

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。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



竜爪中学校



静岡北高等学校



西奈小学校



西奈生涯学習センター★



★まるけあ長尾川

交通量が多いです！

ゆるい坂道になっています

春には桜並木がきれいです

●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●



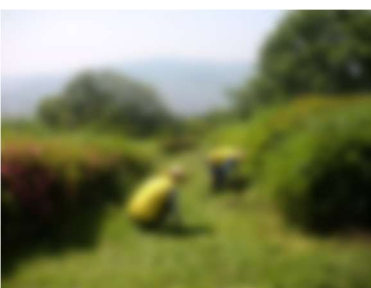
●認知症カフェ●

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	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	趣味活動
2	長尾川老人福祉センター	余暇	趣味活動
3	グランドゴルフ	余暇	西奈同好会(火・土 AM)(第 4 日曜日)
4	ぼえむ 歩笑の会	余暇	高齢者向けフィットネス
5	スカイクロス	余暇	毎週月曜日 8 時 30 分～
6	太極拳	余暇	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	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	第1、3木曜日
9	竜爪 S 型デイサービス	サロン	第1、3水曜日
10	龍爪会(自主グループ)	サロン	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	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	セブンミール(宅配サービス)
13	エルムみぞした	物品 配達	電化製品相談、配達
14	片井電気店	物品 配達	電化製品相談、配達
15	西奈子育てサロン	子ども	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	(不定期)子育てサロン(お話会、ママ体操)
17	カフェ・ド・ラシーナ (認知症カフェ)	カフェ	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	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	静岡市社協 SOS。ゴミ出し等の生活援助
にしな倶楽部	ボラ	北高～瀬名病院の竜爪街道沿いの花植え
FREE HELPER’s	ボラ	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）