

【地域限定のサービス】 生活支援

代表者 島立ボランティア連絡協議会

活動日時 平日 9時～15時 通年
雪かきは土日も可能

対象者

おおむね80歳以上の高齢者、高齢者世帯
障害をお持ちの方、その他お困りの方

連絡先

松本市社会福祉協議会島立支会
事務局・島立地区地域づくりセンター内
0263-47-2049

活動地域

島立地区内限定

活動内容

有償生活支援サービス（利用者負担金あり）

- ・ゴミ出し（1回2袋まで、可燃ごみ以外は要相談）1回100円
- ・草取り（生活に支障のある場所（玄関周辺））協力隊員一人につき1回200円
- ・雪かき（玄関から道路までの歩行できる幅）協力隊員一人につき1回200円

その他

協力隊員随時募集中です
年齢は問いません
学生から70代80代
まで活躍中！
平日のみ、休日のみの
登録でもOKです
（報償費をお支払いします）

【地域限定のサービス】 外出支援

代表者 島立地区町会連合会

活動日時
毎週木曜日 午前中

対象者
島立地区内に居住する65歳以上の一人
または夫婦二人暮らしの方

連絡先
事務局・島立地区地域づくりセンター
0263-47-2049

活動地域
ツルヤなぎさ店
西友笹部店

活動内容
利用する2日前の火曜日にタクシー会社へ申し込みをする。
運行経路は、利用者宅から近隣大型スーパーまでの往復。
(荒井・堀米・大庭・小柴・町区はツルヤなぎさ店)
(永田・中村・三の宮・北栗・南栗は西友笹部店)

利用料金は一人往復500円 買い物時間は40分

その他
・事前に登録が必要
・介助者の協力を得ず買い物できる方
・自ら自家用車等を運転できない方
・詳細はお問合せください

【地域限定のサービス】 通いの場

(181)通いの場

ひざ痛予防サークル松島

島内地区

代表者 堀内 公子

活動日時

毎週木曜日（午前中）

対象者

町会在住者

活動内容

高齢者の介護予防・ひざ痛予防・交流の場として運動を実施。

参加費 無料

連絡先

地区生活支援員か、島内地区地域づくりセンターへお問い合わせください

電話 070-8684-8026

0263-47-0264

活動場所

松島公民館

その他

(182)通いの場

ひざ痛予防サークルウッドタウン小宮

島内地区

代表者 今井 慶子

活動日時
毎週火曜日（午前中）

対象者
町会在住者

活動内容

高齢者の介護予防・・ひざ痛予防・交流の場として
運動を実施。

参加費 無料

連絡先
地区生活支援員か、島内地区地域づくり
センターへお問い合わせください
電話 070-8684-8026
0263-47-0264

活動場所
ウッドタウン小宮公民館など

その他

(183)通いの場

平瀬川東

いきいきサロン

島内地区

代表者 胡桃沢 武久

活動日時

月1回

14時から

連絡先：

島内地区生活支援員

070-8684-8026

島内地区地域づくりセンター

0263-47-0264

対象者

町内在住75歳以上の方

活動地域

平瀬川東公民館

活動内容

認知症予防・体操や、歌を歌ったり交流の場

その他

(184)通いの場

縁側サロン「さつき」会

島内地区

代表者 石川 孝子

活動日時

毎月24日 10:00~12:00
(24日が休日の場合別日になります)

対象者

町会在住 女性の方

連絡先:

島内地区生活支援員

070-8684-8026

島内地区地域づくりセンター

0263-47-0264

活動地域

松島公民館

活動内容

大きな声でおしゃべりをして楽しいひと時を過ごす。
歌や体操をして、仲間づくり、居場所づくりをしている

その他

(185)通いの場

ひだまりサロン

島立地区

代表者 藤森喜久代

活動日時

毎月第3第4木曜日 午後1:00~

対象者

大庭町会住民

連絡先:

島立地区公民館

松本市島立3298-2

TEL 0263-47-2049

活動地域

大庭公民館

活動内容

「ちびっこからおじいちゃんおばあちゃんまで全員集合」を合言葉に身近な交流の場として活動しています。参加者は主に高齢者の皆さんですが毎回何気ない会話（家族やテレビ番組食べ物・世間話等）をしながら笑ったり頷いたり、和気あいあいと楽しい時を過ごしています。

会費 100円（お茶・お菓子）

その他

(186)通いの場

公民館居酒屋おれんち

島立地区

代表者 藤森喜久代

活動日時
毎月第1土曜日 午後6:00~

対象者
大庭町会住民 (20歳以上)

活動内容

公民館行事の男性参加率向上と、より多くの皆さんに公民館を気軽に利用して頂きたいとの思いで活動を始めました。参加者の皆さんは仕事やスポーツ時事問題等、話題が尽きる事なく皆さんそれぞれ楽しいひと時を過ごしています。予め飲み物・つまみはスタッフが用意することなく皆さんに自分用の飲み物・つまみを持参して頂き無理せず楽しみながら長く続ける事を目指して活動しています。

会費 無料

連絡先:

島立地区公民館
松本市島立3298-2
TEL 0263-47-2049

活動地域
大庭公民館

その他

(187)通いの場

いきいきサロン

島立地区

代表者 南栗町会

活動日時
毎月1~2回
10:00~11:30

対象者
南栗町会の方なら誰でも

活動内容
体操 脳トレ 歌 茶話会（コロナ感染拡大時期は
茶話会はなし）地域包括支援センターからのお知らせ
など

連絡先：

島立地区公民館
松本市島立3298-2
TEL 0263-47-2049

活動地域
南栗公民館

その他

(188)通いの場

いきいき百歳体操

島立地区

いきいき百歳体操

活動日時

大庭（個人宅）毎週水曜日 10時

町区（公民館）毎週金曜日 14時

三の宮（公民館）中村（公民館）南栗（公民館）

対象者

対象町会にお住まいの方

連絡先：

島立地区生活支援員

070-8684-8028

島立地区福祉ひろば

0263-48-5168

活動地域

活動内容

いきいき百歳体操 ほか

詳しい日時に関しましては、4月頃決定します。

その他

感染症拡大時は休止している場合がありますのでお問い合わせください