

焼津市 居場所ガイドブック



目次

1 居場所ガイドブックについて	3
2 居場所とは	3
3 居場所の効果	3
4 居場所の紹介	4
5 居場所の立ち上げ	33
■ 立ち上げのポイント	33
■ 居場所づくり講座で学ぶ	34
■ 助成制度	35
■ 生活支援コーディネーターによる支援	35
6 焼津ころばん体操の紹介	36
7 地域での活動場所の情報サイト	38

掲載居場所一覧

番号	居場所の名称	地区	ページ	番号	居場所の名称	地区	ページ
1	ふれあいサロンすみれ	焼津	4	25	あいあい	大富	19
2	みんなの茶話会・笑福会	焼津	5	26	コミュニティ5	大富	20
3	金スマの会	焼津	5	27	ひょうたんの会	大富	20
4	さわやか会	大村	6	28	スマイル8町館	大富	21
5	サン大覚寺	大村	7	29	ふれあいサロン ひまわりの会	大富	21
6	本郷カフェ	大村	7	30	すずらんサロン	和田	22
7	和の会	豊田	8	31	おしゃべり処 庵	和田	23
8	ひまあり会	豊田	9	32	すみれおしゃべり会	和田	23
9	オレンジ	豊田	9	33	ほっこりサロン	和田	24
10	西やいづ茶話会	豊田	10	34	フレンド	和田	24
11	ながらみサロン	豊田	10	35	みなとっちサロン	港	25
12	五ヶ堀ふれあいサロン	豊田	11	36	北新田公会堂サロン	港	26
13	ひまわり茶論	豊田	12	37	田尻北公会堂サロン	港	26
14	お茶っこの会 中小土	豊田	12	38	下小田公会堂サロン	港	27
15	さぼてんの会	豊田	13	39	地域の居場所 グループリビングCOCO下小田	港	27
16	中小土お楽しみ会	豊田	13	40	中島さわやか会	大井川	28
17	いきいき旅倶楽部	小川	14	41	みんなの居場所	大井川	29
18	カフェ里	東益津	15	42	ふれあいの居場所	大井川	29
19	和み	東益津	16	43	おしゃべりサロン よりあい	大井川	30
20	浜ちゃんとみち子さんのサロン	東益津	16	44	コミュニティ海の会	大井川	30
21	ふれあいサロン河原	大富	17	45	くれ竹サロン	大井川	31
22	本中根サロン1・2・3	大富	18	46	ゆうゆうクラブ	大井川	31
23	大富おひさまの会	大富	18	47	サロン「アザレア」	大井川	32
24	大住の居場所 さくら会	大富	19				

居場所マップ



1 居場所ガイドブックについて

今後更に高齢化が進み、医療や介護サービス等への需要が増加していく中、公的サービスだけで地域を支えることが難しくなってきます。

そうした中、高齢者自ら介護予防に取り組むことや、地域住民同士による支え合いの体制づくりが必要となります。

そこで、焼津市では、高齢者がいつまでも活躍できる地域づくりのため、高齢者の社会参加の場となる「居場所」の新規開設や活動の支援をしています。

このガイドブックは、市内で実施されている居場所の取組をまとめたものです。このガイドブックを参考に、お近くの居場所に参加してみたり、仲間を誘って居場所づくりを試みませんか。

2 居場所とは

居場所は「通いの場」の一つで、介護予防や生きがいを目的として、住民が主体となり、健康体操や趣味活動等の様々な活動を行う場です。

年齢や心身の状態等に関わらず、誰でも参加することができ、地域の交流の場となります。



出典：通いの場の課題解決に向けたマニュアル Ver.1 (令和6年3月)

3 居場所の効果

居場所に参加することで、次のような効果があるとされています。

① 介護予防・認知症予防

定期的に地域の仲間と集まり、おしゃべりや、体操をすることで、身体・認知機能の維持や向上につながります。

② 社会参加の促進

参加者一人ひとりが主体となって活動することで、自分の役割や楽しさ、生きがいを見出し、社会参加の意欲が高まります。

③ 地域の支え合いの向上

お互いに、日頃から体調の具合等について声掛けし合うことで、地域の見守り合いや支え合いの向上につながります。

4 居場所の紹介



焼津地区

【活動参加への問合せ先】 生活支援コーディネーター
(焼津市社会福祉協議会地域づくり課) TEL.054-621-2941



地図番号	1	名称	ふれあいサロンすみれ	開設年	平成8年9月
会場	3区防災センター柳会館 ラ・ポール	キャッチ コピー	遊びに来るさ～		
活動紹介	<p>令和5年9月にスカットボールゲームを赤い羽根の助成金で購入しました。スカット台の得点穴にスティックでボールを打ち、得点を競うゲームです。みんなで応援したり、打ち方を教え合ったりと楽しんでいます。後半は、カラオケで大きな声を出して合唱をします。</p> <p>クリスマスには、ビンゴゲームやスカットボールで近所の子供たちと一緒に楽しく過ごします。</p>				
基本情報	<p>開催場所 / 本町2丁目13-18 開催日 / 第2水曜日 開催時間 / 10:00～12:00 参加費 / 無料 ※1区以外の方100円 対象 / どなたでも 駐車場 / 10台 代表者 / 加藤 京子</p>				

地図番号	2	名称	みんなの茶話会・笑福会		開設年	令和元年12月
会場	五社神社社務所		キャッチコピー	顔見知りの人と笑顔をかわす		
活動紹介	<p>地域の人が気楽に集まって、おしゃべりしたり、体操したり、頭も体も心も活性化。多彩なボランティアの方々(三味線・オカリナ・ハーモニカ・ハンドベル・脳トレ等)、地域包括支援センター、シルバー人材センターの方々の催しも楽しく好評です。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 塩津71 開催日 / 第3火曜日 開催時間 / 6月~9月 9:30~11:30 4月~12月・1月~3月 13:00~15:00 参加費 / 無料 対象 / 第4自治会の方どなたでも 駐車場 / 3台 代表者 / 鈴木 由利子</p>					

地図番号	3	名称	金スマの会		開設年	令和5年12月
会場	市民活動交流センター くるさ~ (昭和通り)		キャッチコピー	地域で輝くおやじの会		
活動紹介	<p>令和5年3月から5月に「男性だけのスマホ教室」が開催されました。その後、男性だけの居場所立ち上げを目指し、同年12月「金スマの会」として、スタートしました。スマホ講座を行ないながら、グループLINEで操作技術の向上を目指し、活動しています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 本町4丁目14-13 開催日 / 第1金曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 無料 対象 / 第1自治会から 第5自治会居住の男性 駐車場 / アトレ駐車場を利用 代表者 / 鈴木 寛文</p>					



