

地域資源マップ



住み慣れた地域で暮らし続けるために

さぬき市



発行 令和7年4月

表紙作成協力 「やまびこの風」 広報担当

概 要

この冊子は、さぬき市（近隣を含む）のインフォーマルサービス（介護保険外のサービス）情報を集めたものです。高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で「自分らしく、自立した暮らし」を続けていくために、ちょっとした困りごとや身近な相談先など、地域の資源（サービス）を知り、暮らし向きに合わせて利用できるよう、地域の方、事業者などの協力をいただき、作成しました。

この冊子が、皆さんの暮らしにお役に立てれば幸いです。是非、ご活用ください。

【更新について】

この冊子に掲載している情報は、事業者の都合により変更となる場合があります。

さぬき市社会福祉協議会ホームページに掲載しますので、ご確認ください。

さぬき市社会福祉協議会ホームページアドレス <https://sanuki-syakyo.jp>

取扱いの留意事項

- 最新情報及び詳細は、必ず、事業者等へ直接確認をしてください。
- この冊子の配布は、さぬき市及びさぬき市社会福祉協議会が認めたものになります。
- データの管理は、さぬき市社会福祉協議会にて行います。
- 情報の更新は、年一回を予定しています。

QRコード



目次

1	配食サービス業者情報	P1
2	買い物支援サービス業者情報	P2
3	家事支援業者情報	P3
4	福祉用具事業者情報	P4
5	移送サービス業者情報	P5
6	病院情報	P6-10
7	薬局情報	P11
8	理容・美容院情報	P12-13
9	ボランティア団体情報	P14-16
10	地域の見守り隊・居場所・生活支援サービス情報	P17-20
11	ふれあいサロン団体情報	P21-25
12	老人クラブ情報	P26-28
13	高齢者等見守りネットワーク事業情報	P29
14	高齢者見守りサービス事業者情報	P30-32
15	高齢者・障害者の方に対するタクシー助成制度情報	P33
16	あんしん通報サービス事業情報	P34
17	コミュニティバス情報	P35
18	介護予防教室情報	P36-40
19	介護予防サポーター活動情報	P41-43

1 配食サービス業者情報 ※公的介護保険サービス外

【弁当】 お弁当をご自宅までお届けします。

名称		所在地	電話番号	備考
1	ありえす	大川町富田中2962	0879-43-3041	配達エリア 要相談
2	ワタミ宅食 香川さぬき営業所	志度1057-5	0120-321-510	ご飯付き弁当・おかず・冷凍惣菜など 配達エリア さぬき市全域
3	日本料理 菊水	昭和1479-5	0879-52-5555	配達エリア さぬき市全域（詳細は確認）
4	山信	造田宮西1377-2	090-7572-4354	要相談
5	(株)七條商会	東かがわ市中筋19-1	0879-25-2231	ご飯とおかず、配達エリア さぬき市全域 8:30~12:00
6	まごころ弁当東かがわ市店	東かがわ市中筋71-1	0879-26-5811	(昼、夕)食1日2回配達、配達エリア(山間部は除く)
7	生活協同組合コープかがわ	高松市新北町14-27	087-835-6401 0120-488-416	夕食のみ対応、配達エリア(山間部は除く)
8	(株)フードサポート四国 ヨシケイ香川事業部	高松市春日町1533-1	087-844-4500	冷凍で置き配達可
9	ライフデリ	高松市藤塚町2丁目6番17号 2階	080-6625-8404	ご飯付弁当・医療食・おかず・デザートなど 配達エリア さぬき市全域(土日配達可) 定期利用で安否確認サービス利用可

2 買い物支援サービス業者情報 ※公的介護保険サービス外

食材・日用品の宅配をします。

名称	所在地	電話番号	備考
1 フジ志度店	志度2431-1	087-814-2211	曜日ごと、巡回地区・駐車場所定期的巡回ルートあり要確認
2 山信	造田宮西1377-2	090-7572-4354	要相談
3 生活協同組合コープかがわ 大川支所	東かがわ市大内200-19	0879-26-3003 0120-4884-06	食材・日用品
4 (株) フードサポート四国 ヨシケイ香川事業部	高松市春日町1533-1	087-844-4500	食材の宅配サービス（レシピと食材セット） ルート配達（置き配可）
5 イオン高松店	高松市香西本町1-1	イオンネットスーパー カスタマーサポートセンター (9~21時) 0120-586-610	・ネットスーパー：インターネットを介して食料品・日用品の購入 ・さぬき市：前日17時までの注文で翌日14~16時、16~18時、18~20時（1日3便）より配送

※最新情報及び詳細については直接業者にご確認ください。

【問合せ】 さぬき市地域包括支援センター ☎ 0879-26-9931
さぬき市社会福祉協議会 ☎ 0879-26-9940

3 家事支援業者情報 ※公的介護保険サービス外

掃除・洗濯・買い物などの日常的な支援を行います。

名称	所在地	電話番号	備考
1 さぬき市シルバー人材センター	大川町富田西1207-1	0879-23-2188	外回り環境保全（剪定・草抜き） FAX：0879-23-2190
2 東明家政婦紹介所	大川町南川343-2	0879-43-2618	家事支援、買物支援、要相談
3 さぬき市社会福祉協議会 さんさん在宅支援サービス	寒川町石田東甲935-1	0879-26-9940	登録制（有償ボランティア） 家事サービス
4 サンケア訪問介護センター	寒川町石田西2280-1	0879-23-2378	生活支援サービス（買物、通院付き添いなど）要相談
5 ニチイケアセンター長尾東	長尾東1111-1	0879-52-1680	お手伝いサービス、通院付き添い 入退院安心サービス、長期留守宅管理
6 さくら・介護ステーションさぬき	長尾西1053-2	0879-23-6533	家事支援サービス（生活援助全般）
7 山信	造田宮西1377-2	090-7572-4354	要相談
8 中谷石材（株）内事業部 草むしり.com	高松市牟礼町牟礼3766-1	0120-148-144	剪定、草抜き

4 福祉用具事業者情報 ※公的介護保険サービス外

車いす・特殊寝台などをお貸しします。

	名称	所在地	電話番号	備考
1	さぬき市社会福祉協議会	寒川町石田東甲935-1	0879-26-9940	車いす
2	(有)ワイ・ケイ介護	昭和3424-1	0879-23-6726	車いす・特殊寝台
3	(株)日協堂医療器高松営業所	高松市円座町西村95-2	087-814-7788	車いす・特殊寝台
4	(株)いぶき	高松市木太町2351-2	087-862-5119	車いす・特殊寝台
5	(株)翼	高松市木太町490-1	087-867-3348	車いす・特殊寝台・その他
6	フランスベッド(株) メディカル高松営業所	高松市郷東町796-164	087-882-8910	特殊寝台・その他
7	(株)ケアサポート幸樹	高松市国分寺町新居378-2	087-899-6642	車いす・特殊寝台・その他
8	(株)ヤエス福祉用具事業所	高松市国分寺町福家甲605-1	087-813-7817	車いす・特殊寝台・その他
9	福祉プラザ高松	高松市国分寺町新居1500-1	087-802-2866	車いす・特殊寝台
10	四国医療サービス(株)高松営業所	高松市林町1971-13	087-864-3500	車いす・特殊寝台・その他
11	高松中央医療器(株) 介護ショップ源内	高松市林町2032-2	087-868-6353	車いす・特殊寝台・その他
12	(有)ゴトー商事高松	高松市東植田町812-3	087-840-4030	車いす・特殊寝台・その他
13	ダスキンヘルスレント高松ステーション	高松市伏石町988-5	087-802-8688	車いす・特殊寝台・その他
14	(株)トーカイ高松営業所	綾歌郡綾川町陶4343-6	087-870-8778	車いす・特殊寝台
15	(株)イシカワ	仲多度郡琴平町榎井34-1	0877-75-2750	車いす・特殊寝台・その他

