

| 移動支援 | |
|------------------------------|-------------------------------|
| スマイルサポート | 080-6846-2525 |
| ハンディキャブゆづり葉 | 042-389-2677 |
| アニー介護タクシー | 042-400-5815 080-4297-5835 |
| ノアさんの介護タクシー | 0800-500-7315 |
| 配食サポート | |
| きっちん空 | 042-316-9927 |
| キッチンぴっこら | 042-372-5729 |
| 花ぐるま | 042-389-5138 |
| まごころ弁当多摩店 | 042-400-0592 |
| 生活協同組合コープみらい | デイリーコープ受付センター 0120-502-160 |
| 株式会社レパスト | 0120-47-0089 |
| やまぼうし | 042-674-8005 |
| ライフデリ多摩店 | 042-400-0973 |
| ワタミの宅食 東京多摩南野営業所 | 0120-321-510 |
| 家事支援 | |
| 福祉亭ささえあい活動 (永山・諏訪地域のみ) | 042-374-3201 |
| ほっとセンター永山 | 042-311-4338 |
| 多摩生活サポートセンター | 042-338-3303 |
| たすけあい有償活動 (多摩市社会福祉協議会) | 042-389-3344 |
| 多摩市シルバー人材 センター | 042-371-3580 |
| ネコサポ(固定電話から) (携帯電話から) | 0120-545425 0570-051054 |
| NPO法人ACT多摩たすけ あいワーカーズ つむぎ | 042-376-3973 |
| ライフケアサービス(株) | 042-339-7777 |



認知症カフェ

認知症の人と家族、地域住民、専門職等の誰もが参加でき、集う場です。事前にお問い合わせの上、お立ち寄りください！(予約が必要な場合有)

| | |
|------------------------------------------|---------------------------------------|
| ネコサポかふえ 【ネコサポステーション 内】(貝取4-2-1) | 042-375-0017 (第2木曜 15:00~16:00) |
| ものカフェ 【永山福祉亭】(永山名店 街内 永山4-2-3-104) | 042-374-3201 (第4金曜 15:00~17:00) |

移動販売

| | |
|---------------------------|-----------------------|
| 京王ほっとネットワーク ・豊ヶ丘2丁目2-1 | …毎週金曜 11:20~11:55 |
| ・豊ヶ丘2丁目1番住宅 | …毎週火曜 11:20~11:55 |
| ・豊ヶ丘5丁目1番 | …毎週火曜 10:10~10:45 |
| ・豊ヶ丘5丁目3番住宅 | …毎週月曜 15:25~16:00 |
| ・エステート豊ヶ丘 | …毎週金曜 10:10~10:45 |
| ・豊ヶ丘4-1 | …毎週月・水・金曜 11:30~12:00 |
| ・エステート貝取3 | …毎週月・水・金曜 14:10~14:40 |
| ・ホームタウン貝取2 | …毎週月・水・金曜 15:00~15:30 |

高齢者の総合相談窓口 中部地域包括支援センター

豊ヶ丘2~6丁目、貝取2~5丁目、
南野1丁目、永山2~7丁目 担当

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の皆さんを総合的に支援する相談窓口です。お困りの事などがありましたら、お気軽にご連絡ください。

☎ : 042-375-0017

永山4-2-5-105(永山名店街内)
(日・祝日を除く月~土 9時~17時)

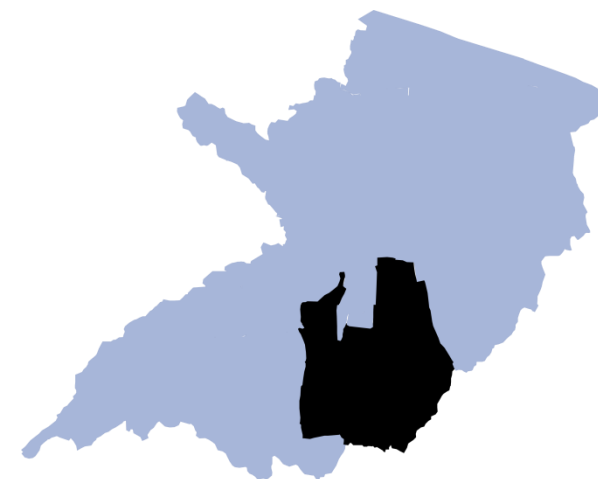
「高齢者見守り相談窓口」も併設しています。

(月)~(土)8:30~17:00(日・祝日除く)

☎ : 042-357-8877

豊ヶ丘・貝取・永山エリア

地域活動・支えあいリスト



このパンフレットは該当エリアの活動のうち、地域包括支援センターや社会福祉協議会が把握している高齢者の介護予防・生活支援に関する活動をまとめたものです。詳細は直接お電話にて活動団体もしくは下記にご確認ください。

