

保存版

静岡市西奈・北沼上学区お助け活動マップ

【長尾川いこうよマップ】

令和2年度10月発行

●まるけあ長尾川とは

静岡市から委託を受けた、高齢者の介護、医療、福祉の総合相談窓口になります。相談は無料で介護や医療に関係する職員が相談を受けます。気軽に、ご相談ください。



●S型デイサービスとは

地域ミニデイサービス(通称:S型デイサービス)とは、体が不自由、一人暮らし、家に閉じこもりがちな高齢者などの生きがいづくりや社会的孤立感の解消、健康な体づくりなどを目的とした活動です。



☆健康一口メモ☆

朝の始まりにウォーキングなどはいかがでしょうか。健康の指針の一つ「健康日本21(第二次)」では、成人男性9000歩・女性8500歩以上を1日の目安としています。【健康日本21】より



常葉大学付属
橋中学校・高等学校

●長尾川老人福祉センターとは

健康で明るく生きがいのある生活を送れるよう、各種相談、健康の増進、教養の向上及びレクリエーションなどの各事業をおこなっている施設です。

(長尾川老人福祉センターホームページより)



●長尾川老人福祉センター周辺●



●認知症カフェ●

月に1度、開催しています。

介護予防や認知症の知識を学びませんか。



梶原山公園



●清掃ボランティアの様子●

☆健康一口メモ☆

梶原山公園からは静岡市を一望できます。家族でお弁当を持ってハイキングに出かけるのは、いかがでしょうか。きっと楽しいですよ☆

この円は

リンク西奈を中心に半径約1キロの円になっています。散歩などの時に参考にして下さい

《発行元》

まるけあ長尾川
静岡市社会福祉協議会
竜爪園 地域福祉



西奈・北沼上学区お助け活動マップ一覧					
	名 称	種別	所 在 地	電 話	備 考（具体的なサービス内容）
1	西奈生涯学習センター	余暇	静岡市葵区瀬名2丁目 32-43	265-2468	趣味活動
2	長尾川老人福祉センター	余暇	静岡市葵区長尾117	265-1415	趣味活動
3	グランドゴルフ	余暇	瀬名スポーツ広場	265-6102	西奈同好会(火・土 AM)(第4日曜日)
4	ほえむ 歩笑の会	余暇	瀬名の郷(瀬名公民館) (毎週月曜日午前中)	090-7670- 9183	高齢者向けフィットネス
5	スカイクロス	余暇	瀬名スポーツ広場	265-6102	毎週月曜日 8時30分～
6	太極拳	余暇	西奈生涯学習センター または瀬名の郷	080-6962- 8417	太極拳 毎週金曜日 13時30分～
7	ターゲットバードゴルフ	余暇	瀬名スポーツ広場	265-6102	西奈ターゲットバードゴルフ同好会 (火・水・金 AM)
8	西奈 S 型デイサービス	サロン	瀬名の郷(瀬名公民館)	262-2109	第1、3木曜日
9	竜爪 S 型デイサービス	サロン	西奈団地公民館	261-7231	第1、3水曜日
10	龍爪会(自主グループ)	サロン	平山公民館	265-3838	第3金曜日
11	静岡北瀬名郵便局 (みまもりサービス)	見守り	静岡市葵区瀬名1丁目 11-70	262-8452	月1回の訪問。状況確認を写真と共にメ ールにて家族へ報告。その他サービスあ り。
12	セブンイレブン静岡瀬名 6丁目店	物品 配達	静岡市葵区瀬名6丁目 8-12	262-6866	セブンミール(宅配サービス)
13	エルムみぞした	物品 配達	静岡市葵区瀬名1丁目 15-4	263-7875	電化製品相談、配達
14	片井電気店	物品 配達	静岡市葵区瀬名3丁目 13-38	261-3367	電化製品相談、配達
15	西奈子育てサロン	子ども	瀬名の郷(瀬名公民館)	249-3183	葵区地域福祉推進センター (社会福祉協議会)第3火曜日午前中
16	光鏡院	子ども	静岡市葵区瀬名1丁目 38-36	261-2669	(不定期)子育てサロン(お話し会、ママ体 操)
17	カフェ・ド・ラシーナ (認知症カフェ)	カフェ	デイサービスセンター ラシーナ	265-3838	第4土曜日 10時～11時30分
18	特別養護老人ホーム 竜爪園 地域福祉	総合	静岡市葵区長尾 89番地の1	265-3838	緊急配食 移動支援 助さん号(休止中) 子ども支援

■地域のボランティア団体

静岡市社会福祉協議会	ボラ	静岡市葵区城東町 24-1	249-3183	静岡市社協 SOS。ゴミ出し等の生活援助
にしな倶楽部	ボラ	瀬名新田地区	262-2232	北高～瀬名病院の竜爪街道沿いの花植え
FREE HELPER's	ボラ	ボランティア団体	090-7865- 2902	静岡市高齢者向けボランティアチーム(買い物代行・ 傾聴・掃除等)

お助け活動マップは、地域の皆さま、ケアマネジャーさまにアンケート調査を実施し、掲載のご了解をいただいた所のみ掲載させて頂いております。

【お問い合わせ先】

まるけあ長尾川（静岡市葵区長尾川地域包括支援センター）
住所：静岡市葵区瀬名1丁目16-8

電話：054-265-9511（平日 8:30～17:30）