※最新情報及び詳細については直接業者にご確認ください。

【問合せ】 さぬき市地域包括支援センター ☎ 0879-26-9931
さぬき市社会福祉協議会 ☎ 0879-26-9940

5 移送サービス業者情報 ※公的介護保険サービス外

通院・買い物などにご利用ください。

名称		所在地	電話番号	備考
1	(有) 東明商事	大川町南川343-2	0879-43-2618	介護タクシー
2	からくりたくしい源内	志度434-9	087-870-2102	介護タクシー
3	(株) マルセンタクシー ケアセンターマルセン	志度495-5	087-894-0888	一般タクシー・介護タクシー
4	大川タクシー 大川タクシーケアセンター	寒川町石田東甲385-13	0879-43-2227	一般タクシー・介護タクシー
5	(有) いろはタクシー	長尾西1053-2	0879-52-2116	一般タクシー・介護タクシー
6	三協タクシー(有)	長尾東872	0879-52-2828	一般タクシー
7	ワイズフロンティア	三木町池戸947-4 101号	087-814-5727	介護タクシー
8	介護タクシー燕	高松市牟礼町原13-1	087-845-9520 080-3168-7248	介護タクシー

6 病院情報

さぬき市内の病院情報です。

★県内の医療機関、薬局等の情報は、
「医療情報ネット（ナビイ）」（⇒QRコード）
から確認できます。



	名称	所在地	電話番号	診療科目
1	溝渕内科循環器クリニック	津田町津田1048-1	0879-42-1122	内、循内、消内
2	津田診療所	津田町津田1673-1	0879-23-7122	内、糖内、老内、循内、整
3	つるわクリニック	津田町津田248	0879-42-0170	内、外
4	陶山医院	大川町田面71-1	0879-43-3008	内、リハ
5	みろく間嶋医院	大川町富田西1269-1	0879-43-3511	内、小
6	志度寺診療所	志度1102-1	087-894-1991	内、呼内、循内、消内、小、リハ
7	岡病院	志度1562	087-894-5050	内、泌、リハ、神内、精神、放、整、心内
8	こころメンタルクリニック	志度1900-7 牟礼ビル2F南	087-894-0011	心内、精神
9	志度皮膚科クリニック	志度1900-7 牟礼ビル3F	087-894-7708	皮
10	米沢整形外科医院	志度1939-3	087-894-1266	整、リハ
11	志度あきやまクリニック	志度2351-1	087-813-8012	内、腎内、泌、循内、リハ
12	函子メンタルクリニック	志度2383-1	087-870-2355	精神、心内
13	ふじた眼科	志度2413-1	087-814-3800	眼、皮

	名称	所在地	電話番号	診療科目
14	ながい耳鼻咽喉科クリニック	志度2493	087-894-8741	耳鼻
15	堀江整形外科スポーツ&リハビリクリニック	志度2542-1	087-802-5883	整、リハ
16	はらおか医院内科・循環器内科	志度4450-3	087-814-2200	内、循内
17	小田内科医院	志度541-1	087-894-0305	内
18	ヘキクリニック	志度620-1	087-894-1371	整、リハ、リウ、皮
19	中川内科医院	志度797	087-894-1253	内
20	江崎医院	志度870-2	087-894-0001	内、消内
21	ひもりの里診療所	鴨庄4481-2	087-890-1055	内
22	さぬき市民病院	寒川町石田東甲387-1	0879-43-2521	内、呼内、循内、消内、血内、内分泌内、腎内、リウ、精神、心内、小、外、整、形外、脳外、婦、皮、泌、眼、耳鼻、リハ、放、麻
23	華山ファミリークリニック	寒川町神前1526-1	0879-23-2555	内、消内、感内
24	服部内科医院	造田是弘688-3	0879-52-2173	内、小、放
25	つじ整形外科クリニック	長尾西778-4	0879-52-1655	整
26	間嶋医院	長尾西955	0879-52-2007	内、小
27	まつおか医院	長尾東1038-1	0879-52-1888	泌、皮
28	春熙堂医院	昭和1005-5	0879-52-1323	外、内
29	大石整形外科医院	昭和3322	0879-52-2107	整

※最新情報及び詳細については直接業者にご確認ください。

【問合せ】 さぬき市地域包括支援センター ☎ 0879-26-9931
さぬき市社会福祉協議会 ☎ 0879-26-9940

名称		所在地	電話番号	診療科目
30	南医院	昭和3347-1	0879-52-2171	内、小、耳鼻、放、リハ
31	多和診療所	多和助光東29-4	0879-56-2019	内

診療科目 詳細

内	..	内科	神内	..	神経内科	皮	..	皮膚科
消内	..	消化器内科	精神	..	精神科	泌	..	泌尿器科
呼内	..	呼吸器内科	心内	..	心療内科	眼	..	眼科
循内	..	循環器内科	リウ	..	リウマチ科	耳鼻	..	耳鼻咽喉科
血内	..	血液内科	小	..	小児科	リハ	..	リハビリテーション科
内分泌内	..	内分泌代謝内科	外	..	外科	放	..	放射線科
腎内	..	腎臓内科	整	..	整形外科	麻	..	麻酔科
糖尿内	..	糖尿病内科	形外	..	形成外科			
老内	..	老年内科	脳外	..	脳神経外科			
感内	..	感染症内科	婦	..	産婦人科			

【歯科医院】

さぬき市内にある歯科医院情報です。

	名 称	所在地	電話番号	訪問診療
1	油谷歯科医院	津田町津田1450	0879-42-2213	訪問
2	合田歯科医院	津田町津田922-2	0879-42-3318	訪問
3	かんざき歯科医院	津田町鶴羽111-1	0879-42-4117	訪問
4	富田歯科医院	大川町富田中2103-3	0879-43-6636	訪問
5	水野歯科	大川町富田西2854-7	0879-43-1114	
6	安部歯科医院	大川町富田西3011-1	0879-43-6093	訪問
7	佐藤歯科医院	志度1018-3	087-894-5566	訪問
8	やまだ歯科クリニック	志度2148-1	087-899-8114	訪問
9	ハロー歯科クリニック	志度2214-21	087-894-8600	訪問
10	たに歯科クリニック	志度4127	087-899-5891	
11	青田歯科	志度418-5	087-894-2334	訪問
12	安部歯科医院	志度625-9	087-894-1161	訪問
13	高橋歯科医院	志度656-5	087-894-3388	訪問

※最新情報及び詳細については直接業者にご確認ください。

【問合せ】 さぬき市地域包括支援センター ☎ 0879-26-9931
さぬき市社会福祉協議会 ☎ 0879-26-9940

	名 称	所在地	電話番号	訪問診療
14	中山歯科医院	志度891-7	087-894-1160	訪問
15	おがわ歯科医院	鴨庄2640-1	087-895-1122	訪問
16	河田歯科医院	寒川町石田西1021-1	0879-43-2596	
17	さくら歯科クリニック	寒川町石田東甲1375	0879-43-1182	
18	華山ファミリークリニック	寒川町神前1526-1	0879-23-2555	訪問
19	小西歯科医院	寒川町神前2434-2	0879-43-0068	訪問
20	服部歯科医院	造田是弘708-2	0879-52-1118	訪問
21	丸山歯科医院	造田野間田773-1	0879-52-6488	訪問
22	かねとう歯科	長尾西1378-5	0879-52-0118	訪問
23	上枝歯科医院	長尾西649	0879-52-6400	訪問
24	阿部歯科医院	長尾東970-1	0879-52-5633	訪問

