

地域支え合い ふれあい活動マップ



自治会

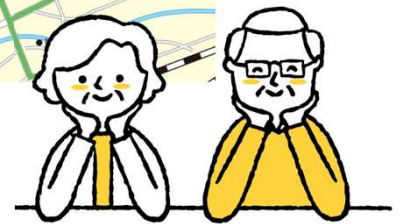
深見北、深見南、深見東、延久、横井、徳光、小山、太田、
太田西、太田東

| | |
|-----------------------|-------------|
| ① 深見北公会堂 | |
| でん伝体操 | 毎週月曜日 |
| ② 深見東公会堂 | |
| でん伝体操 | 火、金曜日 |
| 青空大学青春学部深見キャンパス (サロン) | 第2金曜日 |
| ③ 延久公会堂 | |
| にこにこ延久サロン (サロン) | 毎月1日 |
| ④ 横井公会堂 | |
| でん伝体操 | 第1, 3木 |
| ⑤ 徳光公会堂 | |
| でん伝体操 | 第2・4日 |
| ⑥ 小山公会堂 | |
| でん伝体操 | 毎週土曜日 |
| 小山いきいきサロン (サロン) | 第3土曜日 ほか |

| | |
|-----------------|-------|
| ⑦ 太田公会堂 | |
| でん伝体操 | 毎週火曜日 |
| わくわくサロン 太田(サロン) | 第2日曜日 |

| |
|----------------------------|
| 袋井北部 地域包括支援センター |
| 袋井市宇刈850-1 |
| 0538-48-5335 |

| | |
|----------------|-------|
| ⑧ 太田西団地 | |
| 移動販売 (とくし丸) | 毎週月曜日 |



担当・問合せ

- 袋井北部地域包括支援センター ☎0538-48-5335
- 袋井市社会福祉協議会 地域福祉係 ☎0538-43-3020
- 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 ☎0538-84-7836

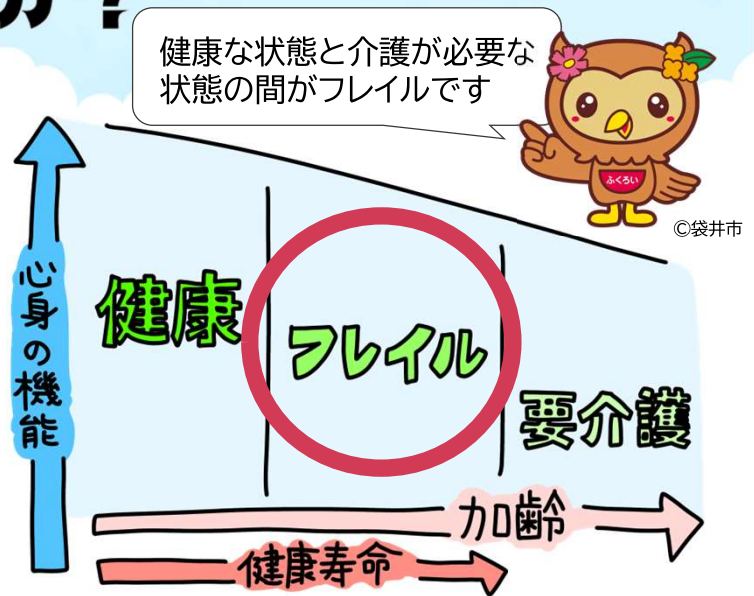
ホームページはこちら



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。

