



# さんだ地域の



# つどい場マップ



写真や動画が満載のマップは、  
こちらから♪





三田市社協の只大愛  
さんだ愛の妖精  
さっちゃん

※この冊子は、社協のホームページからもダウンロードできます。

社会福祉法人三田市社会福祉協議会





はじめに…

## 「さんだ地域のつどい場マップ」とは？

- ★ 三田市内には、110 か所を超える地域のつどい場があります。
- ★ 地域のつどい場は、区・自治会や民生委員・児童委員、老人クラブ、ボランティアなど、様々な運営主体により実施されています。
- ★ この冊子では、その一部を紹介しており、地図(Google マイマップ)は、QR コードを読み取って頂くと簡単にアクセスできます。



※ 地図は、社協のホームページにも掲載しており、“さっちゃん”の顔のマークをクリックして頂くと、写真や動画を見ることができます。

※ 冊子のデータ(PDF)は、社協のホームページからもダウンロードできます。

- ★ 開催日時や場所は、変更される場合がありますので、参加・見学を希望される方は、各地域福祉支援室（各ページの右上に記載）までお問合せ下さい。

# 三田地区

[問合せ] 社協 三田三輪地域福祉支援室 079-559-5965

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
カフェほっこり	デイサービスセンター ひなたぼっこ	市内	茶話会、体操、カラオケなど	毎月第3日曜日 13:00~15:00
ハツラツ三田	さんだ市民センター	三田地区	体操、介護予防講座、季節行事など	概ね毎月第3木曜日 13:00~15:00
じばやんサロン	じばやん倶楽部	三田地区	いきいき百歳体操をはじめとする 様々な体操、健康教室、手芸、ノル ディックウォーキング、歌ってカフ エ、映画鑑賞、コミュニケーション 麻雀など	[体操] 毎週水曜日 14:00~16:00 [手芸] 毎月第3月曜日 9:30~12:00 [ノルディックウォーキング] 毎月第1金曜日 10:00~12:00 [歌ってカフェ] 毎月第2金曜日 10:00~12:00 [映画鑑賞] 毎月第3金曜日 10:00~12:00 [コミュニケーション麻雀] 第5金曜日 10:00~12:00

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
いこいの家さんだ 子ども・地域食堂	いこいの家さんだ	三田小学校区他	夕食会、学習支援、季節行事など	毎月第1・3金曜日 16:00~19:00 毎月第2・4金曜日 11:30~13:00
本町尚和会	三田ほんまち交流館 「縁」	五番区、六番区	いきいき百歳体操	毎週月曜日 10:30~11:00
十番区 ゆのやまちサロン	十番区公会堂	十番区	いきいき百歳体操、サロン(レクリエーションなど)	[体操]毎週水曜日 9:00~10:00 [サロン]毎月第2金曜日 12:00~16:00
屋敷二区 ふれあいのつどい	さんだ市民センター等	屋敷二区	茶話会、季節行事など	毎月第3土曜日 時間は内容による
南区ふれあい事業	[ラジオ体操] 横山公園 [手縫いの会] 南区集会所 [親子であそぼう] 南区公会堂	南区	ラジオ体操、手芸、親子交流・多世代交流	[ラジオ体操] 毎日6:15~6:45 [手縫いの会] 毎月第2月曜日 10:00~12:00 [親子であそぼう] 毎月最終金曜日 10:00~12:00
北区さわらび会	北区公会堂	北区	茶話会、演芸鑑賞、レクリエーションなど	概ね毎月第4金曜日 10:00~12:00

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
なないろ会	緑ヶ丘集会所	緑ヶ丘区、西山 2号棟自治会	いきいき百歳体操、茶話会	毎週水曜日 13:00~14:00
アトリエまゆみ	個人の自宅	池尻、周辺地域	茶話会など	毎週水曜日 午前中