※最新情報及び詳細については直接業者にご確認ください。

【問合せ】 さぬき市地域包括支援センター ☎ 0879-26-9931
さぬき市社会福祉協議会 ☎ 0879-26-9940

7 薬局情報 ※公的介護保険サービス外 自宅へのお薬(調剤以外)の配達や、残薬管理等を行っています。

	名称	所在地	電話番号	備考
1	松村薬局 津田店	津田町津田1048-8	0879-42-5704	
2	みなみ風調剤薬局 津田店	津田町津田1666-5	0879-23-7150	
3	在宅支援さぬき薬局	津田町津田244-1	0879-42-1288	
4	ひだまり調剤薬局	大川町田面78-9	0879-43-1755	
5	しらかば ハッピー薬局	志度1900-7	087-894-8392	
6	ひな薬局 志度店	志度1939-1	087-813-6701	
7	志度夏目調剤薬局	志度2410-1	087-813-5225	
8	松村薬局しど調剤薬局	志度2493-2	087-894-6171	
9	みなみ志度薬局	志度4450-6	087-814-2207	
10	なの花薬局 さぬき店	寒川町石田東甲322-1	0879-43-0811	
11	片山薬局	寒川町石田東甲385-10	0879-43-0051	
12	なの花薬局 大川店	寒川町石田東甲404-1	0879-43-2589	
13	K Cかがわ調剤薬局	寒川町神前1524-3	0879-43-0336	
14	ぞうた薬局	造田是弘792-10	0879-53-2783	
15	辻上薬局 長尾店	長尾西780-2	0879-52-0701	
16	みなみ風調剤薬局 長尾店	長尾西958-4	0879-23-6222	

8 理容・美容院情報

※公的介護保険サービス外

送迎・出張を行っています。

【理容店】

	名称	所在地	電話番号	備考
1	TAKA 理容室	大川町富田西2354-10	0879-43-0338	送迎・出張 要相談
2	石井理容所	大川町富田西2479-3	0879-43-5869	送迎・出張 要相談
3	ヘアースalon アラカワ	大川町田面451-1	0879-43-5629	送迎・出張（土日除く）
4	ヘアースalonヤマダ	鴨部6110-2	087-895-0352 090-4330-2196	送迎 出張 要相談
5	カミトモ	長尾名40	0879-52-4318	出張 要相談

【美容院】

	名称	所在地	電話番号	備考
1	モモ美容室	津田町鶴羽1595-2	0879-42-2282	送迎・出張 要相談
2	ベリーベリーヘアー	津田町津田983-13	0879-42-4233	送迎・出張 要相談
3	すずらん美容室	大川町富田西2423-1	0879-43-2425	送迎・出張 要相談
4	ママのびようしつ	大川町田面395-9	0879-43-5234	送迎・出張 要相談
5	美容室 RINZE	大川町富田西2984-1	0879-43-3635	送迎・出張 要相談
6	大野美容室	寒川町神前1697-3	0879-43-3326	送迎・出張 要相談

	名 称	所在地	電話番号	備 考
7	美容室 ヘアーリッツ	志度4419-1	087-894-1187	送迎 要相談
8	美容室 B´	志度4461-3	087-894-4150	出張 要相談
9	ビューティサロンカワサキ	志度462-1	087-894-0659	送迎・出張 要相談
10	チップス	志度4246-1	087-894-5213	送迎・出張 要相談
11	ヘアールーム ロアジー	鴨部1883-1	087-895-1022	出張 要相談
12	カミトモ	長尾名40	0879-52-4318	出張 要相談

9 ボランティア団体情報

ボランティア団体のお問合せは さぬき市社会福祉協議会 までご連絡ください。

地区	グループ名	活動内容
津田	津田まつぼっくりの会	小学生、中学生に絵本の読み聞かせ、お話し会を通じての地域交流
津田	津田町婦人会ボランティア	幅広いボランティア活動で地域支援
津田	津田ヘルスマイト	幼児から高齢者までの食育活動支援、小・中学校への郷土料理普及支援
津田	ボランティアグループ「ほほえみ」	リサイクルショップ「ほほえみ工房」の運営、布遊び、絵手紙、うたごえ等講座及びイベント開催
津田	さぬき市津田町うどん研究会	地域イベントに参加、保育所、幼稚園等で親子うどん体験教室等の支援参加
津田	八八松更生会	松原の清掃 海開きの海岸清掃
大川	大川町ボランティア協会	居場所づくり活動、みろくクリーン作戦、大川町児童館伝承遊び等の活動
大川	大川ヘルスマイト	幼児から高齢者までの食育活動支援、小・中学校への郷土料理普及支援

地区	グループ名	活動内容
大川	大川町婦人会ボランティア	幅広いボランティア活動で地域支援
大川	大川地区老人クラブ連合会	居場所づくり活動、清掃奉仕活動
志度	朗読グループどんぐり	赤ちゃんから高齢者までのお話し会、朗読会活動、子ども会、学校、各種福祉施設支援
志度	おはなしボランティア野の花	本の読み聞かせ活動（紙芝居、パネルシアター、ブラックライト）紙芝居、パネル作成
志度	志度婦人会ボランティア	幅広いボランティア活動で地域支援
寒川	石田婦人会ボランティア	幅広いボランティア活動で地域支援
寒川	神前婦人会ボランティア	幅広いボランティア活動で地域支援

※最新情報及び詳細については社会福祉協議会にご確認ください。

【問合せ】さぬき市社会福祉協議会 ☎0879-26-9940

地区	グループ名	活動内容
寒川	寒川ボランティア「秋桜」	ボランティアニーズに対応し支援保育所、幼稚園、児童館活動との連携
寒川	寒川ヘルスマイト	幼児から高齢者までの食育活動支援、小・中学校への郷土料理普及支援
長尾	長尾婦人会ボランティア「サーブメイト」	幅広いボランティア活動で地域支援
長尾	造田婦人会ボランティア「マナークラブ」	幅広いボランティア活動で地域支援
長尾	どこでもお茶クラブ	誰にでも楽しめるお茶会活動地域イベント支援
長尾	長尾更生保護女性会	社会を明るくする運動として①保護観察処遇への協力②更生保護施設への支援③矯正施設④児童館訪問への支援、イベント支援参加
長尾	長尾ヘルスマイト	幼児から高齢者までの食育活動支援小・中学校への郷土料理普及支援

地区	グループ名	活動内容
長尾	長尾ふるさと青友会	幼稚園等でのもちつきやうどん教室のボランティア、かぐや姫カーニバル支援
長尾	長尾絵手紙同好会	絵手紙の練習、作品展と敬老会時に作品提供、地域イベント支援
長尾	あじさいステップス	フォークダンスで福祉施設訪問や地域イベント支援参加
長尾	野草会	竹で花瓶をつくりそこに花を活け福祉施設慰問交流
市	さぬき市レクリエーション協会	レクリエーション活動による地域支援（子ども会・老人会・自治会・学校関係・福祉施設・障害者支援施設・放課後子どもクラブ）
市	かすみ草	小学生卒業式のコサージュづくり、カラオケ、大正事、絵手紙等による施設訪問、鈴虫配布

地区	グループ名	活動内容
市	さぬき市非常通信協力会	災害時に通信手段が途絶えた場合の無線通信を活かして、避難所と災害対策本部との通信協力。
市	さぬき海援隊	さぬき市海岸の海ごみプラスチックごみの回収活動
市	さぬき市食生活改善推進協議会	幼児から高齢者までの食育活動支援小・中学校への郷土料理普及支援
市	手話コーラス“おり～ぶ”	手話コーラスボランティア（楽器とのコラボ、体操、手遊び）
市	傾聴ボランティアグループ そよかぜ	傾聴活動



