サロン・平牧

2 50-2127

(平牧地区社会福祉協議会)

イベントや小物作りなどを行い、気軽にコーヒータイムを楽しんでいます。

◆場 所 平牧地区センター

◆活動日時 第1·3 水曜日

10:00~12:00

◆参 加 料 IOO円

◆対 象 者 どなたでも可

◆団 体 名 平牧地区社会福祉協議会



3 090-9941-0848

脳トレサロンよつば

みんなでワイワイ、ボッチャや工作、イベントなどで楽しむ 脳トレをしています。

◆場 所 福寿苑多目的ホール

◆活動日時 第2·4 月曜日 10:00~11:30

◆参 加 料 50円

◆対 象 者 市内在住の60歳以上の高齢者



アクティブサロンえーる

2 090-7955-8497 090-4119-3614

金子真美講師の指導で、体力アップの運動を気軽に楽しく行っています。

◆場 所 福寿苑 多目的ホール

◆活動日時 第2·4 月曜日 13:30~15:00

◆参 加 料 200円

◆対 象 者 市内在住の60歳以上の高齢者



サロン・ド・ファミリー

みんなで小物作りやコーヒーを楽しんでいます。

◆場 所 吹ケ洞公民館

◆活動日時 第2.4 木曜日

10:00~12:00

◆参 加 料 IOO円

◆対 象 者 高齢者・在宅の方



ふれあいサロンみやまち

楽しい話題と脳トレ等を行い、のんびりとした時を過ごしています。

◆場 所 宮町集会所

◆活動日時 第4 木曜日

13:00~15:00

◆参 加 料 IOO円

◆対 象 者 65歳以上の高齢者



羽生ケ丘ふれあいサロン ☎ 63-2260

K体操と脳トレ・作品づくり・ゲーム等、軽スポーツも楽しんでいます。

◆場 羽生ケ丘東集会所、3丁目グランド 所

第1:3金曜日 9:00~ ◆活動日時 第2土曜日 8:30~

◆参 加 料 無料

◆対 象 者 羽生ケ丘在住の高齢者



羽生ケ丘麻雀サロン

5 63-3203

麻雀対戦を通じて、高齢者の親睦と認知症予防を図る。対戦都度得点を集計ランキング化し、 6カ月毎に累積点上位者を表彰する。

- ◆場 所 羽生ケ丘東集会所
- ◆活動日時 第1·3土曜日 13:00~18:00
- ◆参 加 料 100円
- ◆対 象 者 羽生ケ丘住民



小松坂ふれあいサロン

年齢は問いません。カラオケ好きの方も参加してください。

◆場 所 小松坂集会所

◆活動日時 第3 木曜日 10:00~12:00

◆参 加 料 IOO円

◆対 象 者 だれでも可



大森台歌声サロン

お茶を飲みながら、カラオケとおしゃべりを楽しんでいます。

- ◆場 所 大森台公民館
- ◆活動日時 第2·3 月曜日 |3:00~|5:30
- ◆参 加 料 無料
- ◆対 象 者 だれでも可



大森台のびのび体操サロン ☎ 090-2778-5938

介護予防や認知症予防等を目的に身体の状態に合わせた体操を行っています。

◆場 所 大森台公民館

◆活動日時 毎週土曜日 10:00~11:00

◆参 加 料 無料

◆対 象 者 近隣の住民



大森台おしゃべりサロン

団地のみなさんとコーヒーとお菓子で楽しく過ごしております。

- 所 大森台公民館 ◆場
- ◆活動日時 第1月曜日 13:00~14:00
- ◆参 加 料 IOO円
- ◆対 象 者 大森台在住の高齢者



松伏サロンたんぽぽ

7 090-1861-5801

ラジオ体操、K体操は毎回行っています。月曜日は小物作りや昼食を食べながらゲームなどを 楽しんでいます。数回小物作り、手作り昼食会をしています。

- ◆場 松伏公民館 所
- ◆活動日時 第1月曜日·第3金曜日 10:00~12:00
- 100円 ◆参 加 料
- ◆対 象 者 高齢者



松伏脳トレ麻雀

楽しく麻雀をして、脳の活性化と老化防止に役立ちます。

◆場 所 松伏公民館

◆活動日時 第2·4日曜日 10:00~17:00

◆参 加 料 無料

◆対 象 者 60歳以上の男・女



松伏体操サロン

椅子やヨガマットを使って、楽しくストレッチしましょう

◆場 所 松伏公民館

◆活動日時 第2 木曜日·第4 土曜日

9:00~12:00

◆参 加 料 50円

◆対 象 者 平牧地区の方

◆内 容 介護予防、姿勢、呼吸法などの体操



みんなの家・皐

☎ 50-1872
(みんなの家)