大村地区

【活動参加への問合せ先】 生活支援コーディネーター
(焼津市社会福祉協議会地域づくり課) TEL.054-621-2941

地図番号	4	名称	さわやか会		開設年	令和4年4月
会場	焼津市総合福祉会館		キャッチコピー	みんなでアイディアを出しながら活動しています！		
活動紹介	<p>令和3年度に開催した長寿力向上教室に参加したメンバーが、今後も運動や会話を楽しみたいと「さわやか会」を立ち上げました。</p> <p>月に2回集まり、すこやかエブリデーの体操から始まり、ノルディックウォーキングや、メンバー発案の趣味活動を楽しんでいます。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 大覚寺 3-2-2 開催日 / 第2・4火曜日 開催時間 / 10:00~11:30 参加費 / 無料 (必要に応じ徴収) 対象 / 80歳以上、一人暮らし 駐車場 / あり 代表者 / 藪崎 定雄 伊藤 絢子</p>					

地図番号	5	名称	サン大覚寺		開設年	令和4年12月
会場	大覚寺公会堂		キャッチコピー	SUN(サン)太陽のように「輝く人生の輪」が広がっていく場所に！		
活動紹介	<p>いつまでも自分の足で歩くため、健康を維持していく事を目的にした、体操をメインに実施する居場所です。心の持ち方で気持ちが楽になるような話もします。月1回の開催ですが、皆様と楽しいひと時を過ごせていけたらと思っています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 大覚寺2-9-7 開催日 / 第3月曜日 開催時間 / 10:00~11:30 参加費 / 無料 対象 / どなたでも 駐車場 / 10台位 代表者 / 大石 鈴代</p>					

地図番号	6	名称	本郷カフェ		開設年	令和6年8月
会場	本郷公会堂		キャッチコピー	地域の人達が気軽に集まり、楽しく時間を過ごせる場！		
活動紹介	<p>1~2か月に1回、日曜日に不定期で開催しています。活動内容は特に決めず、楽器を奏でられる人は楽器を奏でたり、おしゃべりしたい人はおしゃべりしたり、ゆったりしたい人はゆったり過ごしています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 大栄町2丁目14-17 開催日 / 日曜日 (不定期) 開催時間 / 13:30~15:30 参加費 / 心づけ 対象 / どなたでも 駐車場 / 本郷公会堂 横 (株)本郷 駐車場 代表者 / 石野 豊</p>					



豊田地区

【活動参加への問合せ先】 生活支援コーディネーター
 (焼津市社会福祉協議会地域づくり課) TEL.054-621-2941



地図番号	7	名称	わ 和の会	開設年	令和元年9月	
会場	第8自治会公会堂(神明宮)		キャッチ コピー	誰もが立ち寄れる、地域の皆さまとお話や自由な時間を過ごせる場所		
活動紹介	<p>毎月歌とラジオ体操から始まっています。講師をお招きして、健康体操、元気ボール体操、楽器の演奏を聞いたりしています。飲み物は各自持参しています。</p> <p>気軽に周りの人たちと会話が和むようにという思いを込めて「和の会」という名前にしました。誰もが気軽に立ち寄れる、地域の絆づくりの「和の会」に参加してはいかがでしょうか。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 三ケ名980 開催日 / 第2金曜日 開催時間 / 10:00~12:00 参加費 / 無料 対象 / どなたでも 駐車場 / 12~15台 代表者 / 岸 幸一</p>					

地図番号	8	名称	ひまあり会		開設年	令和元年11月
会場	宮島会館		キャッチコピー	美味しいコーヒー飲んでって！ ひまあり会		
活動紹介	<p>ドリップコーヒーの香ばしい香りから始まるひまあり会です。ころばん体操で身体をほぐし、脳トレで頭をほぐし笑顔でスタートします。楽器の演奏会で心豊かにし、健康講座や生活講座で知識を深め、地域で助け合い、声掛けの出来るような絆づくりの場として活動しています。</p> <p>ひまがある時寄ってみて！おいしいコーヒー飲んでって！</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 三ヶ名647-27 開催日 / 第2木曜日 開催時間 / 10:00～12:30 参加費 / 300円 (お菓子、コーヒー、保険代) 対象 / どなたでも 駐車場 / 5台 代表者 / 深沢 信吾</p>					

地図番号	9	名称	オレンジ		開設年	令和元年11月
会場	宮島会館		キャッチコピー	話そう、遊ぼう、体と指と脳を動かそう		
活動紹介	<p>皆さんが三々五々と集い、おしゃべりに花を咲かせ、知識や情報を交換しています。</p> <p>どこのご家庭にもある不用品 (ペットボトルや同キャップ、菓子空箱等) や手に入れやすい折り紙やビー玉を使って簡単工作。そしてそれらでゲームや脳トレに挑戦。もちろん家に帰ってからもまた作れ、遊べます。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 三ヶ名647-27 開催日 / 第4日曜日 (2月、7月は第3日曜日) 開催時間 / 13:00～15:00 参加費 / 無料 (菓子・飲み物付あり) 対象 / どなたでも 駐車場 / 2台 代表者 / 沼野 謙三</p>					

地図番号	10	名称	さわかい 西やいづ茶話会	開設年	平成29年11月
会場	小屋敷公会堂	キャッチコピー	誰でも気楽に立ち寄れる居場所		
活動紹介	<p>おしゃべりをしたり、皆さん興味のあることをしています。カラオケ部屋では、備え付けの楽曲の中から、各人でまたは仲間と一緒に歌っています。筆ペンでの文字の練習は、書道の先生が添削をしてくださいます。</p> <p>空手の指導者による健康体操も行っています。その他にも、パッチワーク模様の袋やポーチ、毛糸で座布団などを作りました。たまに保育園児が遊びに来てくれます。</p>				
基本情報	<p>開催場所 / 小屋敷301-1 開催日 / 第2・第4火曜日 開催時間 / 9:30~12:00 参加費 / 200円 対象 / どなたでも 駐車場 / 2~3台 代表者 / 松村 速男</p>			 	

地図番号	11	名称	ながらみサロン	開設年	令和4年5月
会場	空き家 (小屋敷 161-5)	キャッチコピー	だれでも今日からすぐ仲間		
活動紹介	<p>① ころばん体操で健康維持を目指します ② おしゃべりタイムで情報交換をしていきましょう ③ 季節のイベントを楽しみましょう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ピザ窯でピザを焼こう ・「餅っこ」で餅つきを楽しもう！ ・節分飾りを作ってみよう！ ・牛乳パックで小物入れを作ろう！ 等 <p>全て「見てるだけ」の参加もOKです</p>				
基本情報	<p>開催場所 / 小屋敷161-5 開催日 / 毎月10日、20日 開催時間 / 10:00~12:00 参加費 / 300円 対象 / どなたでも 駐車場 / 2台可 (要連絡) 代表者 / 五十嵐 妙子</p>			 	

地図番号

12

名称

五ヶ堀ふれあいサロン

開設年

令和2年9月

会場

豊田第9自治会
コミュニティセンター 他

キャッチ
コピー

困ったときはお互い様！！
誰も皆、細やかながら微笑んで、
日々穏やかに暮らせますように

活動紹介

五ヶ堀之内地区を主に、日々の見守り隊・花植え隊・支え合い隊活動を軸にして子供から高齢者までの住人がふれあい、支え合える場所を提供すべく各種教室を開催しています。

趣味活動として卓球・麻雀・パタンク・ハンドベル・うたごえ喫茶などを、交流活動として広場遊び、ひとり親家庭を対象とした子ども食堂を開催しています。



基本情報

開催場所 / 五ヶ堀之内960 (豊田第9自治会コミュニティセンター)
五ヶ堀之内1181 (五ヶ堀之内チビッコ広場)
五ヶ堀之内1177 (カフェカンパーニュ)