カフェほっこり



ハツラツ三田



じばやんサロン



十番区ゆのやまちサロン



南区ふれあい事業



北区さわらび会

# 三輪地区

[問合せ] 社協 三田三輪地域福祉支援室 079-559-5965

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
三輪小学校区まちづくり協議会 ファジー会	まちづくり協働センター	三輪小学校区、周辺地域	いきいき百歳体操、健康講話、茶話会	毎週金曜日 10:30~11:30
おしゃべり会みわ	三輪会館	三輪区	演芸鑑賞など	毎月第3水曜日 13:30~15:30
サンサン百歳体操サロン	新地区公会堂	新地区、駅前区、周辺地域	いきいき百歳体操、健康講話、茶話会など	毎週水曜日 13:00~15:00
ふれあいサロン高次	高次公民館	高次区	演芸鑑賞など	毎月第3水曜日 10:00~14:00
大原・大原荘園ふれあい会	大原集会所	大原区、大原荘園自治会	茶話会、レクリエーション、演芸鑑賞など	毎月第3木曜日 10:00~12:00
トーカンマンション新三田多世代交流サロン	トーカンマンション新三田集会所	トーカンマンション新三田	いきいき百歳体操、健康講話、茶話会など	毎週水曜日 10:00~12:00
ふれあいサロン「華」	杉ヶ丘集会所	杉ヶ丘・藤の台	茶話会、演芸鑑賞、季節行事など	概ね毎月第2木曜日 10:00~12:00
友が丘ふれあいサロン(火曜日)	友が丘第3集会所	友が丘	茶話会など	毎週火曜日 10:00~15:00
友が丘ふれあいサロン(金曜日)	友が丘第2集会所	友が丘	茶話会など	毎週金曜日 10:00~15:00
友が丘いきいき百歳体操	友が丘第1集会所	友が丘	いきいき百歳体操	毎週土曜日 9:45~12:00

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
念寿会	尼寺公会堂	尼寺区	茶話会、夕食会など	毎月第2金曜日の日中 奇数月末月曜日の夜
志手原ふれあい会	志手原区民センター	志手原区	演芸鑑賞、季節行事、体操など	毎月第4火曜日 10:00~12:30
すこやかサロン羽束	香下公会堂	香下区	茶話会など	毎月第2日曜日 13:00~16:00
ふれあいサロン「夢虫尾」	虫尾公会堂	虫尾区	囲碁ボール、茶話会など	毎月第4日曜日 13:00~15:00
さくらカフェ・ 桜ヶ丘区民のつどい	桜ヶ丘区集会所	桜ヶ丘区	茶話会、季節行事など	毎月第3日曜日 10:00~12:00 他
有馬富士区和の会	有馬富士区集会所	有馬富士区	囲碁ボール、ゲーム大会、演芸鑑賞など	毎月第3土曜日 13:30~15:00



志手原ふれあい会



すこやかサロン羽束



ふれあいサロン「華」

# 広野地区

[問合せ]社協 広野本庄地域福祉支援室 079-560-5822

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
ほっこり広野	広野市民センター	広野地区	茶話会、手芸、読書など	概ね毎月第1火曜日 10:00~15:00
ほのぼの広野	広野市民センター	広野地区	茶話会、体操、手芸など	概ね毎月第2木曜日 13:30~16:00
いきいき百歳体操サロン	広野市民センター	広野地区	いきいき百歳体操、茶話会など	毎週金曜日 13:30~15:00
かもんサロン	加茂 宮の前会館	加茂上区、加茂下区	いきいき百歳体操、映画鑑賞、余興、茶話会など	概ね毎月第3土曜日 14:00~15:30
中野ふれあいサロン	中野公民館	中野区	茶話会、体操、工作など	概ね毎月第4水曜日 13:00~15:00
みんなの広場ひだまり	下青野公会堂	下青野区	花植え、茶話会など	概ね毎月第4火曜日 13:00~15:30 他
せせらぎサロン上青野	上青野公会堂	上青野区	グラウンドゴルフ、囲碁ボール、茶話会など	概ね毎月第4金曜日 9:00~11:00
ふれあい3G サロン	下井沢ふれあい公園	下井沢区	グラウンドゴルフ、茶話会、ゲームなど	概ね第2・第4火曜日 8:30~16:00