おいしいコーヒーとお菓子で楽しいおしゃべりを!おいしいコーヒーとお菓子を用意して、皆さまのお越しをお待ちしています。おしゃべりできる場、仲間づくりの場、健康・趣味・教養が身につく場です!気軽にお立ち寄りください。

◆場 所 桜ケ丘地区センター

◆活動日時 第2·4金曜日 10:00~12:00

◆参 加 料 100円/回

◆対 象 者 主に高齢者



お休み処

2 64-3175

第1月曜は健康講座を第3月曜日はイベントを楽しんでいます。毎回お茶・コーヒー・お菓子を 用意しています。

- ◆場 所 桜ケ丘西集会所
- ◆活動日時 第1·3月曜日 13:30~15:30
- ◆参 加 料 200円/回
- ◆対 象 者 主にハイツ高齢者
- ◆内 容 第1月曜は健康講座、第3月曜はイベント



みんなの家サロン

な 50-1872 (みんなの家)

気軽にお立ち寄りください。健康・趣味・教養の講座も企画しています。おいしいコーヒーとお菓子を用意して、皆さまのお越しをお待ちしています。おしゃべりできる場、仲間づくりの場、健康・趣味・教養が身につく場です!気軽にお立ち寄りください。

- ◆場 所 みんなの家(桜ケ丘2丁目211番地)
- ◆活動日時 毎週月·火·木·金·土 10:00~15:00
- ◆参 加 料 100円/回程度 (イベントによって異なる)
- ◆対 象 者 だれでも可



ハイツカフェ

☎ 50-1872
(みんなの家)

こだわりコーヒーと焼きたてパンで、日曜の朝を一緒に楽しみましょう。

- ◆場 所 みんなの家(桜ケ丘2丁目211番地)
- ◆活動日時 第4日曜日 9:00~11:00
- ◆参 加 料 大人350円
- ◆対 象 者 だれでも可
- ◆内 容 地元のミュージシャンや学生による 音楽演奏会を併催することもある。



桂ケ丘おしゃべりサロン

2 64-3506

毎月1回開催。高齢者の貴重な交流の場となっています。

◆場 所 桂ケ丘集会所

◆活動日時 第2水曜日 10:00~11:30

◆参 加 料 100円/回

◆対 象 者 桂ケ丘在住の60歳以上の高齢者

◆内 容 健康講話、理学療法士による運動等、 歴史講座、園芸、マジック、映画鑑賞、

麻雀、落語会、グランドゴルフ等々



泳サロン「さくらいそう」

★ 64-1120
(久々利地区社会福祉協議会)

美味しいコーヒーとお菓子を楽しみながら、おしゃべりを楽しみませんか。音楽演奏や民謡などもあります。

◆場 所 久々利地区センター

◆活動日時 第1·3 月曜日 9:30~11:30

◆参 加 料 100円

◆対象者 どなたでも

◆団 体 名 久々利地区社会福祉協議会





平牧地区支え合い活動

5 50-2127

助け上手、助けられ上手な地域をめざして、日常生活の"困りごと"を地域のボランティアが支援します。お気軽にご利用ください。

- ◆活動場所 平牧地内
- ◆活動日時 随時 受付:平日9:00~16:00
- ◆対 象 者 平牧地区在住で、以下に該当する方
 - ①ひとり暮らしの高齢者(65歳以上)
 - ②高齢者(65歳以上)夫婦のみの世帯
 - ③要介護者等(65歳未満)を扶養している世帯
 - ④一人親世帯で、中学生以下の子どもを扶養している世帯
- ◆利 用 料 ○生活支援・・1支援につき300円
 - ○高齢者のごみ出し支援・・1支援につき100円
 - ※|支援=おおむね|時間程度
- ◆団 体 名 平牧地区社会福祉協議会
- ◆支援内容 ○庭の草抜き ○部屋の掃除 ○電球交換 ○ごみ出し ※高齢者のみ
 - 〇保育園·幼稚園·キッズクラブから自宅への同行帰宅(原則、 徒歩での送迎)
- ※詳しくは平牧地区社会福祉協議会にお問い合わせください。