開催日 / 月に15日程度
(詳しくはお問合せください。)

参加費 / コミュニティセンターは200円
その他は原則無料

対象 / どなたでも
駐車場 / あり
代表者 / 加茂 潤二



地図番号	13	名称	サロン ひまわり茶論	開設年	令和4年4月
会場	小柳津公会堂	キャッチコピー	誰もが気軽に立ち寄れる 自由で気楽な茶論(サロン)		
活動紹介	<p>ミニデイを解散し、新たに茶論(サロン)として誕生しました。おしゃべりを中心に活動していて、1か月の出来事をみんなで話しています。おしゃべりに夢中になり、時間が経つのを忘れてしまいます。</p> <p>多勢で楽しめる大オセロやすばらしい輪投げセットはスタッフのご主人の手作り。おしゃべりやゲームで楽しんでいます。年1回はお食事会を開いています。</p>				
基本情報	<p>開催場所 / 小柳津366 開催日 / 第2月曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 200円 対象 / どなたでも 駐車場 / 10台位 代表者 / 岡村 功代</p>			 	

地図番号	14	名称	お茶っこの会 中小土	開設年	令和元年5月
会場	中小土公会堂	キャッチコピー	どなたでも気軽にご参加ください！		
活動紹介	<p>「お茶っこ」とは、岩手県にボランティアに行ったとき、「ひと休みしてお茶でも飲みましょう」を「お茶っこしよう」と言う聞き、そこから名を頂きました。あたたかな、ホッとさせる言葉だと思いました。</p> <p>地域の皆さんに気軽に立ち寄っていただき、みんなで楽しいひとときを過ごせる居場所です。</p>				
基本情報	<p>開催場所 / 小土785-3 開催日 / 第4土曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 100円 対象 / どなたでも 駐車場 / 8台 代表者 / 中嶋 艶子</p>			 	

地図番号	15	名称	さぼてんの会		開設年	令和4年6月
会場	中小土公会堂		キャッチコピー	さあ、一歩踏み出そう。老若男女、誰もが参加でき、楽しくふれあう、交流の輪を広げよう		
活動紹介	<p>毎回、前半はころばん体操で心と身体をほぐし、後半は折り紙、楽器演奏、手品、歴史講話などボランティアによる様々なイベントを楽しんでいます。</p> <p>参加者同士の和やかな会話も弾んでいます。地域の皆さんと一緒に楽しみ、会話することで、明日への英気を養いましょう。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 小土785-3 開催日 / 第3木曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 200円 対象 / どなたでも 駐車場 / 4台 代表者 / 鈴木 高行</p>					

地図番号	16	名称	中小土お楽しみ会		開設年	令和5年12月
会場	中小土公会堂		キャッチコピー	みんなで元気に過ごしましょう		
活動紹介	<p>地元のさわやかクラブ「第2喜楽会」が解散したため、メンバーで新たに居場所を立ち上げました。</p> <p>みんなが集まる場所となるよう活動しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体操 ・ゲーム ・脳トレ ・合唱 等 <p>季節毎に行事を企画しています！</p> <p>ぜひお越しください！</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 小土785-3 開催日 / 第2月曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 200円 対象 / どなたでも 駐車場 / 4台程度 代表者 / 平川 猛</p>					



小川地区

【活動参加への問合せ先】 生活支援コーディネーター
(焼津市社会福祉協議会地域づくり課) TEL.054-621-2941

地図番号	17	名称	いきいき旅倶楽部		開設年	平成23年11月
会場	小川上公会堂		キャッチコピー	参加自由な「学び・交流」の場		
活動紹介	<p>新たな出会いにより、生きがいを作っていくことを「旅」と呼び、サロン活動をしています。皆さんの希望を取り入れ、学ぶ要素の多い交流の場です。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 西小川4丁目4 開催日 / 脳力アップ 第1木曜日 9:30~11:00 旅サロン 第3木曜日10:00~11:30 ※おにぎりの会12:00~13:00 歌声サロン第4月曜日10:00~11:00 参加費 / 300円 ※おにぎりの会は実費300円前後 対象 / どなたでも 駐車場 / 8台、近隣5台 代表者 / 山田 節子</p>					



東益津地区

【活動参加への問合せ先】 生活支援コーディネーター
(焼津市社会福祉協議会地域づくり課) TEL.054-621-2941



地図番号	18	名称	カフェ里	開設年	平成27年7月
会場	中里会館	キャッチコピー	身近な仲間が気軽に学び、 楽しくおしゃべりできる場		
活動紹介	<p>前半の1時間は学びの時間として、その時々話題、地域の歴史文化の講話や音楽、落語、手品などを、後半の1時間はお喋りの時間として三々五々楽しいひと時を過ごしています。</p> <p>帰路に就くみんなの合言葉は「また来月ネ!」です。</p>				
基本情報	<p>開催場所 / 中里270-1 開催日 / 第4水曜日 (祝日の場合は翌日) 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 100円 ※昼食がある場合は実費 対象 / 中里区の居住者・縁故者 駐車場 / 30台 代表者 / 松永 哲雄</p>				

地図番号	19	名称	和み		開設年	令和2年5月
会場	民家		キャッチコピー	昭和40年代の家で 和みのひとときを過ごしましょう		
活動紹介	<p>浜当目海岸近くの古い空き家を、自分たちの手でリノベーションしました。</p> <p>主に日曜日の不定期開催ですが、気軽にお立ち寄りください。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 浜当目2-10-28 開催日 / 日曜日 (不定期) 開催時間 / 8:30~12:00 参加費 / 無料 対象 / どなたでも 駐車場 / 2~3台 代表者 / 斉藤 道世</p>			 		

地図番号	20	名称	浜ちゃんとみち子さんのサロン		開設年	令和3年11月
会場	旧浜寿司		キャッチコピー	楽しい、美味しい、嬉しいを モットーに		
活動紹介	<p>ころばん体操を中心とした健康維持を目標にして、おしゃべり会、脳トレ、トランプ、百人一首、ゲーム、お誕生日会、お花見、手芸などを行っています。</p> <p>ヨーグルト、お茶菓子、お弁当などを提供することもあり、防災や認知症の出前講座を受けることもあります。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 浜当目1-11-9 開催日 / 第1・3・4火曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 無料 ※外食などの場合は、実費徴収 対象 / 東益津第17自治会7町内会 駐車場 / 4台 代表者 / 鶴橋 初子</p>			 		