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
みんなのサロンあけぼの	広沢公民館	広沢区	体操、茶話会、昼食会など	[体操] 概ね毎週月曜日 13:30~15:30 [昼食会] 毎月最終月曜日 11:00~15:00
下内神ふれあいサロン	下内神公会堂	下内神区	いきいき百歳体操、茶話会など	概ね毎月第1土曜日・ 第3水曜日 13:30~15:00
上内神ほほえみサロン	上内神公民館	上内神区	茶話会、体操、血圧測定 レクリエーションなど	概ね毎週木曜日 9:30~11:00
加茂井サロン	加茂井集会所 加茂井公園	加茂井自治会	ラジオ体操、多世代交流会	[ラジオ体操] 概ね毎週金曜日 8:30~9:00 [多世代交流会] 不定期
沢谷ほんわか広場	沢谷公会堂	沢谷区	体操、茶話会、食事会、 ゲームなど	概ね毎週金曜日 10:00~15:00



沢谷ほんわか広場



せせらぎサロン上青野



みんなの広場ひだまり



下内神ふれあいサロン



ほのぼのの広野

# 小野地区

[問合せ] 社協 小野高平地域福祉支援室 079-560-8177

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
小野百歳倶楽部	小野区公会堂	小野区	いきいき百歳体操、茶話会	毎週火曜日 13:00~15:00
乙原彩歳倶楽部	乙原公民館	乙原区	いきいき百歳体操、茶話会	毎週水曜日 13:00~14:30 ※茶話会開催時は~15:00
乙原ふれあいサロン	乙原公民館	乙原区	交流会	第3土曜日 11:00~13:00



乙原彩歳倶楽部



乙原ふれあいサロン



小野百歳倶楽部

# 高平地区

[問合せ]社協 小野高平地域福祉支援室 079-560-8177

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
川原区高齢者のつどい	川原公会堂	川原区	いきいき百歳体操、茶話会	毎週金曜日 9:00~12:00
酒井高友のつどい	酒井公民館	酒井区	交流会	概ね毎月第3土曜日 午後
鈴の会	友松寺	酒井区	交流会	毎月第4金曜日 9:30~11:30
鈴鹿つどい	鈴鹿公会堂	鈴鹿区	交流会	概ね毎月第2土曜日 10:00~12:00
杉菜の会	上槻瀬公民館	上槻瀬区	交流会	毎月第3土曜日 13:00~14:30
下槻瀬高齢者のつどい	下槻瀬公会堂	下槻瀬区	いきいき百歳体操、茶話会	毎週土曜日 9:00~9:40
木器高齢者のつどい	木器公会堂	木器区	いきいき百歳体操、茶話会	毎週火曜日 9:00~10:00
び〜んずサロン	波豆川公民館	波豆川区	いきいき百歳体操、茶話会	毎月第3土曜日 13:00~15:00
小柿高齢者のつどい 三舟サロン	小柿三舟会館	小柿区	いきいき百歳体操、交流会	毎週水曜日 9:00~10:00

# 藍地区

[問合せ]社協 藍地域福祉支援室 079-568-5400

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
あそびひろば つつじのもり	つつじが丘交流広場	藍地区	子ども・保護者向けの季節行事や体操など	毎週月曜日 9:30~12:00
藍の散歩道	藍市民センター	藍地区	喫茶、吹き矢	毎月第4土曜日 10:00~14:00
ふれあいカフェ"ホット"	相野台集会所	相野台自治会	グラウンドゴルフ、体操、茶話会	[グラウンドゴルフ] 毎週火・金曜日 9:00~11:15 [体操・茶話会] 毎週日曜日 10:00~11:30
あじさい会	西相野会館	西相野区	茶話会	概ね毎月第2火曜日 13:00~15:00
元気が出るサロン上相野	上相野会館	上相野区	茶話会、体操、レクリエーションなど	概ね毎月第2土曜日 13:00~15:00
サロン「うぐいすの集い」	うぐいすの里西地区集会所	うぐいすの里西	体操、塗り絵、茶話会	概ね毎週土曜日 14:00~17:00
大川瀬ふれあいのつどい	大川瀬公民館	大川瀬区	いきいき百歳体操、食事会	毎週金曜日 9:00~10:00