松伏さくら会

2 090-1861-5801

地区内で日常生活において困ってみえる方の手助けをしています。地元の中学生もボランティアに参加してもらい、子どもから大人まで地域全体で 支えていきます。

- ◆活動場所 松伏地内
- ◆活動日時 随時
- ◆対 象 者 松伏地内の65歳以上の一人暮らしの方、75歳以上の高齢者世帯、 その他事情により必要な方
- ◆利 用 料 ごみ出し1回100円 草取り、部屋掃除500円~2,000円 その他1回500円
- ◆団 体 名 松伏さくら会
- ◆支援内容 ●部屋の掃除、庭の草抜き・草刈り、電球交換、洗濯、通院 同行・代行、ごみ出し・分別、話し相手、ペットの世話、布団干し、 その他



この指とまれ

☎ 50-1872 (みんなの家)

家庭・家事のちょっとした困りごと解決をお手伝いします!

- ◆活動場所 桜ケ丘ハイツ地内
- ◆活動日時 平日:9:00~17:00(時間外応相談)
- ◆対 象 者 桜ケ丘ハイツ居住で、下記に該当する方
 - ①65歳以上の高齢者のみの世帯
 - ②昼間に65歳以上の高齢者のみとなる世帯
 - ③独り親世帯、生活保護受給世帯
 - ④災害時要援護対象者を抱える世帯
 - ⑤社協が特に必要と認める世帯
- ◆利 用 料 軽作業 | 時間 | 00円 / 重作業 | 時間 500円 その他、軽トラック使用時の燃料代、補修の際の部品・材料代は 実費負担
- ◆団 体 名 桜ケ丘ハイツ地区社会福祉協議会 家事支援プロジェクト
- ●支援内容
- ●ごみ出し、粗大ごみの運搬
- ●除草、剪定、庭の掃除、整理
- ●部屋の掃除、整理、家具の移動
- ●電球の取り換え、電化製品の簡単な修理、室内外の簡単な 補修
- ●買物代行、薬局での薬の受け取り代行、郵便物の投函
- ※作業員2人で、作業時間が2時間以内で終わるものを基本とします。
- ◆利用方法 利用を希望される際は、上記連絡先までお電話にてお申し込み ください。

電話受付時間: 10:00~15:00まで(水・日曜日除く)



買物支援サービス

☎50-1872 (みんなの家)

西友桜ケ丘店で購入した重いもの・か さ張るものを自宅まで届けます!

- ◆活動場所 桜ケ丘ハイツ地内
- ◆活動日時 毎週火曜日 9:30~11:20
- ◆対 象 者 高齢の方、身体に障がいのある方
- ◆利 用 料 I回I00円
- ◆団 体 名 桜ケ丘ハイツ地区社会福祉協議会 買物支援プロジェクト
- ◆支援内容 購入品が重かったり、かさ張ったりするときはご利用ください。 飲料水 | ケース、肥料 | 袋などでもOK!依頼者ご本人も一緒に お送りできます。
- ◆利用方法 利用には、会員登録が必要です。利用を希望される場合は、当日の時間内に、西友桜ケ丘店東側に設置する「青いテント」で申し込みをしてください。



移動支援サービス

☎ 50-1872 (みんなの家)

通院・買物・趣味・教養などへ行くための足に お困りの方を支援します。

- ◆活動場所 可児·多治見市内
- ◆活動日時 平日
- ◆対 象 者 桜ケ丘ハイツ居住で、下記に該当し、会員登録を受けた方
 - ①65歳以上の高齢者のみの世帯
 - ②昼間に65歳以上の高齢者のみとなる世帯
 - ③障がいのある方(1人で歩行ができる、又は付き添いのある方)
- ◆利 用 料 年会費(保険相当)3,000円と、都度規定のガソリン代
- ◆団 体 名 桜ケ丘ハイツ地区社会福祉協議会 移動支援プロジェクト
- ◆支援内容 通院、買物、趣味、教養など、日常生活を営むために必要な要件 全般での送迎支援を行っています。サービス対象になるかどうか、 お気軽にお問い合わせください。
- ◆利用方法 利用には、会員登録が必要です。利用を希望される場合は、前日 までに電話で予約していただきます。指定の日・時間に、自宅まで お迎えに伺い、用件が終わり次第、自宅へお送りします。