10 地域の見守り隊・居場所・生活支援サービス情報

- ・見守り隊とは：「地域見守り隊」は、お暮らしの地域で気になる方、心配な方を一人ひとりさりげなく見守ります。
- ・居場所とは：地域でできる交流の場を設置し要支援者の為の介護予防や、情報交換等を行い地域の人と一緒に元気に毎日を過ごせることを目的に開催します。
- ・生活支援サービスとは：地域でちょっとしたお手伝い、見守りや安否確認、相談支援を行い安心して暮らせる地域づくりを目指します。

【津田地区】

地域の見守り隊 名称		自治会名・活動地域
1	船町自治会役員会	船町
2	津田寺町見守り隊	寺町
3	北羽立地域見守り隊	北羽立
4	琴林見守り隊	琴林

居場所 名称		自治会名・活動地域
1	にこにこカフェ	津田地区全域 (津田公民館・北山分館)
2	みにみにサロン	西町西
3	神野で元気に暮らそう会	神野
4	おとめ会	北原

生活支援サービス 名称		自治会名・活動地域
1	中町自治会	中町 ごみ出し支援
2	琴林自治会	琴林 安否確認、見守り相談支援
3	伊勢町自治会	見守り相談支援 17

※最新情報及び詳細については社会福祉協議会にご確認ください。

【問合せ】さぬき市社会福祉協議会 ☎0879-26-9940

【大川地区】

地域の見守り隊 名称		自治会名・活動地域
1	南川やまびこ会	大樫・宗時 南町・中条横井
2	ただれがわ見守り隊	中央通り
3	栄町ふれあい見守り隊	栄町
4	阿条谷見守り隊	阿条谷
5	向井やまびこ会	向井

居場所 名称		自治会名・活動地域
1	やまびこの風	大樫・宗時・南町・中条横井・一の瀬
2	ハルメク会	中央通り等
3	友愛長寿会	坂ノ下
4	きーまい・おいでまい	大川地区

生活支援サービス 名称		自治会名・活動地域
1	やまびこの風	大樫・宗時・南町・中条横井・一の瀬 外出支援、見守り相談支援・訪問

【志度地区】

地域の見守り隊 名称		自治会名・活動地域
1	みのり会	藁谷
2	新開ふれあい会	新開
3	室沖見守り隊	室沖
4	金屋ふれあいサロン	金屋
5	ゆたか会	北中浜
6	寺町自治会地域見守り隊	寺町
7	ライフネット三井	三井
8	グリーンコスモス会	グリーンタウン
9	南中浜見守り隊	南中浜
10	松ヶ端地区見守り隊	松ヶ端
11	津村見守り隊	津村
12	大橋見守り隊	大橋

【志度地区】

居場所 名称		自治会名・活動地域
1	鴨部元気会	鴨部地域
2	ふれあいカフェ	小田地域

生活支援サービス 名称		自治会名・活動地域
1	樹樹の会	末地域、見守り・困りごと 相談支援

【寒川地区】

地域の見守り隊 名称		自治会名・活動地域
1	西山王青壮年部会	西山王
2	極楽寺地域見守り隊	極楽寺
3	地域見守り隊「春日」	石井
4	新川見守り隊	新川
5	野間コスモス見守り隊	野間
6	横内見守り隊	横内
7	地域見守り隊あすなろ	本町

居場所 名称		自治会名・活動地域
1	あじさいクラブ	神前地域 午坊神社

生活支援サービス 名称		自治会名・活動地域
1	神前見守りの会	神前地域 見守り相談支援
2	西山王青壮年部会	西山王自治会 見守り相談支援
3	ちょ困りにちょボラ！	幸町自治会 見守り相談支援

【長尾地区】

地域の見守り隊 名称		自治会名・活動地域
1	川上自治会見守り隊	川上
2	住吉二、七会見守り隊	住吉
3	たんぽぽ見守り隊	西町北
4	見守り隊からたち	下辛立
5	三反地自主防災会見守り隊	三反地
6	下名地区見守り隊	陵・陵団地・福家・下名
7	見守り隊 経座	経座
8	菅幸会	菅谷
9	兼割見守り隊	兼割
10	多和いちょうCLUB	助光
居場所 名称		自治会名・活動地域
1	ほほえみクラブ	長尾地域・亀鶴公園内



1.1 ふれあいサロン団体情報

ふれあいサロンとは：地域の支え合い及び閉じこもり防止や介護予防を目的とし、利用者及びボランティア等の参加で小地域ごとの居場所としてのサロン活動を展開しております。

【津田地区ふれあいサロン】

団体名		自治会名
1	サロン東	岡ノ端東
2	塩出サロン	塩出
3	ぽかぽかサロン	隠谷
4	ハッピーの会	中町
5	ふれあい西町東土曜会	西町東
6	ひまわり友の会サロンいこい	西町西
7	琴林ふれあいサロン	琴林
8	松原いきいき根っ子	松原
9	南風ふれあいサロン	南船町
10	ひまわり	新町
11	ふれあいサロン憩	伊勢町
12	旭	旭町
13	寺町サロンきずな会	寺町
14	城北ふれあいサロン	城北
15	ふれあいサロン輝楽	南羽立
16	北羽立自治会ふれあいサロン	北羽立

団体名		自治会名
17	吉見はまひろがお	吉見
18	平畑ふれあいサロン会	平畑
19	松尾ハッスル会	松尾
20	潮彩	曾根
21	瀬ノ下ふれあいサロン	瀬の下

【大川地区ふれあいサロン】

団体名		自治会名
1	向井さわやか会	向井
2	北地ふるさと会	北地
3	王子いこいこ会	王子
4	阿条谷ふれあい会	阿条谷
5	ふれあいサロンコスモス	立割
6	さつき会	豊田
7	みろくふれあいサロン	石仏
8	森行ふれあいサロン	森行
9	南川やまびこ会	大縦・宗時・中条・南町・横井
10	東町ふれあいサロン	東町
11	いきいきサロンただれがわ	中央通
12	下り松お楽しみ会	下り松
13	栄町ふれあいサロン	栄町
14	平碓ふれあいサロン	平碓
15	大井ほのぼの会	大井

【志度地区ふれあいサロン】

団体名		自治会名
1	新町ふれあいサロン	新町
2	江の口ふれあいサロン	江の口
3	金屋ふれあいサロン	金屋
4	北中浜ふれあいサロン	北中浜
5	さくら	南中浜
6	志度寺町ふれあいサロン	寺町
7	大橋ふれあいサロン	大橋
8	塩屋喜楽会	塩屋
9	藤村ふれあいサロン	藤村
10	グリーンタウンコスモス会	グリーンタウン
11	安楽会	幸田
12	三井プラチナ会	三井
13	南志度ニュータウン ふれあいサロン	南志度ニュータウン
14	天野ふれあいサロン	天野
15	大蔭ふれあいサロン	大蔭
16	平竹ふれあいサロン	平竹
17	小坂楽友会	小坂
18	長行コスモスクラブ	長行
19	横井夢クラブサロン	横井

【志度地区ふれあいサロン】

団体名		自治会名
20	大井長寿会	大井
21	松ヶ端長寿会	松ヶ端
22	新開ふれあい会	新開
23	長浜白寿会	長浜
24	川西ふれあい会	川西
25	山脇長寿会	山脇
26	小岩おしゃべり会	小岩
27	新田長寿会	新田
28	白方長寿会	白方
29	小方若咲楽会	小方
30	坂子ふれあいサロン	坂子
31	ひまわり会	中空
32	中通ひまわり会	中通
33	内間つくしサークル	内間
34	藁屋みのり会	藁谷
35	成山ミニデイサービス	成山
36	つどい	談議所