大富地区

【活動参加への問合せ先】 生活支援コーディネーター
(焼津市社会福祉協議会地域づくり課) TEL.054-621-2941



地図番号	21	名称	ふれあいサロン河原		開設年	平成30年4月
会場	河原新公会堂		キャッチコピー	高齢社会⇒幸齢社会へ 河原地区を元気に!		
活動紹介	<p>毎月1回、地区の公会堂に集まり、体操や歌、ゲーム、ボランティアの演奏などを楽しんでいます。昼食時にはおしゃべりも盛り上がります。</p> <p>現在は女性メンバー30人程が参加し、年齢は60代から90代。年代は違えど、同じ時間を共にし、交流を深める中でお互いに良い刺激を与えています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 中根新田1321-1 開催日 / 第2・4木曜日 開催時間 / 10:00~12:00 参加費 / 200円 (菓子代等) 対象 / 河原地区在住の方 駐車場 / 15台 代表者 / 蒔田 俊弘</p>			 		

地図番号	22	名称	本中根サロン1・2・3		開設年	令和4年6月
会場	本中根公会堂		キャッチコピー	地域の高齢者が 楽しい時間を過ごす所		
活動紹介	<p>本中根1・2・3町内会の住民で構成されています。「みんな来てね」と声を掛け合い、本中根サロン1・2・3を開所しました。</p> <p>身体を動かしたり、おしゃべりを楽しんだり、歌ったり、手作りしたり、時にお話を聞いたり、皆で楽しい時間を過ごしています。参加者、スタッフが共に笑顔いっぱいのゆったりとした居場所です。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 本中根823-1</p> <p>開催日 / 第1火曜日</p> <p>開催時間 / 9:30~11:30</p> <p>参加費 / 100円 (菓子代)</p> <p>対象 / 本中根の高齢者</p> <p>駐車場 / 20台</p> <p>代表者 / 八木 ひでみ</p>					

地図番号	23	名称	大富おひさまの会		開設年	平成24年4月
会場	三右衛門新田地区公会堂		キャッチコピー	誰もが気軽に参加できる居場所		
活動紹介	<p>何歳であっても、仲間と同じ時間を過ごし共有できることは楽しいものです。</p> <p>毎回素敵な催しを考え、多くの仲間が気軽に参加できる活動を行っています。性別や年齢も問わず誰でも参加できるので、新しいお友達づくりにぜひお越しください。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 三右衛門新田246-4</p> <p>開催日 / 第4金曜日</p> <p>開催時間 / 9:30~11:30</p> <p>参加費 / 200円 (飲物・菓子)</p> <p>※行事開催日は別途</p> <p>対象 / どなたでも</p> <p>駐車場 / 10台</p> <p>代表者 / 小野田 杏里</p>					

地図番号	24	名称	大住の居場所 さくら会		開設年	平成31年3月
会場	代表宅	キャッチコピー	“向こう三軒両隣り”のお付き合いを楽しみましょう。			
活動紹介	<p>ころばん体操や黒石川土手の散策、ゲーム、ためになるDVD鑑賞、ふまねっと、玉ねぎの育成・収穫などを楽しんでいます。また、2か月に1回、駿河西病院の車で、お買い物ツアーを実施しています。毎月、居場所の開催内容を掲載した「さくら会通信」を作成し、次回のお知らせも併せて、参加者に配布しています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 大住978-11 開催日 / 毎月最終日曜日 開催時間 / 13:30~15:00 参加費 / 200円 (菓子・保険) 対象 / どなたでも 駐車場 / 近隣5台 代表者 / 平田 芳江</p>					

地図番号	25	名称	あいあい		開設年	令和元年11月
会場	代表宅	キャッチコピー	大住の居場所“あいあい”に来て美味しい食事と麻雀を！			
活動紹介	<p>ご近所の人が集い、体操やゲーム、おしゃべりをして過ごします。孤食になりがちな人たちが、みんなで食べれば会話も広がり、楽しい食事になります。手作りの食事が自慢です。</p> <p>午後は、麻雀の時間。頭を使って、手を動かし、会話が弾む麻雀を行うことで認知症予防になっていると思います。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 大住110-1 開催日 / 毎週火、金曜日 開催時間 / 10:00~15:00 参加費 / 500円 (食事など) 対象 / 本中根の高齢者 駐車場 / 10台 代表者 / 山本 邦代</p>					

地図番号	26	名称	コミュニティ5		開設年	令和4年4月
会場	中新田第5町内会集会所	キャッチコピー	笑顔で会える居場所			
活動紹介	<p>ころばん体操、すこやかエブリデー体操、おしゃべり、ゲーム、輪投げ、手芸講師をお招きした講演会などを行っています。</p> <p>しずおか健康長寿財団の民間活力支援事業に参加して、介護予防体操と自宅のできる食べる力を保つ訓練の講義をしてもらいました。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 中新田137-2</p> <p>開催日 / 第2日曜、第4月曜</p> <p>開催時間 / 9:30~11:30</p> <p>参加費 / 200円 (体操は無料)</p> <p>対象 / どなたでも</p> <p>駐車場 / なし ※第4月曜は体操を行います。</p> <p>代表者 / 太田 美代子</p>					

地図番号	27	名称	ひょうたんの会		開設年	令和4年4月
会場	森田宅 (中新田1855)	キャッチコピー	近隣の方々のふれあいの場として活動しています			
活動紹介	<p>近隣の方々が集まり、同じ地区にいても知らなかった方や、会う機会がなくなっていた方が自由にお話ししています。</p> <p>ラジオ体操、季節の行事 (新茶会、クリスマス会)、ボランティアさんによる手品や楽器演奏等も定期的に行っています。送迎も行っていますので、気軽に参加してください。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 中新田1855</p> <p>開催日 / 第3火曜日</p> <p>開催時間 / 9:30~11:30</p> <p>参加費 / 100円 (食事は有料)</p> <p>対象 / 19自治会1町内会</p> <p>駐車場 / 10台</p> <p>代表者 / 藤浪 久江</p>					

地図番号	28	名称	スマイル8町館		開設年	平成28年4月
会場	旧三輪宅	キャッチコピー	誰もが気軽に集い、話して笑って元気になるスマイル8町館			
活動紹介	<p>サロンでは、体操やゲーム、紙芝居、折り紙、おしゃべりなどが中心です。そのほかにも各種講座（苔玉教室、クリスマスリース、押し花教室等）や、イベント（流しそうめん、芋煮会、朝市）、演奏会（オカリナ、ギター、三味線、尺八等）、桜を見る会などの楽しい行事も企画、開催しています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 大島418-1 開催日 / 第1・3火曜日 開催時間 / 10:00~12:00 参加費 / 100円 対象 / どなたでも 駐車場 / 3台 代表者 / 尾崎 一郎</p>					

地図番号	29	名称	ふれあいサロンひまわりの会		開設年	平成28年2月
会場	北道原集会所	キャッチコピー	誰もが気軽に来ることができる居場所			
活動紹介	<p>編み物や折り紙が上手な人、短歌が好きな人など誰でも気軽に先生になって教えてもらい、参加者同士で楽しんでいます。カラオケや紙芝居、輪投げなども行います。その他、交通指導員や保健センター、マジックなどの出前講座を依頼することもあります。外出を楽しむ活動も行い、気持ちのリフレッシュにつなげています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 道原1100 開催日 / 毎週水曜日 開催時間 / 10:00~11:30 参加費 / 100円 (当日持参) 対象 / どなたでも 駐車場 / 6台 代表者 / 八木 美知代 問合せ先 / 624-3235</p>					