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
サロンあい・桜会	波田公会堂	波田区	イベント、昼食会	概ね毎月第3日曜日 13:00~15:00
きたさんふれあいサロン	つつじが丘北3丁目自治会館	つつじが丘北3丁目	体操、手芸、大正琴、グラウンドゴルフ、茶話会	概ね毎週月・水曜日、隔週土曜日 10:00~16:00
どんぐりクラブ	つつじが丘北4丁目自治会館	つつじが丘北4丁目	茶話会、イベント	概ね毎月第2火曜日 10:00~12:30
ふれあいトークング	つつじが丘南1丁目自治会館	つつじが丘南1丁目	茶話会、イベント、食事会	毎週土曜日 10:00~11:30
うさぎ会	つつじが丘南1丁目自治会館	つつじが丘南1丁目	茶話会、グラウンドゴルフ、カラオケなど	毎週月曜日(※茶話会) 9:30~11:30
サロン・ド・レインボー	つつじが丘南4丁目自治会館	つつじが丘南4丁目	茶話会、体操など	概ね毎月第1火曜日 13:30~15:30



ふれあいカフェ ホツト



サロン・ド・レインボー



サロンあい・桜会

# 本庄地区

[問合せ] 社協 広野本庄地域福祉支援室 079-560-5822

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
勝友クラブ 手芸の会	勝谷公民館	本庄地区	手芸、茶話会、体操など	毎月第2金曜日 9:30~14:30
本庄田中すみれ会	田中公会堂	本庄田中区	作品づくり、いきいき百歳体操、ゲーム、茶話会など	不定期



勝友クラブ 手芸の会



本庄田中すみれ会

# フラワータウン地区

[問合せ] 社協 フラワー地域福祉支援室 079-550-9008

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
フラワーふれあい オープンカフェ	フラワータウン市民センター	どなたでも	カフェ	毎週火・水・木曜日 10:00~15:00
2丁目公園 ラジオ体操の会	武庫が丘2丁目児童公園	どなたでも	みんなでラジオ体操 (ラジオ体操第1・2)	毎朝 6:30~
GREEN♡ハート	三田サミットホテル正面 玄関横	どなたでも	おしゃべりカフェ	毎月2回月曜日
わかば会	弥生が丘1・2番館マン ション管理棟	フラワータウン	おしゃべり会、食事会、 新舞踊等鑑賞、体力測 定、健康講話、新年会等	毎月第3月曜日 10:00~12:00
コミュニティサロン YOU	武庫が丘3丁目ショッピ ングセンタープチモール	主にフラワータウン	「食と出会いの場」 ※完全予約制	[ランチ] 毎週火・水曜日 11:30~13:00 [地域学食] 毎週金曜 16:00~19:00
にじいろカフェ	コープ三田西2階集会室	フラワータウン	ふれあい食堂	毎月第1水曜日 17:00~19:00

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
メロディ・メロディ	ディアコルモ武庫が丘管理棟	フラワータウン	回想法による歌を通じての認知症予防、楽しい居場所、食事会等	毎月第2金曜日 10:30~12:00
カフェ狭間	狭間が丘コミュニティセンター	フラワータウン	カフェ、ランチ	[カフェ]毎週月~水曜日 9:00~12:00 [ランチ]毎月最終月~水曜日 9:00~12:00
武庫が丘 まち協サロン	武庫が丘コミュニティセンター	武庫小学校区	茶話会、セタの集い、プチクリスマス会、新春ぜんざいのふるまいなど	概ね第2、第4土曜日 (第3土曜日をのぞく) 10:00~11:00
歌声カフェ 65	武庫が丘コミュニティセンター	武庫が丘	体操、なつかしの歌歌唱、茶話会など	毎月第3土曜日 9:45~11:30
武庫四サロン	武庫が丘コミュニティセンター	武庫が丘4丁目	茶話会、料理教室、演奏会、旅行、しめ縄作り、餅つきなど	概ね毎月第4土曜日 10:30~12:30
たんぽぽ	フラワータウン市民センター	県営三田武庫が丘高層住宅	茶話会、ランチ会、運動会、ゲームなど	概ね毎月第3土曜日 13:30~15:00
ディアコルモ武庫が丘	ディアコルモ武庫が丘管理棟	ディアコルモ武庫が丘	ティータイム、健康体操、新年食事会など	毎月第2土曜日 13:00~15:00
セントラルヒルズ コミュニティサロン	セントラルヒルズ管理棟 集会室	セントラルヒルズ	カフェ、ボーリング大会、バス旅行、料理教室、コンサートなど	概ね毎月第3土曜日 10:00~12:00