団体名		自治会名
37	中尾ふれあいサロン	中尾
38	WRPふれあいサロン	白川原
39	上の坊ふれあいサロン	上の坊
40	六番ふれあいサロン	六番
41	川田ワイワイ会	川田
42	川古自治会おひさまサロン	川古
43	苦張ふれあいサロン	苦張東・西
44	釜居谷ふれあいサロン	釜居谷
45	本小田ふれあいサロン	本小田東・西
46	仁兵谷ふれあいサロン	仁兵谷
47	西の谷ふれあいサロン	西の谷
48	中浜ミニデイサービス	中浜
49	西浜ふれあいサロン	西浜
50	坂の下ふれあいサロン	坂の下
51	奥の谷ふれあいサロン	奥の谷
52	興津ふれあいサロン	興津
53	末ひまわり会	末

【寒川地区ふれあいサロン】

団体名		自治会名
1	曙サロン	橋方
2	ふれあいサロンあさひ	横内
3	あすなろ	本町
4	あやめ	中央通
5	エンジェルピース	天王
6	おそくまサロン	本村
7	仲良し	極楽寺
8	わくわく	幸町
9	「もみの木」会	西山王
10	大角サロン	大角
11	青葉集いの会	神崎・山崎・神前団地 東山崎・北山崎・野神 秋篠団地
12	春日の里すこやかサロン	石井
13	ふれあいサロンコスモス	野間
14	新川ふれあいの会	新川
15	フレンド	脇
16	宮内あいあい会	宮内
17	こうざき	神崎
18	きらめきほっとサロン	中村

【長尾地区ふれあいサロン】

団体名		自治会名
1	イキイキ白羽	白羽
2	ふれあいサロンかわかみ	川上
3	サロン尽誠	尽誠
4	菜の花サロン	宮西中
5	天神サロン	宮西西
6	サロン友の会	沢福団地
7	つくし会	中組南北
8	ふれあいサロン野間田西	野間田西
9	乙井ふれあいサロン	乙井川北・川南
10	住吉二七会	住吉
11	ふれ愛サロン たんぽぽ	西町北
12	にこにこサロン	東町西ノ丁
13	すみれ会	下筒井
14	ふれあいサロンからたち	下辛立
15	達者でな	西塚原
16	友優	本村
17	いきいきサロン切の川	切ノ川
18	いきいきサロン・サンダンヂ	三反地
19	だるまさんの会	是行谷上

【長尾地区ふれあいサロン】

	団体名	自治会名
20	下名地区ふれあいサロン	下名連合
21	上名ふれあいサロン	上名
22	折鶴サロン	千代町
23	三日月	来栖
24	多和いちょうCLUB	助光
25	経座ふれあいいきいきサロン	経座
26	槇川いきいきサロン	槇川
27	兼割ふれあいサロン	兼割
28	菅幸会	菅谷



12 老人クラブ情報

老人クラブとは：老人クラブ会員を中心に仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする活動を行うとともに、その知識や経験を活かして、地域の諸団体と協働し、社会活動に取り組み、保健福祉の向上に努めております。

【津田地区老人クラブ連合会】

単位クラブ名		自治会名
1	岡之端中青寿会	岡端中
2	西町西シニア部（春秋会）	西町西
3	松原みどり会	松原
4	新町若草会	新町
5	寺町老人部	寺町
6	城北親交会	城北
7	南羽立親和会	南羽立
8	平畑喜楽会	平畑
9	曾根親寿会	曾根
10	瀬の下寿楽会	瀬の下

【大川地区老人クラブ連合会】

単位クラブ名		自治会名
1	南川やまびこ清流会	大縦・宗時・南町・中条横井
2	第2老人クラブ	一の瀬・昭南・中央通
3	第3老人クラブ	東町・千町
4	第8老人クラブ	筒野・筒野通
5	第11老人クラブ	平碓・大井・吉金
6	第13老人クラブ	石仏・坂ノ下・奥谷田面団地
7	第15老人クラブ	向井・北地
8	第18老人クラブ	八幡・碎石・新名鮎婦・鹿庭・外ヶ原

【志度地区老人クラブ連合会】

単位クラブ名		自治会名
1	新生会	新町
2	友睦会	江の口
3	金屋友愛クラブ	金屋
4	南中浜サンシャインクラブ	南中浜
5	間川老人会	間川
6	八丁地老人会	八丁地
7	グリーンタウン緑輪会	グリーンタウン
8	健寿老人クラブ	県住
9	大橋喜楽会	大橋
10	塩屋喜楽会	塩屋
11	よし池老人クラブ	葭池
12	末老人クラブ	末
13	南志度熟年クラブ	南志度ニュータウン
14	遊友クラブ	大井・ハッピータウン 松ヶ端
15	横井夢クラブ	横井
16	祇園会	新開
17	長浜白寿会	長浜・大串

単位クラブ名		自治会名
18	高砂会	川西・山脇・小岩
19	みどり会	白方・穴子・新田
20	小方若咲楽会	小方
21	泊・室沖ふれあい会	泊・室沖
22	長生会	東川田・川田・中空 中通・内間・坂子
23	鴨部長寿会	二番・茂里・日浦・下所 田中・下張
24	丑寅会	馬次・中尾・深宝・大笹 白川原・上の坊・談議所 楠木
25	寿楽会	川古・成山・鴨部新町
26	藁屋西山元気会	藁屋・西山
27	鳥田六番松寿会	鳥田・六番

【寒川地区老人クラブ】

単位クラブ名		自治会名
1	千寿会	八坂町・天王
2	百寿会	幸町・上上内・山田
3	真和会	布勢・道味・大末・小倉
4	長友会	中央通・横内
5	長寿会	橋方・西山王・山王
6	共楽会	千代町・大角・森広・本村
7	本町福寿会	本町
8	喜楽会	新川・野間
9	安楽会	石井・奥寺・宮内・船井
10	神前長生会	神崎山崎・神前団地 東山崎・北山崎・野神 秋篠団地
11	寿会	脇・中村

【長尾地区老人クラブ】

単位クラブ名		自治会名
1	護摩山クラブ	多和
2	南鶴亀会	上名・池の内
3	北鶴亀会	亀鶴・下名・福家・陵 陵団地
4	安松恵比寿会	安松
5	清水友楽会	清水
6	西長友会	野間田西・駅前
7	造田あじさい会	造田小学校区 (北山・中組・野間田西 駅前を除く)

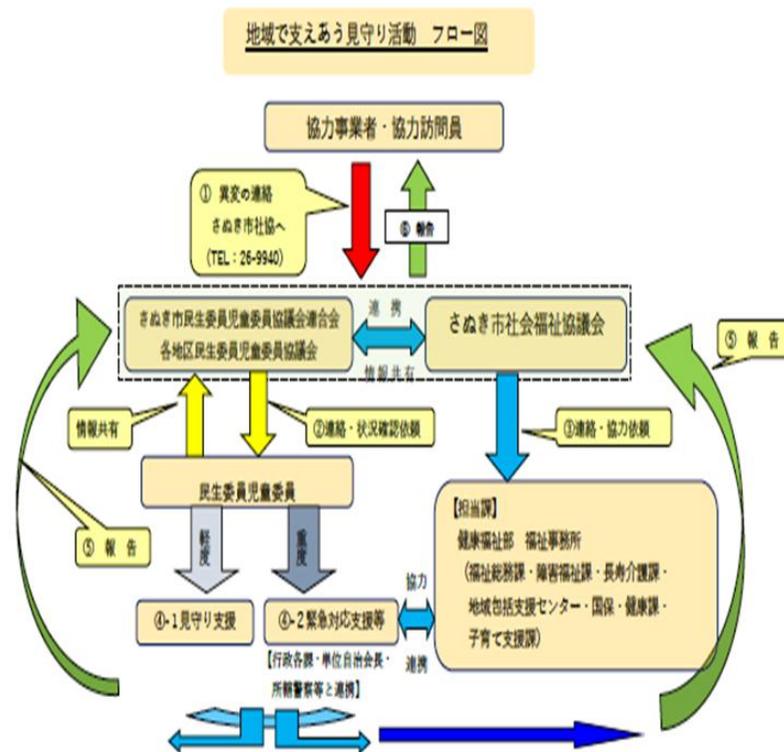
13 高齢者等見守りネットワーク事業情報

『みんなの力で見守り隊』事業協力事業所一覧

さぬき市高齢者等見守りネットワーク事業：

住み慣れた地域で誰もが安心して生活できるよう、それぞれの立場から連携・協力して、高齢者等の見守り活動を行うことにより、異変のある高齢者等又は何らかの支援を必要としている高齢者等を早期に発見します。

