

【地域限定のサービス】 生活支援

代表者 生活応援隊「こだま」

活動日時
依頼があった時

対象者
登録して頂いた方
(今のところ宮田町会の方が主)

活動内容
話し相手、ごみだし、布団干し、買い物
電球の交換、枝切り等
病院、買い物、ひろばなどへの送迎
その他：要相談

※料金等、詳細についてはお問い合わせください。

連絡先
松南地区生活支援員 新田
TEL：070-8684-8025

活動地域
松南地区

その他
住民主体のグループによる活動です

【地域限定のサービス】 通いの場

(165)通いの場

ボランティア三輪車サロン宮田中

松南地区

代表者 ボランティア三輪車サロン宮田中

活動日時

毎月第2火曜日

14:00～自由解散

対象者

町会の方ならどなたでも参加可

連絡先

松南地区生活支援員 新田

070-8684-8025

活動地域

宮田町会

場所：宮田中公民館

活動内容

参加費：募金箱設置

お茶を飲みながら交流

隔月で中川病院の方が来て、体操や健康について講話あり

宮田保育園の子供達が時々来て、歌や手遊び等して交流

健康づくり推進員や町会からのお知らせあり

お出かけサロンも企画予定

その他

町内の生花店のご厚意で、生花を無償提供して頂いています。

(166)通いの場

サロン芳野

松南地区

代表者 サロン芳野

活動日時

毎月第2火曜日

11:00~13:00頃まで

対象者

町会の方ならどなたでも参加可

連絡先

松南地区生活支援員 新田

070-8684-8025

活動地域

芳野町会

場所：芳野町公民館

活動内容

費用：無料

茶話会

クイズ、合唱など

ボランティア団体による演奏会、合唱、紙芝居等を

楽しんでいます。

その他

(167)通いの場

南松1丁目

元気体操クラブ

松南地区

代表者 南松1丁目 元気体操クラブ

活動日時

毎週金曜日

10:00~11:00

連絡先:

松南地区生活支援員 新田

070-8684-8025

対象者

町会の方ならどなたでも参加可

活動地域

南松本1丁目町会公民館

活動内容

ビデオを見ながら「100歳体操」を行います。

その他

(168)通いの場

双葉町サロン

松南地区

代表者 双葉町サロン

活動日時

毎月1回 日にち未定

10:00~11:00

対象者

町会の方ならどなたでも参加可

連絡先:

松南地区生活支援員 新田

070-8684-8025

活動地域

双葉町町会公民館

活動内容

毎月、町会公民館でサロンを行っています。
演奏会や勉強会を行っています。

その他

(169)通いの場

サロン双葉西

松南地区

代表者 サロン双葉西

活動日時

毎月15日

10:00~12:00

対象者

町会の方ならどなたでも参加可

連絡先:

松南地区生活支援員 新田

070-8684-8025

活動地域

双葉西町会公民館

活動内容

費用：無料

皆でお茶を飲みながら楽しくお話をしています。

年に何回かお勉強会の講座やボランティアの演奏会を開催します。

その他

(170)通いの場

宮田西町会

体操クラブ

松南地区

代表者 西町会 体操クラブ

連絡先

松南地区生活支援員 新田
070-8684-8025

活動日時

毎週火曜日 10:00~11:00

活動地域

宮田西町会公民館

対象者

町会の方ならどなたでも参加可

活動内容

ビデオで「みんなの体操」や「100歳体操」をします。

その他

(171)通いの場

宮田中町会「100歳体操」

松南地区

代表者 宮田中町会「100歳体操」

活動日時
毎週火曜日 10:00~11:00

対象者
町会の方ならどなたでも参加可

活動内容

町会公民館でビデオを見ながら「100歳体操」を行います。

連絡先：

松南地区生活支援員 新田
070-8684-8025

活動地域

宮田中町会公民館

その他

(172)通いの場

ふれあいサロン

芳川地区

代表者 ふれあいサロン

活動日時

毎月 1回 (変動等あります)

13:30~15:30

詳しくは回覧板で確認してください

対象者

小屋町会の住民

連絡先

松本市南部地域包括支援センター
0263-27-5138

活動地域

小屋町会

場所：奇数月は第1公民館
偶数月は第2公民館

活動内容

お茶を飲みながらお話します

ゲーム

年2回お楽しみコンサート開催

費用：飲み物 100円

お菓子 100円

その他

サロンボランティア、
民生委員の奥さん、
OBが主になって運営
しています。

まだ手探りの状態では
ありますが、新しくなっ
た公民館を利用し年間
10回行っています。

(173)通いの場

話し話し（わいわい）会

芳川地区

代表者 話し話し会

活動日時

年間3回

春6月～7月（七夕）、11月（クリスマス会）

13：30～15：00頃まで

詳しくは回覧板で回します

対象者

平田町の住民

連絡先

松本市南部地域包括支援センター

0263-27-5138

活動地域

平田町会

場所：平田第1公民館

活動内容

ハンドベル、ケ・セラ、踊り、歌等を鑑賞します

歌、体操（15分程）を行います

茶話会

会費：お茶代 200円

その他

「地域の方が元気で楽しく、
住み心地が良いと感じ、
隣近所が手をつなげる地域
になる事を願う」という事
から始まりました。

元民生委員、民生委員、
有志の方で活動しています。

(174)通いの場

にこにこサロン

芳川地区

代表者 にこにこサロン

活動日時

年間4回 (不定期開催)

10:00~12:00まで

詳しくは回覧板でお知らせします

対象者

村井町駅西の住民

連絡先：

松本市南部地域包括支援センター

0263-27-5138

活動地域

村井町町会

場所：村井駅西公民館

活動内容

簡単な体操、レクリエーション、講話を聴くなどを
します

交流かねて茶話会

会費：200円

その他

「地域住民と交流しながら、高齢者の孤独を解消し、地域のつながりを大切にしていこう」という思いから始まりました。

(175)通いの場

村井町健康クラブ

芳川地区

代表者 村井町健康クラブ

活動日時

月3回 10:00～11:30まで
(ニュースポーツの日は9:30～11:30)
詳しくは回覧板でお知らせします

対象者

芳川地区近隣住民どなたでも

連絡先：

松本市南部地域包括支援センター
0263-27-5138

活動地域

村井町会

場所：村井町第一公民館

活動内容

いきいき百歳体操、ニュースポーツ、健康体操、
茶話会等

会費：年間5000円 1回のみ参加の場合 200円
(詳細は、お問合せ下さい)

その他

みんなで楽しく体操して、いつまでも元気に過ごしましょう。
皆様のご参加お待ちしております。