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
ふれあいサロン こすもす	武庫が丘コミュニティセンター	武庫が丘 6 丁目	茶話会、食事会、講演会、バス旅行、しめ縄作りなど	毎月第 3 土曜日 14:00~16:00
はたけであそぼう	貴志の畑	武庫小校区	季節に応じた野菜を育て収穫しながらの交流	毎月 1 回 (不定期) 10:00~12:00
狭間が丘 ふれあい喫茶	狭間が丘コミュニティセンター	狭間が丘	茶話会、講座、体操、クリスマス会、新年会等	毎月第 4 土曜日
アミル井戸端会 喫茶・図書室・気功体操	[喫茶・図書室] アミル 21 集会所 [気功体操] 小屋ヶ谷公園	狭間が丘 5 丁目 アミル 21 ※気功体操はどなたでも。	茶話会、ビンゴ大会、紙芝居、三田青磁風鈴作り等、図書室での読書、図書貸出し、気功体操	[喫茶] 毎月 1 回 不定期 13:00~16:00 [図書室] 毎週土曜日 10:00~16:00 [気功体操] 毎週月~土曜日 7:00~7:30
弥生が丘ふれあいの集い	弥生が丘コミュニティセンター	弥生が丘	ふれあい喫茶、落語やコンサート等の集い	[喫茶] 毎月第 4 火曜日 10:00~12:00 [集い] 年数回
ふれあいサロン ようこそ	富士が丘コミュニティセンター	富士が丘	茶話会、歌、体操、パステルアート、健康相談、昼食会など	毎月第 4 月曜日 10:00~12:00
わいがや	富士が丘コミュニティセンター	富士が丘	カフェ	毎週金曜日 9:30~11:45

# ウッディタウン・カルチャータウン地区

[問合せ]社協 ウッディカルチャー地域福祉支援室 079-553-8373

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
にこにこカフェ	ウッディタウン市民センター	市内	認知症カフェ、茶話会、交流会、イベント	毎月第3日曜日 13:30~15:30
はじまりの街	ウッディタウン市民センター	市内	アニメやゲームなどサブカルチャーの茶話会	偶数月第1金曜日 17:00~19:00
大人の学校	ウッディタウン市民センター	市内	認知症・フレイル予防のレクリエーションや講座	毎月第4木曜日 9:00~11:00
ふれあいサロンけやき	けやき台コミュニティハウス	けやき台校区	茶話会、健康講話や気功など	毎月第3木曜日 14:00~16:30
子育てサロンクレヨン	けやき台コミュニティハウス	けやき台校区	おもちゃ遊び、保護者の情報交換、交流会	毎月第3火曜日 10:00~11:30
ひだまりカフェ	けやき台コミュニティハウス	けやき台校区	茶話会、歌声喫茶	毎週火曜日 13:00~16:00
いきいき百歳体操まりお	けやき台コミュニティハウス	けやき台校区	いきいき百歳体操、認知症予防のレクリエーションなど	毎週火曜日 15:30~16:30
おしゃべり処すずかけ	すずかけ台コミュニティハウス	すずかけ台校区	茶話会、ミニイベント	毎月第2木曜日 13:30~16:00
すずかけ台子育てサロン	すずかけ台コミュニティハウス	すずかけ台校区	絵本の読み聞かせ、自由遊び、アンパンマン体操	毎月第3金曜日 10:00~11:30