事業内容	事業所名	
宅配業者	1	香川ヤクルト
	2	生活協同組合コープかがわ
弁当宅配業者	3	ありえず
運送業者	4	佐川急便株式会社
電気事業者	5	四国電力株式会社東かがわ営業所
新聞配達業者	6	四国新聞販売店四国会
薬局	7	株式会社ヴィレッジひだまり薬局
郵便事業者	8	日本郵便株式会社志度郵便局
金融機関	9	高松信用金庫
生命保険等事業者	10	第一生命保険株式会社
	11	三井住友海上火災保険株式会社
	12	明治安田生命保険相互会社
	13	あいおいニッセイ同和損害保険株式会社
その他	14	さぬき市シルバー人材センター
	15	香川県広域水道企業団東讃ブロック統括センター
	16	第一環境株式会社四国支店



14 高齢者見守りサービス事業者情報

緊急通報装置など高齢者の見守りに関するサービスのある事業者

名称		所在地	電話番号	サービス名	備考
1	池田理容不動産株式会社	志度1008	087-894-6123	ハッピーコール	緊急通報装置。緊急時以外も24時間365日さまざまな生活面でトータルサポート
2	(株) サンケア	寒川町石田西2280-1	0879-23-2378	寄り添いサービス サンラブライン	LINEや電話を通じて毎朝安否確認を行い、異常時には家族や関係者へ通知する。
3	(株) ALSOK 総合警備保障 香川支社	高松市サンポート2-1	087-825-5666	HOME ALSOK みまもりサポート	24時間、ボタン一つで健康についての相談可能、現場急行サービス有
				HOME ALSOK まもるっく	ボタン一つで緊急通報可能、GPS機能で場所を特定、ハンズフリー通話機能有、現場急行サービス有
4	(株) セコム 高松統轄支社	高松市寿町2-1-1高松第一生命ビル新館3階	087-821-2321	みまもりホン2	ストラップを引っ張ることで救急通報ができ、緊急時にはセコムが駆けつけるサービス。看護師への健康相談や家族による日々の安否確認も可能
5	(株) あんしんサポート	福岡県福岡市城南区飯倉1-6-25	092-843-1881	みまもり プラスー24	ケータイとセンサーを使った見守り。センサーは安否確認を行い、熱中症の危険が高まった場合には注意喚起を行う。
				どこどこサービス	専用のGPS機器にて居場所がわかる。探す人はスマホのアプリを使い、いつでも何回でも居場所の確認が可能

名 称		所在地	電話番号	サービス名	備 考
6	(株) シーモス	徳島県三好市池田町サ ラダ1811-1	0883-72-3688	緊急通報受信 サービス	緊急通報装置（携帯電話も可）設 置による通報受信サービス（24時 間365日）。看護師等による毎月 のお伺い電話（体調把握等）
7	津田郵便局	津田町津田928-1	0879-42-2100	郵便局のみまも りサービス	郵便局員が月1回訪問し、会話を 通じて生活状況を確認。確認内容 を家族に写真やメッセージ付きで 報告 ケガによる入院補償（追加料金な し）や、メディカルアシスト、デ イリーサポート、介護アシスト有
	鶴羽郵便局	津田町鶴羽858-2	0879-42-2400		
	大川郵便局	大川町富田東47-1	0879-43-3000		
	富田郵便局	大川町富田西2592-5	0879-43-4000		
	志度郵便局	志度993-1	087-894-4600		
	小田郵便局	小田1514	087-896-0100		
	鴨部郵便局	鴨部1469-4	087-895-0100		
	鴨庄郵便局	鴨庄2011-4	087-895-1626		
	石田郵便局	寒川町石田東甲378-5	0879-43-2000		
	長尾郵便局	長尾東894-1	0570-943-827		
	造田郵便局	造田是弘325-3	0879-52-3500		
多和郵便局	多和2-17	0879-56-2200			

GPS 機能などによる高齢者の見守りに関するサービスのある事業者

※徘徊感知機器（離床センサー等）は介護保険の対象になる場合がありますので、担当ケアマネージャーに確認ください。

名称		所在地	電話番号	サービス名	備考
1	(株) やさしい手	東京都世田谷区馬2-24-3	050-1752-5770	GPS どこぞいる	専用シューズに収納可能なGPS端末をレンタルするサービス。GPS機能は家族などが地図上で現在位置などを確認できる。
2	(株) マモエル	東京都千代田区神田小川町3-2-10	03-6811-0532	マモエルGPS	専用シューズに収納可能なGPS端末（SOSボタン付）を購入して使用するサービス
3	(株) トレイル	兵庫県神戸市中央区花隈町3-18	078-382-3637	うららかGPSウォーク	GPS端末を内蔵できる収納スペースのあるシューズの販売
4	(株) テクノスジャパン	兵庫県姫路市北条 978	079-288-1600	お散歩コール	杖などに付けたお散歩タグ（介護保険対象）のオプションでGPS機能をレンタルするサービス
5	(株) HSB-confiance	熊本県熊本市中央区万町2-4	050-8881-7672	ミマモルGPSミニ	専用シューズに収納可能なGPS端末をレンタルするサービス。1回の充電使用時間は約100日
6	(株) アットシグナル	和歌山県和歌山市黒田1-1-19	073-499-6588	絆-GPS	玄関の鍵に付けて使用可能、GPS機能や通話機能（着信）、お困りボタンサービス（登録者にSOSメール）など
7	(株) アーバンテック	奈良県橿原市四条町277-1-101	0744-23-1260	iTsumo3	専用シューズに収納し屋内の親機と距離が離れると親機のブザーで通知する。GPS端末の設置が可能、レンタルするサービス

15 高齢者・障害者の方に対するタクシー助成制度情報

対象者	高齢者の方	申請時点において次の①～④の条件をすべて満たす方 ①満80歳以上の方 ②要介護・要支援の認定をお持ちの方 ③対象者本人が市民税非課税の方 ④在宅の方
	障害者の方	申請時点において次の①～④の条件をすべて満たす方 ①身体障害者手帳の1級又は2級、精神障害者保健福祉手帳の1級又は療育手帳の○Aの手帳をお持ちの方 ②対象者本人が市民税非課税の方 ③自動車税及び軽自動車税の減免を受けていない方 ④在宅の方
助成内容	タクシー助成券12,000円分（500円券×24枚）を交付 ただし、身体障害者手帳の1級で慢性透析療法を受ける方は、24,000円分（500円券×48枚）を交付	
手続き	申請及び受領の手続きが必要です。	
<p>※詳しくは、高齢者福祉タクシー：長寿介護課 ☎0879-26-9904 障がい者福祉タクシー：障害福祉課 ☎0879-26-9903 までお問合せください。</p>		