和田地区

【活動参加への問合せ先】 生活支援コーディネーター
 (焼津市社会福祉協議会地域づくり課) TEL.054-621-2941



地図番号	30	名称	すずらんサロン		開設年	令和3年12月
会場	一色上公会堂		キャッチコピー	老若男女だれでも集える地域交流の場		
活動紹介	<p>地域の高齢者の出会いの場でもあり、絆づくりの場です。双子の赤ちゃんが参加してくれたときは、みなさん癒されました。夏休み・冬休み・春休みには、小学生も参加してくれます。</p> <p>体操、脳トレ、ゲーム、出前講座、体力づくり、認知症予防、おしゃべり等をして、笑っての仲間づくりです。</p> <p>高齢者だけでなく、どなたでも参加できます。スタッフ一同、笑顔でお待ちしています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 一色829</p> <p>開催日 / 第4月曜日</p> <p>開催時間 / 9:30~11:30</p> <p>参加費 / 100円</p> <p>対象 / どなたでも</p> <p>駐車場 / 10台</p> <p>代表者 / 渋谷 泰子</p>					

地図番号	31	名称	おしゃべり処 <small>あん</small> 庵	開設年	令和5年4月
会場	代表者宅	キャッチコピー	みんなで楽しくおしゃべりしよう		
活動紹介	<p>自宅の離れを利用して居場所を開所しました。地域や年齢、性別も関係なく、誰でもお越し頂けます。ささやかな茶菓子で2時間楽しんで下さいね。唄を歌ったり、ミニ体操、ゲームをしたり紙芝居もありますよ。お一人様、お友達連れ、皆さんで人生を楽しんでみませんか。おしゃべり処「庵」に出会ったことで、変化が起こるかもしれません。そんな居場所づくりを目指しています。予約はいりません。お待ちしております。</p>				
基本情報	<p>開催場所 / 一色880-2 開催日 / 第3月曜日 開催時間 / 10:00~12:00 参加費 / 200円 対象 / どなたでも 駐車場 / 5台 代表者 / 増田 さえ子</p>			 	

地図番号	32	名称	すみれおしゃべり会	開設年	令和5年6月
会場	14町内会公会堂 (すみれ台1丁目公会堂)	キャッチコピー	おしゃべりでつながる地域交流の場		
活動紹介	<p>コロナ前は、家の前やスーパー、散歩道で色々な方とおしゃべりができていました。地域交流の行事も減り、ご近所さんとの交流さえ減ってしまいました。とにかく集まって「おしゃべり」をする、そこからスタートでした。</p> <p>月1回の会ですが、地域のみなさんと過ごす場があることでつながりが深まっています。</p> <p>血流up体操・歌・簡単なゲームなど、みんなで協力してできるように工夫しています。</p>				
基本情報	<p>開催場所 / すみれ台1丁目1-1 開催日 / 第4金曜日 開催時間 / 10:00~11:30 参加費 / 無料 対象 / どなたでも 駐車場 / 2台 代表者 / 増田 千明</p>			 	

地図番号	33	名称	ほっこりサロン		開設年	令和5年11月
会場	すみれ台2丁目公会堂		キャッチコピー	2丁目のみんながほっこりふれあう居場所		
活動紹介	<p>地域の高齢化が進む中、すみれ台2丁目のみんながほっこりふれあえる居場所になったらと考え立ち上げました。</p> <p>開所から1年、焼津ころばん体操、おしゃべり、ゲームなどで楽しく過ごしています。娯楽室には、図書・おじゃみ・あやとり・間違い探し・折り紙などを揃えています。「このような居場所があって楽しい」との声も上がり、更に充実させていきたいと考えています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / すみれ台2丁目11-8</p> <p>開催日 / 第3金曜日</p> <p>開催時間 / 10:00~11:30</p> <p>参加費 / 無料</p> <p>対象 / どなたでも</p> <p>駐車場 / 2台</p> <p>代表者 / 加島 栄一郎</p>					

地図番号	34	名称	フレンド		開設年	令和5年12月
会場	代表者宅		キャッチコピー	明るく楽しい事、笑う事が好きな人が集まる場所です		
活動紹介	<p>明・楽・笑をモットーに健康に長寿を目指してお出かけしてきてください。</p> <p>人との会話の中で人を思いやり、自分を大切に！</p> <p>皆さん、楽しく笑顔です。</p> <p>ぜひ、お出かけください。お待ちしております。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 田尻1057</p> <p>開催日 / 第3木曜日 第1・第4土曜日</p> <p>開催時間 / 13:00~15:00</p> <p>参加費 / 100円</p> <p>対象 / どなたでも</p> <p>駐車場 / 20台</p> <p>代表者 / 増井 のぶ子</p>					



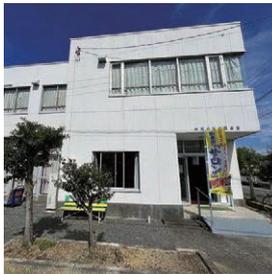
港 地 区

【活動参加への問合せ先】 生活支援コーディネーター
(焼津市社会福祉協議会地域づくり課) TEL.054-621-2941



地図番号	35	名称	みなとっちサロン	開設年	平成27年6月
会場	港地域交流センター	キャッチコピー	交流センターの居場所。 どなたでも気楽に立ち寄れる場所		
活動紹介	<p>サロンでは、決まったプログラムはありません。時には、ハーモニカの伴奏で歌をうたい、参加者の特技（例えば折り紙など）をみんなに教えあったり、手品を披露する方がいたり、ちょっとした知恵袋の講座を即席で開いてくれたりと、誰もが参加者で先生にもなれるサロンです。</p> <p>みなとっちサロンは、自治会・民生委員・地域の方々の支えを受け、今後も続けていきます。</p>				
基本情報	<p>開催場所 / 石津港町40-1 開催日 / 第1木曜日・第3日曜日 開催時間 / 第1木 9:30~11:30 第3日13:30~15:30 参加費 / 無料 対象 / どなたでも 駐車場 / 40台 代表者 / 鈴木 春子</p>				

地図番号	36	名称	北新田公会堂サロン		開設年	平成28年2月
会場	田尻北新田公会堂		キャッチコピー	参加者や子どもたちとのふれあいで元気に！		
活動紹介	<p>人と人とのふれあいで「行きがい・生きがい」づくりをすめ、活力ある地域づくりを目指しています。</p> <p>普段はおしゃべりやゲーム、ころばん体操をしながら楽しい時間を過ごしています。地域の保育園児との交流で、子どもたちとふれあうことでも元気なパワーをもらっています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 北新田224 開催日 / 第3水曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 無料 対象 / どなたでも 駐車場 / 10台 代表者 / 鈴木 正子</p>					