問い合わせ

多摩市社会福祉協議会

まちづくり推進担当

(多摩市第2層生活支援体制整備事業受託団体)

☎ : 042-373-5616

※掲載希望の団体は上記までご連絡ください。



【永山地区】

| | 活動名 | いつ | どこで | 連絡先 | |
|---|------------------------------|-------------------------------|--------------|------------------|------------------|
| 趣 | 健康麻雀友の会 | 毎週火・木・土・日 | 東永山複合施設 A棟 | 373-5616 (社協) | |
| 交 | 瓜生サロン ①5の日 サロン ②ランチ | ①毎月5日 他 ②第3火曜 | 瓜生集会所 | | |
| 交 | エステート永山-3ふれあいサロン | 毎月最終土曜、毎週金曜 | エステート永山3集会所 | | |
| 体 | ネットワーク永山「体操サロン」 | 第2水曜 | 東永山複合施設 | | |
| 交 | 永山3-1ふれあい | 第3木曜 | 永山3-1集会所 | | |
| 交 | サロン5-21 | 不定期(月1回) | タウンハウス永山5集会所 | | |
| 交 | いきいきサロンメゾネット永山 | 第1火曜 | メゾネット永山5集会所 | | |
| 交 | たまデフサロン | 第3月曜 | 東永山複合施設 他 | | |
| 食 | さくらカフェ | 不定期(月1~2回) | 永山3-2集会所 | | |
| 交 | 永山ハイツシニアサークル | 不定期 | 永山ハイツ集会所 | | 375-0017 (包括) |
| 交 | マーガレットの会 | 第3金曜 | 永山東集会所 | | 375-0017 (包括) |
| 体 | 永山イキイキ体操 | 毎週金曜 14:00~ (第5週、祝日は休み) | 永山東集会所 | | 直接会場へ |

【貝取地区】

| | 活動名 | いつ | どこで | 連絡先 |
|---|--------------|--------------|---------------|------------------|
| 交 | 茶ロンつむぎ | 不定期 | エステート貝取2集会所 | 373-5616 (社協) |
| 交 | 月曜会 | 第1.3月曜 | グリーンメゾン貝取2集会所 | |
| 交 | みのりの会 | 第1木曜 第3金曜 | 貝取2-10団地集会所 | |
| 交 | ふれあいサロン貝取4-4 | 第2土曜 | 貝取4-4団地集会所 | |
| 交 | サロン・ふれあい貝取 | 不定期 | 貝取こぶし館 | |

【豊ヶ丘地区】

| | 活動名 | いつ | どこで | 連絡先 | |
|---|--------------------|----------------|----------------------|------------------|---------------|
| 交 | 豊ヶ丘3-3ふれあい会 | 第1月曜 | 豊ヶ丘3-3集会所 | 373-5616 (社協) | |
| 交 | 豊ヶ丘4-1ふれあいおしゃべりサロン | 第2水曜 | 豊ヶ丘4-1集会所 | | |
| 交 | サロン・コスモ | 第3金曜 | コスモホーム多摩コミュニティ棟加ナルーム | | |
| 交 | ふれあいサロン「木の葉」 | 毎月19日 | 豊ヶ丘5-1集会所 | | |
| 交 | 豊ヶ丘5-3懇話会 | 不定期 | 豊ヶ丘5-3集会所 | | |
| 交 | いきいきサロン「げんき会」 | 第3土曜 | 貝取・豊ヶ丘集会所 | | |
| 交 | 南野カフェ | 第4月曜 | パルシステム東京交流ルーム | | |
| 趣 | 音楽会 | 週4~5日 | 豊ヶ丘市民ホール | | |
| 他 | 脳活 | 第1.3金曜 | 豊ヶ丘市民ホール | | 080-4383-9796 |
| 他 | ふれあいサロンれんげ | 月~金 | サポートれんげ | | 371-4811 |
| 体 | うんどう教室 | 第2木曜 10:30~ | 豊ヶ丘南公園 | 直接会場へ | |

地域の居場所や活動紹介

「元気塾」をご存知ですか？

リハビリの専門職が生活の不具合を聞きながら、個別の目標やプログラムをたて、週2回4ヶ月間介護予防プログラムを行い、元気になっていただく市の事業(委託事業)です。

要支援1, 2の方及び基本チェックリストで事業対象者となった方が対象になります。(送迎サービスはありません。)

参加ご希望の方は、お住いの地域を担当する地域包括支援センターにご相談ください。

掲載している活動日や活動場所は変更になることがあります。ご不明な点がございましたら、各活動団体に問い合わせください。

- 交:交流等
- 食:食事等
- 体:体操等
- 他:その他
- 趣:趣味活動等

