠点に、地域住民とボランティアと一緒に企画し、楽しい時間をつくります。おしゃべりや趣味、軽い体操などを実施しています。

居場所



スタッフたちの熱い思いのもと、自由な形で運営されています。幅広い人たちが交流し楽しく過ごすことができることや、自治会内で見守り活動を兼ねた居場所で、日頃からの関係づくりの形成を目指すところなど様々です。

自分に合った
通いの場が
わからない...



地域包括支援センターが お手伝いします！

保健師、社会福祉士、ケアマネジャー、生活支援コーディネーターが、あなたに合った通いの場を一緒にお探しします。連絡先は、裏面下部をご覧ください。