地図番号	37	名称	田尻北公会堂サロン		開設年	平成28年3月
会場	田尻北浜北公会堂		キャッチコピー	井戸端会議、気軽に おしゃべりできる居場所		
活動紹介	<p>田尻北公会堂サロンは、おしゃべりから始まります。70代から80代を中心に、30人ほどの高齢者が参加しています。世間話や家族の話など、身近な話題を中心に楽しくお茶を飲みながら談笑します。</p> <p>その他にも、みんなで歌を歌ったり、輪投げゲームやころばん体操など体を動かすことで介護予防を図ったり、地域の歴史を学んだりと色々な活動を行っています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 田尻北1502-6 開催日 / 第3木曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 無料 対象 / どなたでも 駐車場 / 20台 代表者 / 橋ヶ谷 昌広</p>					

地図番号	38	名称	下小田上公会堂サロン		開設年	平成27年12月
会場	下小田上公会堂	キャッチコピー	見て・聞いて・笑って・話して、 帰る時はいきいき元気			
活動紹介	<p>港地域交流センターに開設されたサロンの趣旨に賛同し、地元でも足が運びやすく参加しやすい居場所を考え、地域で開所しました。活動内容は前半はゲーム・歌・マジック・フラダンスを行ったり、2か月に1回程度、外部講師を招き健康や防災などについて学びます。後半は、お茶を飲みながらおしゃべりをしたり、麻雀や将棋・囲碁などを行い、各々楽しい時間を過ごしています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 下小田716-4 開催日 / 第1・3火曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 無料 対象 / 高齢者 駐車場 / 12台 代表者 / 大石 哲郎</p>					

地図番号	39	名称	地域の居場所 グループリビング COCO下小田		開設年	平成30年
会場	COCO下小田イベントスペース	キャッチコピー	参加型有償ボランティアによる 居場所を提供しています			
活動紹介	<p>年齢問わず、誰でも楽しめるよう様々なイベントを用意しており、いつ来ても誰かがいます。内容は運動系、趣味系、音楽系と多彩です。</p> <p>いきいき健康体操・フラダンス・ふまねっと・俳句・ボッチャ・ハーモニカ・色筆文字・エコアート・ちぎり絵・クリスタルボウル・石ころアート・ツボ押し・チョークアート・社交ダンス・ウクレレ・コーラスなど。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 下小田171-2 開催日 / 月20日間 ※詳細はチラシを参照 開催時間 / 内容による 参加費 / 300~500円 対象 / どなたでも 駐車場 / 16台 代表者 / 岩井 一正</p>					



大井川地区

【活動参加への問合せ先】 生活支援コーディネーター
(焼津市社会福祉協議会地域づくり課) TEL.054-621-2941



地図番号	40	名称	中島さわやか会		開設年	平成31年1月
会場	中島公会堂		キャッチコピー	体操、脳トレ、おしゃべりして、心も体も健康に！		
活動紹介	<p>月2回開催しています。そのうち1回は、ころばん体操を行った後、計算等の脳トレのプリントを行います。その後、お昼をみんなにとって、おしゃべりをして過ごしています。もう1回は、ころばん体操だけを行い、継続ができるよう工夫しました。いつでも、ご参加お待ちしております。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 中島317-2 開催日 / ①第2日曜日 ②第4土曜日(ころばん体操のみ) 開催時間 / ① 9:30~13:30 ②10:00~11:00 参加費 / 無料(昼食代1,000円程度) 対象 / 高齢者 駐車場 / 4台 代表者 / 萩原 シゲ子</p>					

地図番号	41	名称	みんなの居場所		開設年	令和4年11月
会場	飯淵公会堂		キャッチコピー	男性も女性も大人も子どもも 気軽に参加できる飯淵の居場所		
活動紹介	<p>軽い体操や和やかなおしゃべりをして、いい時間を楽しみたいと思う方は、どなたでもお気軽にお立ち寄りください！参加者は、準備や片づけ等できることをします。</p> <p>メニューは、ころばん体操・おしゃべり・出前講座等を組み合わせながら、みんなで意見・要望を出し合い、みんなで楽しめる場所にしていければと思っています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 飯淵277 開催日 / 第1土曜日(ころばん体操)、 第3土曜日 開催時間 / 9:45~11:45 参加費 / 200円 対象 / どなたでも 駐車場 / 10台 代表者 / 小澤 昭雄</p>			 		

地図番号	42	名称	ふれあいの居場所		開設年	平成28年6月
会場	大井川睦園本館1階		キャッチコピー	幼児から90代のおばあちゃんまで 多世代交流が体験できます！		
活動紹介	<p>地域の子ども、子育て中のお母さん、若者、高齢者など誰もが自由に立ち寄り、ふれあえる多世代交流を推進する場所を作りたいという思いから、老人福祉施設を開放する形で開所しました。</p> <p>決まったプログラムは特にありません。おしゃべりや、その時々でゲームや体操、手遊び、バルーン作りや折り紙・塗り絵などを行っています。誰でも参加でき、好きなときに帰ることができる自由な居場所です。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 高新田2326-58 開催日 / 第3日曜日 開催時間 / 10:00~12:00 参加費 / 無料 対象 / どなたでも 駐車場 / 30台 代表者 / 松田 恵</p>			 		

地図番号	43	名称	おしゃべりサロン よりあい	開設年	令和5年7月
会場	宗高第4町内会公会堂	キャッチコピー	「よりあいの歌」で始まり、「わっはっは」で終わります。		
活動紹介	<p>よりあいは、ボランティア5人がそれぞれの持ち味を生かして活動しています。男性の参加もありますし、利用者も口コミで増えてきました。お菓子は、自由に選んで取る。お茶は、ドリンクコーナーにする等、利用者の皆さんの様子を見て、声を聴き、メンバーで話し合いながら活動しています。</p> 				
基本情報	<p>開催場所 / 宗高823-4 開催日 / 第2水曜日 開催時間 / 10:00~11:30 参加費 / 200円 対象 / どなたでも 駐車場 / 8台 代表者 / 大石 立美</p> 				

地図番号	44	名称	コミュニティ海の会	開設年	令和5年11月
会場	藤守地区コミュニティ防災センター	キャッチコピー	体験しながら、いつまでも元気に！		
活動紹介	<p>海の会では、まずはじめにころばん体操を休憩を挟みながら行い、その後、歌やおしゃべりをして過ごすという、シンプルで続けやすい形で活動しています。自治会、老人会、ミニデイの皆さんにも協力をいただき開所に至りました。毎回、40人近くの方が集まり、男性の参加も多いのも特徴です。</p> 				
基本情報	<p>開催場所 / 藤守2026-1 開催日 / 第3月曜日 開催時間 / 10:00~11:30 参加費 / 100円 対象 / どなたでも 駐車場 / 4台 代表者 / 加藤 雅子</p> 				

地図番号	45	名称	くれ竹サロン		開設年	平成28年9月
会場	下江留第一町内会館		キャッチコピー	人と人とのあたたかい関係を生み、ささえあいの地域交流の場		
活動紹介	<p>誰でも参加でき、いつ来てもいつ帰ってもよい自由な交流の場です。お喋り・笑う・歌う・体を動かす・DVD鑑賞・お話を聞くなど、サロンに参加することで楽しく充実した1日になることを目指しています。</p> <p>内容は利用者の方の希望を聞いて、できるだけ反映するようにしています。これまで、ボッチャ・一芸・出前講座・演奏会・流しそうめん・室内ミニミニ運動会・カラオケ・健康教室などを行い大変好評でした。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 下江留2069 開催日 / 第4木曜日 開催時間 / 9:30~11:30 参加費 / 無料 ※昼食代として500円(年1回) 対象 / どなたでも 駐車場 / 5台 代表者 / 岩ヶ谷 康男</p>					

