

保存版

# 静岡市西奈南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

梶原山公園



まるけあ長尾川



東部団地

瀬名中央自治会館

④



静岡東高等学校

春には桜並木がきれい



南瀬名団地



西奈中学校

⑩

⑦

スーパー田子屋

スーパー富士屋

Super Market



⑪

⑧

①②

⑬



子ども食堂

瀬名交番



⑨

⑥

★瀬名川公民館

⑤⑫



常葉大学



西奈南小学校



☆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。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

☆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☆



清掃ボランティアの風景

## ●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する職員が相談を受けます。気軽に、ご相談ください。



この円は  
公民館・自治会館を中心に  
半径約1キロの  
円になってます。  
散歩などの時に  
参考にして下さい。

## ●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。



★新北街道は交通量の多い道です★  
事故には十分気を付けましょう。

## 《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

西奈南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	グランドゴルフ	余暇	バイパス高架下	—	参加希望の方は、直接会場に足をお運び頂き、お声掛けください。
2	静岡市ターゲットバードゴルフ	余暇	西奈南 TBG 場(バイパス高架下)	090-7034-4877	曜日不定期にて要相談
3	太極拳	余暇	瀬名川公園	262-4441	太極拳
4	瀬名中央 S 型デイサービス	サロン	瀬名中央自治会館	261-4183	第1、3火曜日
5	瀬名川 S 型デイサービス	サロン	瀬名川公民館	262-1860	第2、4火曜日
6	南瀬名 S 型デイサービス	サロン	南瀬名会館	261-7164	第2土曜日、第4金曜日
7	東瀬名 S 型デイサービス	サロン	瀬名南団地集会所	262-4764	第1、3金曜日
8	まはえ瀬名花壇	サロン	静岡市葵区瀬名中央3丁目5番17号	297-4002	でんでん体操(火・木曜日)カラオケ会(第2、4土曜日)
9	静岡瀬名郵便局(みまもりサービス)	見守り	静岡市葵区瀬名川1丁目27-55	263-1898	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。
10	セブンイレブン静岡瀬名店	物品配達	静岡市葵区瀬名中央3丁目28-75	265-0211	セブンミール(宅配サービス)
11	総合電器のイシイ	物品配達	静岡市葵区瀬名中央4丁目3-8	261-1337	家電の配達、電球の付け替え
12	西奈南子育てサロン	子ども	瀬名川公民館	249-3183	葵区地域福祉推進センター(社会福祉協議会)第2木曜日午前中
13	しずおかキッズカフェ	子ども	静岡市葵区瀬名川1-32-25	689-5556	こども食堂(第2、4土曜日)

■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）