詳しくは市HPでご確認ください。

↓高齢者福祉タクシーについて ↓障害者福祉タクシーについて



16 あんしん通報サービス事業情報

対象者	さぬき市内に住所を有する65歳以上の高齢者のうち、一人暮らしや介護者が不在となる機会が多い方
サービス内容	<p>○緊急通報装置を使用して通報し、受信センター局から緊急連絡先への連絡や救急要請を行います。</p> <p>○月に1回程度、安否確認の電話連絡（お元気コール）をします。</p> <p>○緊急通報装置は、次のうち一つを選択できます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・固定型装置（固定電話回線を利用した装置） ・携帯型装置（利用者が所有する携帯電話を使用） <p>※固定電話や携帯電話を持っていない方は、携帯型装置を貸与するサービスがあります。</p>
利用料	<p>装置設置費や利用料金がかかります。</p> <p>対象者が属する世帯の市民税の課税状況に応じて、負担金額が決まります。</p>
※詳しくは、長寿介護課 ☎0879-26-9904までお問合せください。	

詳しくは市HPでご確認ください。



17 コミュニティバス情報

<p>運賃 ※1乗車分</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●おとな 平日200円、休日500円 ●中学生以下 平日100円、休日200円 ●小学生以上のお客様が同伴する小学校就学前の方（2人まで）は無料 <p>※休日（土日祝・12/29～1/3）に運行しているのは「志度・造田・多和線」のみです。</p> 
<p>減額運賃 ※1乗車分</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●おとな運賃の対象者のうち、次の(1)～(9)のいずれかに該当する方は、平日100円、休日200円でご利用できます。 ●コミュニティバスから降りるときに、当該事項を証する書面（身体障害者手帳等）を乗務員に提示し、減額運賃をお支払いください。 <ol style="list-style-type: none"> (1) 身体障害者手帳の交付を受けている方 (2) 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方 (3) 戦傷病者手帳の交付を受けている方 (4) 指定難病・香川県指定難病受給者証または特定疾患医療受給者証の交付を受けている方 (5) 療育手帳の交付を受けている方 (6) 被爆者健康手帳の交付を受けている方 (7) (2)から(6)までに掲げる方と同乗する介護人又は付添人 (8) 身体障害者手帳の交付を受けている方のうち、視覚障害、肢体不自由(上肢を除く。)、他の障害(1級に限る。)の方と同乗する介護人又は付添人 (9) 高等学校または高等専門学校(いずれも専攻科を除く。)の第3学年までに在籍する方  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p>コミュニティバスの最新情報は市HPで!</p> </div> 
<p>その他</p>	<p>「乗り方が分からない」、「時刻表を見るのがおっくう」など、コミュニティバスの利用に関して不安を感じたら、都市整備課にお電話ください。あなたのお出かけの参考になる「私の時刻表づくり」をお手伝いします。出前講座も行っています!</p>
<p>※詳しくは、都市整備課 ☎087-894-1113までお問合せください。</p>	

18 介護予防教室情報

いつまでも自分らしく元気に過ごせるよう、65歳からの体力づくりの場として、「介護予防教室わくわくライフ健康教室」及び4種類の運動教室・ミュージックヒーリングを開催しています



介護予防教室 わくわくライフ 市内各会場日程表



地区	NO.	場 所	曜日・時間
津田	①	多目的研修集会施設	火曜（第4） 10:00～11:30
	②	津田公民館 北山分館	水曜（第2） 13:30～15:00
大川	③	大川公民館	水曜（第4） 13:30～15:00
	④	大川コミュニティセンター (みろくふれあい市場内)	木曜（第1） 10:00～11:30
志度	⑤	志度公民館	火曜（第3） 10:00～11:30
	⑥	志度武道館 2階	金曜（第3） 13:30～15:00
	⑦	志度公民館 末分館	金曜（第1） 13:30～15:00
	⑧	生涯学習館	火曜（第2） 13:30～15:00
	⑨	鴨部ふれあいプラザ	金曜（第2） 10:00～11:30
	⑩	小田ふれあいプラザ	月曜（第4） 10:00～11:30

【対象者】 さぬき市在住の概ね65歳以上の方、介護予防に興味のある方

【教室の内容】 椅子に座ってストレッチや筋力アップの体操、認知症予防のゲーム等

【連絡事項】

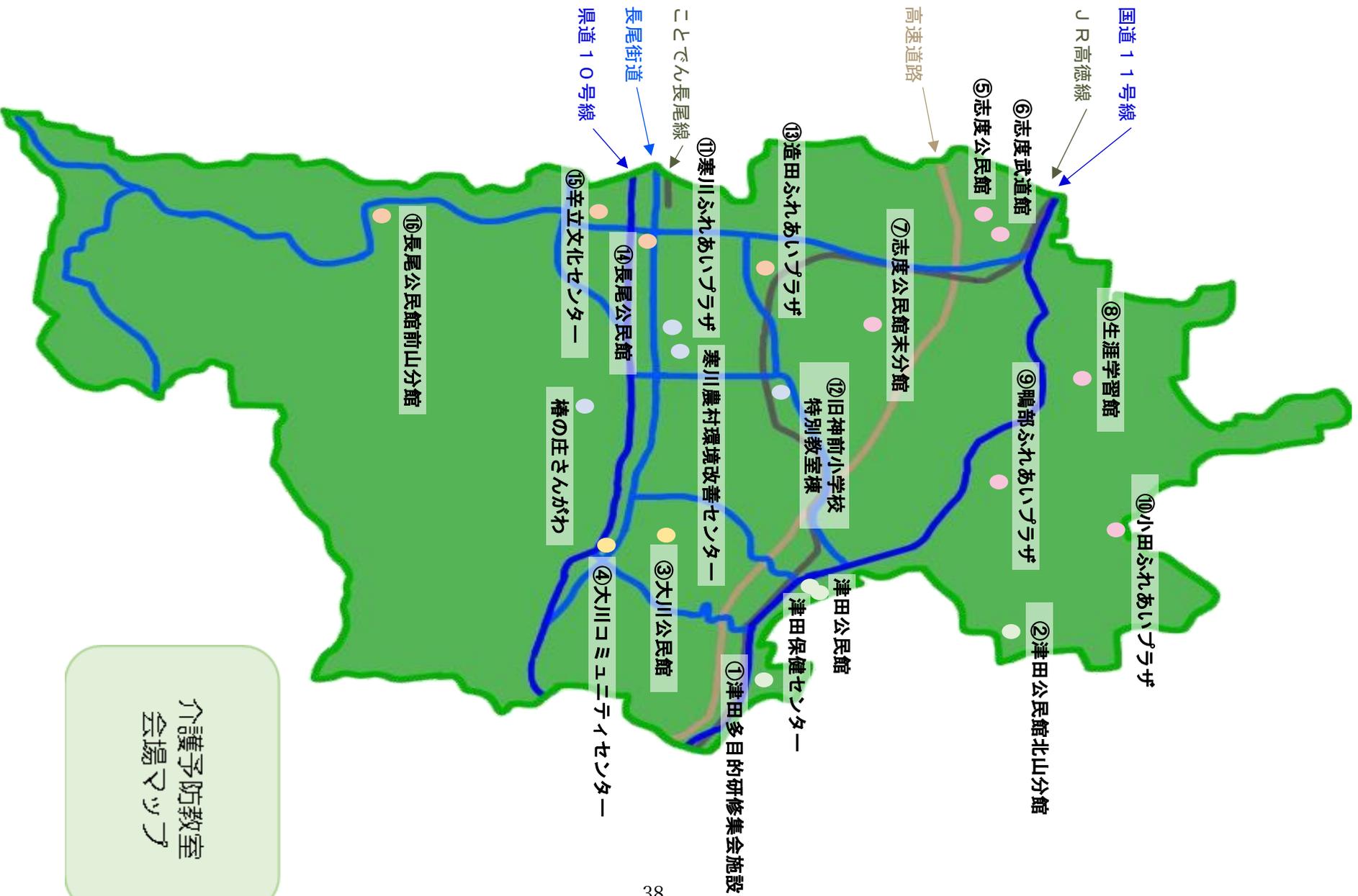
- 動きやすい服装でお越しください。
- 水分補給は各自でご準備ください。
- 詳細の日程は、広報さぬきでご確認ください。
- 申し込みは不要です。何か所でも参加できます。