地図番号	46	名称	ゆうゆうクラブ		開設年	30年以上
会場	つつじ平自治会館		キャッチコピー	みんなと楽しくおしゃべりする場です		
活動紹介	<p>老人クラブ活動から始まったゆうゆうクラブはみんなで顔を合わせ、歌をうたい、和気あいあい、平均年齢およそ90歳のグループで、毎月、みんなと楽しくおしゃべりをして過ごしています。</p> <p>また、地域包括支援センターなどによる、健康に関するお話を聞く機会(出前講座)も作っています。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 上泉612-320 開催日 / 第2水曜日 開催時間 / 10:00~ 参加費 / 昼食代500円 対象 / 高齢者 駐車場 / 10台 代表者 / 清水 潤子</p>					

地図番号	47	名称	サロン「アザレア」		開設年	令和元年10月
会場	つつじ平自治会館		キャッチコピー	つつじ平の住民の憩いの場です		
活動紹介	<p>つつじ平団地の住民を対象に、皆が集う場所にとできた居場所です。名称は、つつじの英語名「アザレア」から名付けました。</p> <p>カラオケ、囲碁・将棋とも週1回固定曜日に開催し、楽しく活動しています。どちらの活動も男性の参加が多いのが特徴です。</p>					
基本情報	<p>開催場所 / 上泉612-320</p> <p>開催日 / 囲碁・将棋 毎週月曜日 13:00~16:00 カラオケ 毎週土曜日 13:00~16:00</p> <p>参加費 / 無料</p> <p>対象 / つつじ平団地の住民</p> <p>駐車場 / 15台</p> <p>代表者 / 法月 正善</p>				 	



5 居場所の立ち上げ

■ 立ち上げのポイント

居場所は、様々な成り立ちや運営方法があり、決まった形はありません。

ここでは、居場所を始めるにあたっての大まかな流れ（目安）を紹介します。順序が入れ替わっても、飛ばしても支障はありません。ポイントは、「まず始めてみる」ことです。分からないこと、相談したいことがあれば、お気軽に生活支援コーディネーターにお問い合わせください。（35 ページ参照）

① 仲間を集めよう

地域で同じような志を持ち、一緒に活動したいという方がたくさんいるはずで
す。次のような方に気軽に、声をかけてみましょう。

- お世話好きな人
- 気心の知れた人
- 地域の事をよく知っている人
- 誰が来ても笑顔で迎えることができる人
- 和やかに過ごせる温かい雰囲気づくりができる人 など

② どんな居場所にするか考えよう

仲間が集まってきたら、どのような居場所を目指すか考えていきましょう。

大事ななのは、運営する側の負担が大きくなり過ぎないことです。無理のない範囲
で、継続して実施していけるような居場所を目指しましょう。

また、自治会や民生委員に相談することで、会場の調整や、参加者の募集等がス
ムーズにいくことがあります。ある程度考えが膨らんできたら、自分たちの活動の
意思を伝えてみるのも良いかもしれません。

③ 開催日を決めよう

居場所は、できるだけ定期的で開催できると良いです。最初は無理なく月1回の
開催とし、慣れてきたら月2回、更に週1回の開催を目指してみましょう。

④ 開催場所を決めよう

開催場所に決まりはありません。次のような場所で、自分たちの活動に合った場
所を探しましょう。

- 地域の公会堂
- ボランティアや参加者の自宅
- 空き家・空き店舗
- 貸出スペース
- 地域のお寺や神社
- 地域交流センター（旧公民館） など

⑤ 運営費を考えよう

活動には、物品を揃えたり、運営経費が必要な場合があります。市や社会福祉協議会からの補助金を活用できる場合があります。（35ページ参照）。

⑥ 参加者を集めよう

開催日時や開催場所が決まったら、いよいよ開設間近です。多くの地域住民に参加してもらえるよう、チラシを作成するなど、居場所の周知をしましょう。

■ 「居場所づくり講座」で学ぶ

- 焼津市社会福祉協議会では、高齢者の居場所づくりに関心がある方を対象とした講座を、年に1回（5日程度）開催しています。
- 講座では、市内の居場所を視察に行ったり、居場所のプログラムを学んだり、立ち上げに向けて必要なことを知ることができます。
- 講座の修了生は、市から「居場所づくり推進員」に任命され、自ら居場所を立ち上げたり、仲間の居場所を手伝ったりします。
- また、情報共有や勉強のための「居場所づくり推進員交流会」が年2回程度開催され、仲間との交流を深める場ともなっています。



▲ 居場所づくり講座の様子 ▲



▲ 居場所づくり推進員交流会の様子 ▲

■ 助成制度

- 焼津市社会福祉協議会では、居場所やミニデイサービス等の実施団体に対して、「地域ふれあいサロン助成事業」による助成金制度を設けています。
- 市では、高齢者の居場所の新規開設や初期の運営を支援する「焼津市高齢者等の居場所運営事業補助金」を設けています。

問合せ先

○ 居場所づくり講座、地域ふれあいサロン助成事業による助成金制度について

焼津市社会福祉協議会 地域づくり課 TEL：054-621-2941

○ 居場所づくり推進員、焼津市高齢者等の居場所運営事業補助金について

焼津市 地域包括ケア推進課 TEL：054-626-1219

■ 生活支援コーディネーターによる支援

居場所の立ち上げに当たっては、生活支援コーディネーターがボランティアのメンバー探しや会場の調整、参加者の募集等の協力をします。

生活支援コーディネーターとは

生活支援コーディネーターは、高齢者の困りごとと地域にある社会資源のマッチングを行っています。また、介護予防に資する居場所づくりなどのお手伝いをします。

焼津市では、焼津市社会福祉協議会に委託し、生活支援コーディネーターを各中学校区に一人ずつ配置しています。

社会資源の把握



困りごとに関する、サービスの情報の整理

生活支援・ニーズ把握・共有サービスのマッチング



聞き取りアンケート調査等

話し合いの場づくり (地域ささえあい協議体)