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
いきいきすずかけの会	すずかけ台コミュニティハウス	すずかけ台校区	いきいき百歳体操、ストレッチ、勉強会など	毎週火曜日 10:00~11:00
気まま茶屋 花てまり	アディール三田集会室	主にアディール三田内	茶話会、読書会、軽食会など	毎月第3木曜日 13:30~16:00
あかしあサロン喫茶「寄り道」	あかしあ台コミュニティハウス	あかしあ台校区	茶話会、交流会、昼食会、クリスマス会など	毎月第3木曜日 14:00~16:00
おしゃべりカフェ	あかしあ台コミュニティハウス	あかしあ台校区	イベント、歌、茶話会	概ね毎月第1日曜日 13:00~14:00
あかしあいきいき体操の会	あかしあ台コミュニティハウス	あかしあ台校区	いきいき百歳体操、屋外ストレッチ、茶話会等	毎週火曜日、木曜日 9:15~10:00
あかしあ台ふれあい囲碁・将棋の会	あかしあ台コミュニティハウス	あかしあ台校区	対局など	毎週月、木、土曜日 13:00~16:00
あかしあ子育てサロン	あかしあ台コミュニティハウス	あかしあ台校区	おもちゃ遊び、保護者の情報交換、季節のイベントなど	概ね隔月第4木曜日 10:15~11:45
おしゃべりサロンあかしあ	あかしあ台ハイツ第2集会室	主にあかしあ台ハイツ第2	茶話会やフラワーアレンジメント等のミニイベント	毎月第4火曜日 10:00~12:00
ガーデンコートサロン	ガーデンコート神戸三田マンション集会室	主にガーデンコート神戸三田内	茶話会や体操、講習会、創作など	概ね毎月第3土曜日 10:00~12:00
サロンゆりのき	ゆりのき台コミュニティハウス	ゆりのき台校区	マジックショーや寄せ植え等のミニイベント、茶話会	毎月第3木曜日 14:00~16:30

名称	主な場所	主な対象地域	主な活動内容	主な日時
ゆりサポカフェ	デイサービスゆりのき	ゆりのき台校区	茶話会、スマホ相談会	概ね毎月第4日曜日 14:30~16:00
ココカラ笑楽校 いきいき百歳体操	ゆりのき交流室 (ゆりのき台小学校内)	ゆりのき台校区	いきいき百歳体操、簡単なレクリエーション	毎週月曜日 9:15~10:00
ゆりのき百歳体操クラブ	デイサービスゆりのき	ゆりのき台校区	いきいき百歳体操、お口の体操	毎週日曜日 13:30~14:30
ぴよぴよ広場	ゆりのき交流室 (ゆりのき台小学校内)	ゆりのき台校区	おもちゃ遊び、親の情報交換	毎月第2水曜日 10:30~12:00
学園高齢者サロン ささゆりの会	学園小学校内県民交流広場	学園地区	茶話会、体操、イベント	毎月最終水曜日 10:30~12:00
学園生き生き百歳体操	学園小学校内県民交流広場	学園地区	いきいき百歳体操、茶話会	奇数週月曜日 10:30~11:30
学園子育てサロン	学園小学校内県民交流広場	学園地区	自由遊び、親の情報交換、イベント	毎月第2月曜日 10:30~12:00
学園6丁目いきいき体操	兵庫村第一街区ビレッジセンター	学園6丁目	いきいき百歳体操	毎週土曜日 10:30~11:30



にこにこカフェ



いきいきずすかけの会



ガーデンコートサロン



学園高齢者サロンささゆりの会

私たちは、高齢者の方やそのご家族の生活を応援する、公的な相談窓口です！



## 地域包括支援センター・高齢者支援センター



### 地域包括支援センター・高齢者支援センターとは・・・

- \* 地域の高齢者・家族が日常生活でお困りのこと、介護、福祉、健康づくりに関するご相談に応じています。
- \* サービスや制度を紹介し、適切につなげるお手伝いをしています。
- \* 保健・医療・福祉専門機関や地域の方と協力し、連携の取れた支援やサービスの仕組みを作っています。

- ❁対象者❁      おおむね 65 歳以上の高齢者及び要支援・要介護認定の第 2 号被保険者（40～64 歳）とその家族
- ❁相談日時❁      月曜～金曜（祝日・年末年始を除く）9 時～17 時 15 分
- ❁相談方法❁      来所・電話・相談者宅への訪問    ※緊急の場合は、24 時間受付します
- ❁費用❁              無料