地区	No	場 所	曜日・時間
寒川	⑪	寒川ふれあいプラザ	木曜（第1） 10:00～11:30
	⑫	旧神前小学校の北特別教室棟	木曜（第2） 10:00～11:30
長尾	⑬	造田ふれあいプラザ	月曜（第3） 13:30～15:00
	⑭	長尾公民館	水曜（第1） 10:00～11:30
	⑮	辛立文化センター	木曜（第4） 10:00～11:30
	⑯	長尾公民館 前山分館	木曜（第3） 10:00～11:30

次のページ会場地図（No. で表示しています）をご参照ください。

介護予防教室等について、詳しくは市HPでご確認ください。







健康運動指導士
石田 佳二 先生

ねこまん体操くらぶ

【内容】ストレッチ・筋力低下予防体操（座位中心・頭の体操を含む）、レクリエーションゲーム

《津田教室》

【場所】津田保健センター

【日程】月2回 月曜日（不定期）

【時間】10:00～11:30

楽しく運動やレクリエーションがしたい方に

《寒川教室》

【場所】椿の庄さんがわ

【日程】月2回 月曜日（不定期）

【時間】13:30～15:00



健康運動指導士
山根 和子 先生

げんき貯筋くらぶ

【内容】ストレッチ・筋力の維持向上のための体操（座位中心・頭の体操を含む）

《志度教室》

【場所】志度公民館

【日程】月2回 第1・3火曜日

【時間】13:30～15:00

基礎からじっくり運動したい方に

《寒川教室》

【場所】寒川農村環境改善センター

【日程】月2回 第2・4火曜日

【時間】13:30～15:00



健康運動指導士
中村 麻紀 先生

筋運アップくらぶ

【内容】筋力アップ体操（立位・座位）、ヨガ
マットを用いた仰臥位でのストレッチ・筋トレ

【日程】月2回 第2・第4水曜日

【時間】13:30～15:00

【場所】辛立文化センター

しっかり筋力をアップさせたい方に

各教室
先着各30名

【対象者】下記①・②を満たしている方

①さぬき市に住民票のある65歳以上の方

②要介護認定を受けていない方

※要支援1・2認定を受けている方で、通所系サービス・訪問系サービスを利用している方は対象外

【連絡事項】

- 送迎はありません。
- いずれか一つの教室の申込制です。地域包括支援センターに空き状況をお問い合わせください。



健康運動指導士
松本 健嗣 先生

ファイティングビート

講師からのメッセージ
「すべての人の人生を楽しく」が
モットーです！！
健康で楽しい生活をサポート
させていただきます！

【日程】 月1回 第4金曜日
【時間】 14:00~15:00
【場所】 辛立文化センター
【内容】 ボクシングの動きを基にした全身
エクササイズです。
(ボクシンググローブ着用)

先着20名



日本音楽療法学会正会員
酒井 裕子 先生

ミュージックヒーリング

講師からのメッセージ
音楽の溢れる空間で楽しいひとときを過ごして
みませんか？
懐かしの歌や季節の歌などたくさん歌いましょ
う。お楽しみに！

【日程】 月1回 第2木曜日
【時間】 10:00~11:00
【場所】 辛立文化センター
【内容】 懐かしの歌や思い出の歌を歌い、楽しく過
ごしましょう。

申込不要、人数制限なし

19 介護予防サポーター活動情報

介護予防サポーター養成講座を修了した仲間と、体操やレクリエーションなど一緒に取り組む介護予防として、憩いの場・定例会を開催しています。

さぬき市介護予防サポーター 憩いの場・定例会 日程

*身近な場所で、楽しく！ ほっと♡ 元気に！・・・集える場を目指しています。

★奇数月 第2火曜日★

志度公民館

午前 10 時～11 時 30 分

5月13日 (火)

7月 8日 (火)

9月 9日 (火)

11月11日 (火)

1月13日 (火)

3月10日 (火)

★偶数月 第4木曜日★

津田公民館

午前 10 時～11 時 30 分

4月24日 (木)

6月26日 (木)

8月28日 (木)

10月23日 (木)

12月25日 (木)

2月26日 (木)



無理なく
ゲームや体操を
楽しめますよ

★偶数月 第2水曜日★

長尾公民館

午前 10時～11時30分

4月 9日(水)

6月11日(水)

8月13日(水)

10月 8日(水)

12月10日(水)

2月18日(水)

★奇数月 第3水曜日★

造田ふれあいプラザ

午後 1時30分～3時

5月21日(水)

7月16日(水)

9月17日(水)

11月19日(水)

1月21日(水)

3月18日(水)

みんなでワイワイ
笑顔で
脳も心も元気に！



大川・寒川グループ

～大川グループ活動のご案内～

令和2年度より、定例会としてミニ勉強会を行ってきましたが、7年度からは、大川公民館で開催される「わくわくライフ(介護予防教室)」の参加と、9月に交流会を予定しています。自分自身の健康づくり、皆さんと楽しく集う機会として、是非ご参加ください。

わくわくライフ(介護予防教室) 大川公民館
 開催日時 毎月第4水曜日 午後1時30分～3時
 場 所 大川公民館 1階 大ホール

～寒川グループ活動のご案内～

寒川グループは、新教室「ねこまん体操くらぶ 椿の庄さんがわ」の教室に変更されます。楽しく元気に笑顔になりましょう!(^^)!

広報3月号に詳しく掲載されています。是非お申し込みください。

さ め き 満 喫 ク ラ ブ

いきいき元気に
 楽しい時間を過ごしたい方
 大募集!

先着
 20名

お問合せ・申込 ☎ 0879-26-9931

時間 : 第3木曜日 13:30～15:00
 場所 : 寒川庁舎1階 多目的ホール
 申込 : さぬき市地域包括支援センター
 (さぬき市寒川町石田東甲935-1)



		内 容	講 師
1	7月17日	いつまでも外出できるように ～骨盤底筋運動～	高松協同病院 高橋理子療法士
2	8月21日	防災対策できていますか?	日本赤十字社 香川県支部
3	9月18日	ちょっと待って! 若い人も認知症になる?	若年性認知症コー ディネーター
4	10月16日	いつまでも外出できるように ～骨盤底筋運動～	高松協同病院 高橋理子療法士
5	11月20日	こけないための靴選び コツを聞いてみよう!	徳武産業株式会社
6	12月18日	もしものためのセキュリティ ～知って安心防犯対策～	ALSOK 香川支社 さぬき営業所
7	1月15日	いつまでも外出できるように ～骨盤底筋運動～	高松協同病院 高橋理子療法士



【問合せ・連絡先】

さぬき市地域包括支援センター

さぬき市寒川町石田東甲935番地1

☎ 0879-26-9931 FAX 0879-26-9948

さぬき市社会福祉協議会

さぬき市寒川町石田東甲935番地1

☎ 0879-26-9940 FAX 0879-26-9942