

身近な福祉の相談窓口
ちいき♡いきいきセンター ミニコミ誌

編集・発行

柏市社会福祉協議会
松葉町ちいき♡いきいきセンター
〒277-0827 柏市松葉町4-11
松葉近隣センター内
TEL 04-7136-8555
FAX 04-7136-8556

ちいき

No.28

発行：2018.9.16

公開講座

できないから おもしろい!?

脳と体のトレーニング

今、全国的に注目されている、‘コグニサイズ’！
脳と体を同時にトレーニングすることで、認知症予防が期待されています。皆様のご参加お待ちしております♪

<2日間の講座>

10月23日(火) 13:00~15:00

10月30日(火) 13:00~15:00

コグニサイズとは・・・
頭と体をフル活用した体操！
マットを使った体操や脳トレがあります！

* このような方におススメ *

- ・楽しく介護予防をしたい！
- ・サロンやサークルのプログラムに介護予防を取り入れたい！
- ・脳トレと一緒に、体を動かしたい！

会場：松葉近隣センター会議室A B

対象：柏市在住の方30名程度（応募多数の場合は抽選）

持ち物：動きやすい服装・靴・飲み物

申込：窓口受付または電話（10月12日締切）

松葉町ちいき♡いきいきセンター

[開設日：毎週月・木・金10:00~16:00]

電話：04-7136-8555

お知らせ

松葉町ちいき♡いきいきセンターの窓口を再開しました！

松葉近隣センター内の工事に伴い、窓口を臨時休業していましたが、7月19日から通常通り再開しました。今後とも、よろしくお願い致します。

業務内容は、年齢・分野を問わない福祉相談、ボランティアに関する案内・相談、地域の支えあい(裏面を参照)の推進などを行っています。お気軽にお越しください！

この緑の看板が目印です！

ふくしの窓

身近な福祉の相談窓口
ちいき♡いきいきセンター
柏市社会福祉協議会

開設日：月・木・金(祝日及び年末年始を除く)

時間：10~16時

場所：松葉近隣センター1階管理人室内

電話：04-7136-8555



松葉町で行われている たすけあい活動

2025年団塊世代が後期高齢者になります。ごみ出し等日常生活のちょっとした困りごとが増えると予想され、身近な地域で見守り、支えあう‘支えあい活動’を今のうちから考えることが必要です。

松葉町においても、町会単位や松葉町在住の方が中心となって、高齢者等の自宅を訪問し生活支援を行う‘たすけあい活動’や歩いて行ける‘居場所’づくりに尽力しています。活動に興味のある方は、ご連絡ください！

支えあい活動に関する問合せ

地域支えあい推進員(仙波)

080-9694-0421

松葉町ちいき♡いきいきセンター
(齋藤)

04-7136-8555

♡♥ たすけあい活動は高齢者や日常生活が困難になった方等を対象にしております。詳しくはお問合せ下さい。



たすけあう たっちの会 (対象：松葉町地域に在住の方)



活動内容	ごみ出し / 電球交換	1回 100円
	庭の草取り(協力員2人での対応) / 買物・散歩・病院の付添い	1時間 500円
	簡単な家具の移動	1回 100~500円
申込先	松葉町地域ふるさと協議会 04-7135-2156 (火・木・土・日 10~16時) 松葉町ちいき♡いきいきセンター 04-7136-8555 (月・木・金 10~16時)	



松葉町1-1支え隊 (対象：1-1自治会エリアに在住の方)



活動内容	ごみ出し/電球交換/布団と洗濯物干し・取り込み	1回 100円
	簡単な部屋・トイレ・浴槽内の掃除	1回 300円
	買い物・散歩・病院(原則柏市内)の付添い/話し相手	1時間 300円
	簡単な家具の移動	1人 300円以上
	近隣への買い物代行	1回 200円以上
申込先	事務局070-4557-6620 (9~17時) ※その他、詳細は直接お問い合わせください。	



松葉1-2団地助けあいの会 (対象：1-2管理組合エリアに在住の方)



活動内容	< 高齢・日常生活が困難な方への生活支援活動 > ・簡単な蛍光灯の交換 ・家具の組立、移動、解体 ・簡単な大工工事 ・生活ゴミ、資源ゴミ、不燃ゴミのゴミだし	< 料金 > 活動者1人×30分以内:300円 ・以後30分刻みで300円追加 ・ゴミ出しのみ1袋100円 ・資材購入で車を使用の際は1回300円加算 ・トラブル防止のため、複数人で担当し、活動にかかる時間を短縮します。 ・事前に見積額もお出しできます。
	< 住環境改善維持活動 > ・専用庭の樹木・芝生等の伐採・剪定・刈込・植替えと整理 ・物置の移動・解体等	
申込先	松葉1-2管理組合事務所の玄関右壁に設置した専用受付箱に備えられている申込用紙に記入のうえ、投函してください。※詳細は、04-7132-3287東田事務局長へお問い合わせください。	