# 高齢者の方に関する様々な相談に応じています。お気軽にご相談ください！

『いろいろ相談したい』 例えば…

- ・介護保険について
- ・ひとり暮らしが不安
- ・退院後の生活が不安
- ・困り事がある など

『ずっと元気でいたい』 例えば…

- ・筋力低下が気になる
- ・人と交流したい
- ・認知症を予防したい など

『安心して暮らしたい』 例えば…

- ・成年後見制度について
- ・虐待かも？
- ・詐欺に遭わないか心配 など

ずっと夫婦で生活してきたAさんたち。家事や身の回りのことがだんだんできなくなってきました。



数年前までは簡単に昇っていた階段が、しんどくなってきました。



年金を管理するのが難しくなってきました。詐欺にあうかもしれません。



お近くの地域包括支援センターまたは高齢者支援センターへ相談！

【介護保険サービスを利用】  
相談後、サービスを利用することで夫婦の負担が軽減しました。



【いきいき百歳体操に参加】  
定期的に外出し、運動する機会ができ、人との交流も増えました。



【金銭管理関連サービスを利用】  
公的な制度で管理することにより、適切な金銭管理ができました。



お問合せ・ご相談は、お近くの **地域包括支援センター** または **高齢者支援センター** まで

<p><b>三田市地域包括支援センター</b> 【担当地区：三田・三輪南】 三田市川除675番地 三田市総合福祉保健センター内 2階 ☎ 079-559-5941 Fax 079-559-5707</p>	<p><b>フラワー地域包括支援センター</b> 【担当地区：フラワータウン】 三田市富士が丘5丁目17番地3 特別養護老人ホーム ゼフィール三田内 1階 ☎ 079-553-3600 Fax 079-553-3601</p>	<p><b>ウッディ地域包括支援センター</b> 【担当地区：ウッディタウン・カルチャータウン】 三田市けやき台1丁目4番地1 ウッディタウン市民センター内 1階 ☎ 079-553-1077 Fax 079-553-7023 ※第2火曜日休室・その週の土曜日開室</p>
<p><b>藍地域包括支援センター</b> 【担当地区：藍】 三田市下相野1460番地1 特別養護老人ホーム さんすい園内 1階 ☎ 079-568-3900 Fax 079-568-0810</p>	<p><b>三輪北・小野・高平高齢者支援センター</b> 【担当地区：三輪北・小野・高平】 三田市小野1139番地1 特別養護老人ホーム サンウエスト内 1階 ☎ 079-560-3080 Fax 079-560-3071</p>	<p><b>広野・本庄高齢者支援センター</b> 【担当地区：広野・本庄】 三田市下内神525番地1 三田高原病院内 1階 ☎ 079-567-6666 Fax 079-567-5561</p>

**ひとりで悩まないで、まずはご相談ください…**

**生活安心サポートセンター**

(生活困窮者自立支援相談事業、住居確保給付金など)

こんなことで困っていませんか？

「ひきこもっている家族が心配…」 「生活が苦しい…」 「支払いのやりくりで困っている」 「住むところがなくなりそう」 など

☎ 079-550-9081

三田市川除 675 番地 (総合福祉保健センター 1階)

**権利擁護・成年後見支援センター**

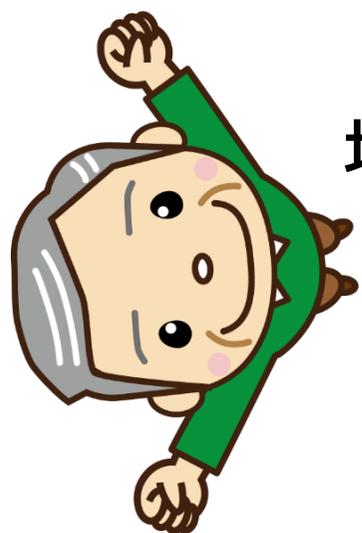
(権利擁護や成年後見制度に関する相談など)

こんなことで困っていませんか？

「物忘れが多くなり、通帳の管理が心配…」 「判断能力が不十分で契約できないみたい…」 など

☎ 079-550-9004

三田市川除 675 番地 (総合福祉保健センター 1階)



さんだ  
地域のつどい場マップで  
あなたの近くの  
「笑顔とやすらぎ」の場が  
見つかりますように