地域の方との話し合いの場づくり

担い手の育成・発掘



担い手育成講座開催 等

困りごとに対する情報提供ネットワークづくり



既存の地域資源・サービス、新たに開発した地域資源の情報提供

問合せ先

生活支援コーディネーターへの相談について

焼津市社会福祉協議会
地域づくり課

TEL：054-621-2941

6 焼津ころばん体操の紹介

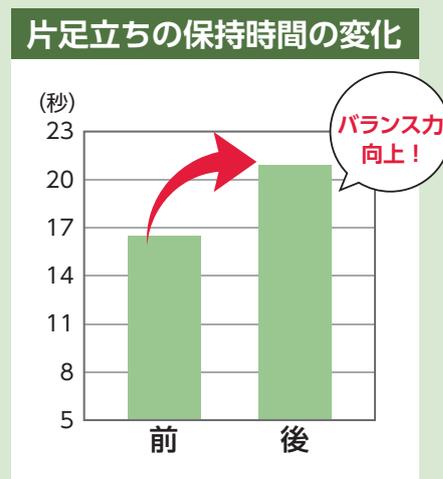
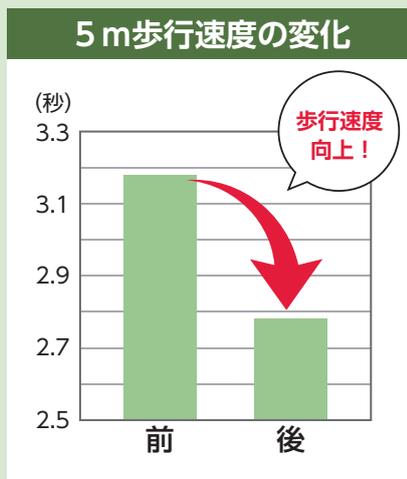
市内の多くの居場所では、介護予防や認知症予防に効果的な「焼津ころばん体操」を、プログラムの一つとして取り入れています。

焼津ころばん体操とは

- 高齢者が気軽に取り組める焼津市オリジナル（理学療法士監修）の体操です。
- 定期的に（週1回程度）取り組むことで、①体の動きの向上、②口腔機能の向上、③認知症予防となり、介護予防として効果的です。
- 椅子に座ったままでも行えます。
- 週1回程度続けることで、身体の状態の改善につながります。



焼津ころばん体操を **週1回** 続けると・・・



※大井川地域交流センターで焼津ころばん体操を実施した19人の結果を基に作成（検証期間：R3.2～11）



▲ 居場所での体操実施の様子

焼津ころばん体操をやってみよう

- 月1回以上体操を実施する団体には市からDVDを配布します。
- 月3回以上実施する団体には、体操の実施に使用する映像機器・椅子の補助金があります。
- 「焼津CITYチャンネル」では動画を公開しています。 →
- 体操を実施することで「ころばんポイント」が貯まり、素敵なプレゼントが当たる等の特典があります。

焼津CITYチャンネルで動画を公開中



全編版
(48分)



短縮版
(21分)

焼津ころばん体操でポイントを貯めて健康になろう！
ころばんポイント
 抽選で素敵なプレゼントが当たる！

ころばんポイントとは
 焼津ころばん体操を実施し、介護予防を推進するためのポイント制度です。ポイントを貯めることで、素敵なプレゼントが当たる抽選に応募できます。

ポイント対象期間 令和6年4月1日～令和7年2月28日
 対象者 65歳以上の焼津市民 応募期間 令和7年2月28日(必着)

STEP 1 焼津ころばん体操を実施する
 STEP 2 ポイントカードに実施日を記入してポイントを貯める
 STEP 3 30ポイント貯まったらポイントカードを提出する

提出先
 ・焼津市地域包括ケア推進課 〒426-8502 焼津市本町2丁目16-32 (3階6番窓口)
 ・市内各地域包括支援センター

令和6年度 ころばんポイントカード

お名前 氏名 生年月日 大正・昭和 年 月 日 (歳)
 〒 住 所 焼津市 性 別 男・女
 主な体操 実施会場 連絡先

焼津ころばん体操の特徴

その1 ①身体の動きを向上させる体操、②口腔の体操、③認知症予防の体操をバランスよく取り入れた体操です。

その2 定期的に(週1回程度)取り組むことで、フレイル(心身の衰え)の予防になります。

その3 椅子に座ったままでも行えるため、多くの人が気軽に取り組むことができます。

その4 皆で集まって行うことで、地域の交流の場になります。

焼津ころばん体操を始めるには？
 ● 65歳以上の方が5人以上集まり、月1回以上実施できる団体には、市からDVDを配布しています。
 ● 個人向けには、YouTubeで配信しています。▶▶
 ● 月3回以上実施する団体には、体操の実施に必要な椅子や映像機器を購入する際の補助金があります。

焼津CITYチャンネルで動画を公開中

問合せ 焼津市地域包括ケア推進課
 〒426-8502 焼津市本町2丁目16-32 (3階6番窓口)
 TEL 62.6-1219 FAX 62.1-0034

ポイントの貯め方
 焼津ころばん体操を実施する
 ポイントカードに実施日を記入する
 30ポイント貯まったら応募できます

1次抽選
 1回につき1ポイント1マスに目的を記入
 抽選で実施
 1回につき2マスに目的を記入
 ● ポイント対象期間中であれど何回でも応募できます。
 ● 抽選の結果は、抽選の結果をもちいておこなわれています。
 ● 年度の経過につき、前年度の抽選結果は影響しません。

▲ころばんポイントカード (令和6年度版)

※ポイントカードは毎年度更新されます。



7 地域での活動場所の情報サイト

WEBサイト「ケアナビやいづ」には、地域の高齢者向けのサービスや活動の情報が集約されており、お住いの地域にある介護サービスや活動場所を調べることができます。

介護施設や高齢者支援サービスの情報を知りたいときは...

ケアナビやいづ

をご利用ください

焼津市では、誰もが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるまちづくりに取り組んでおります。

方法① 焼津市役所ホームページからアクセス
<https://carepro-navi.jp/yaizu>

方法② 二次元コードを読み取り

たとえば、こんなことを見ることができます。

- 市役所からのお知らせを見たい(イベント等)
- 地域の遠い場を知りたい
- 介護の相談をしたい
- 在宅で受けられる高齢者サービスを知りたい
- 入所できる施設を自分で調べたい

ケアナビやいづ 活用例

市からのお知らせを見ることができます

事業者や遠い場の情報を検索

いろいろな方法で検索

- 事業所・店舗から検索
- サービスから検索
- 介護保険料口から検索
- ケアマネジャーから検索

地域の高齢者向けサービス・活動が見つかる!

自宅近くの施設や駅から探せます

掲載情報の一例

- 介護付き有料老人ホーム
- デイサービス
- ミニデイ、夜間型認知症対応
- 公民館活動 等々

各種検索方法

地図から検索

焼津市の取り組み

ころばん体操の普及

遠い場の支援

担い手の育成

ころばん体操は、高齢者のための健康維持、認知症予防のために効果的な運動の集大成をまとめたものです。身体能力の低下や認知症予防、さらには介護予防の効果を高めるために、地域全体で取り組むことが重要です。

住民主体で行う地域性豊かな遠い場の支援を実施しています。事業者の皆さんが工夫を凝らした活動を行っています。

いづでも利用できる「おれもよSC」の活用にも取り組んでいます。

<お問い合わせ先>
 焼津市 地域包括ケア推進課 電話番号 054-626-1219



▲こちらから
サイトを閲覧できます

問合せ先

○ 焼津ころばん体操・ケアナビやいづについて
 焼津市 地域包括ケア推進課 TEL：054-626-1219



焼津市 居場所ガイドブック



編集 焼津市 地域包括ケア推進課

静岡県焼津市本町2丁目16番32号

TEL 054-626-1219

FAX 054-621-0034

メ-ル choju@city.yaizu.lg.jp