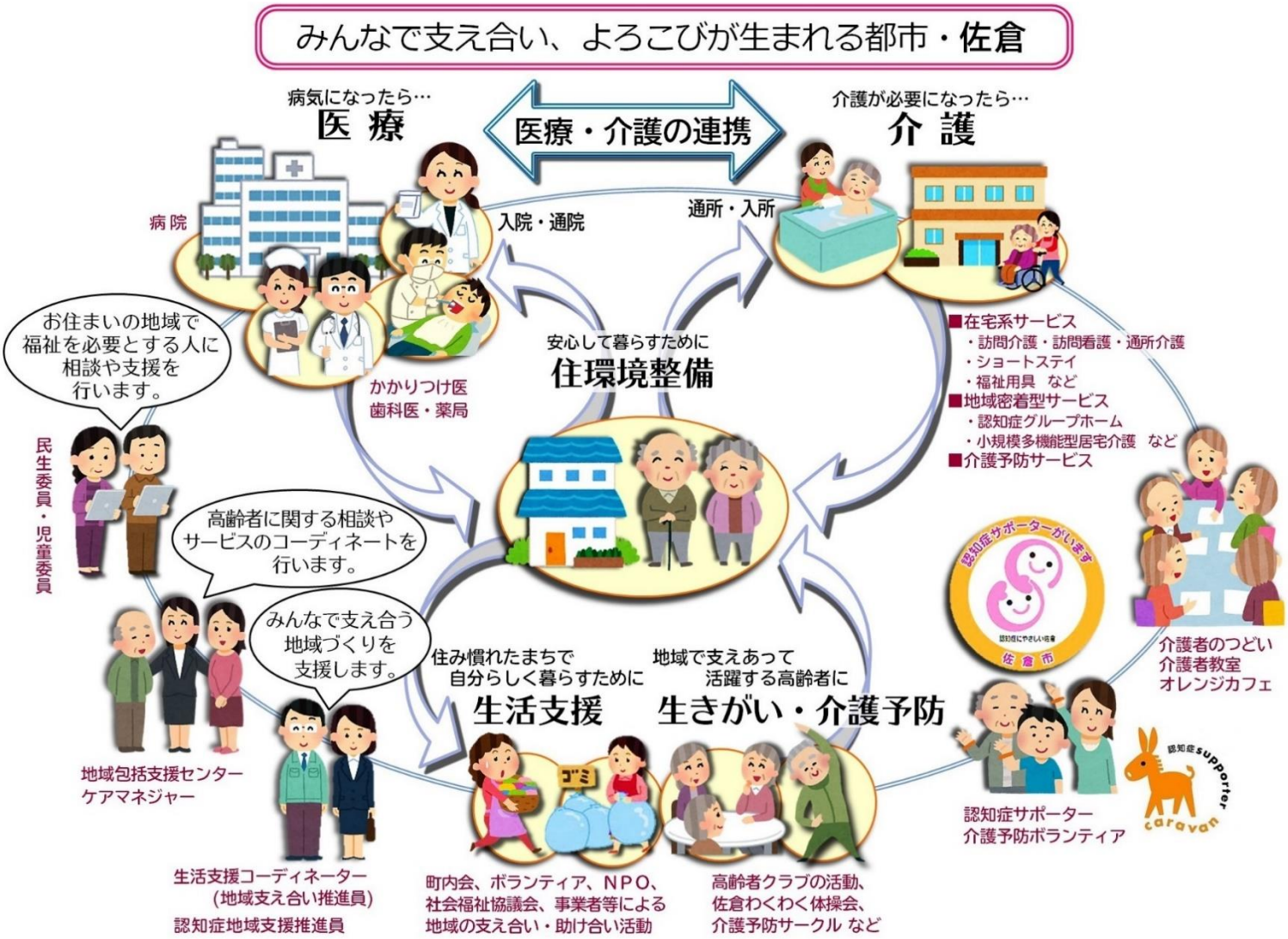
佐倉市の「地域の支え合い 助け合いリスト」

令和５年８月22日現在



新型コロナウイルスによる感染拡大を防止するため、現在このリストに掲載されている活動には、休止や一時的に内容を変更しているものがありますので、ご利用の際は事前に問い合わせ先に確認ください。

佐倉市 高齢者福祉課

◎ **このリストは、圏域ごとにサービスの種類の順で掲載しています。**

✧ **圏域の並び順**

志津北部 → 志津南部 → 臼井・千代田 → 佐倉 → 根郷・和田・弥富

✧ **サービスの並び順**

家事援助 → 介護者支援 → 外出支援 → 交流の場・通いの場 →
多機能型拠点 → 見守り・安否確認 → 配食（＋見守り・安否確認）

◎ **「地域限定」欄に「〇●地域限定●〇」と表示がされていないものは、原則として、お住まいの地域にかかわらず利用できます。詳細の利用条件等は、各連絡先にお問い合わせください。**

◎ **このリストに掲載の情報は、主に地域包括支援センターに配置された「生活支援コーディネーター」が地域に出向く中で発見し、各団体にご了解いただいたものです。**

◎ **掲載内容は、各団体にご了解いただいた情報ですが、その後活動内容等が変更になっている場合もありますので、具体的内容等につきましては、各連絡先にお問い合わせください。**

◎ **このリストに掲載の団体を利用される場合には、利用条件等を十分に確認し、双方同意の上でのご利用をお願いします。**

◎ **このリストに掲載していない「地域の支え合い助け合い」の活動等をご存知の場合は、担当の地域包括支援センターにお知らせください。**

佐倉市は、５ヵ所に地域包括支援センターを設置しています。

圏　域	担 当 セ ン タ ー
志　津　北　部	志津北部 地域包括支援センター
志　津　南　部	志津南部 地域包括支援センター
臼 井・千 代 田	臼井・千代田 地域包括支援センター
佐　倉	佐 倉 地域包括支援センター
根郷・和田・弥富	南 部 地域包括支援センター

各地域包括支援センターの所在地や電話番号、担当地区に含まれる町名・大字などを、この冊子の末尾に掲載しています。

佐倉市の『地域の支え合い助け合いリスト』（一般配布用）

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
1	志津．北部	家事援助	○●地域限定●○	お茶の北林	野菜、米などの宅配	対象：近隣限定、8:30～17:00（日・祭日除く、木は午前のみ）	配達料無料	ユーカリが丘2-1-9	043-487-6677
2	志津．北部	家事援助	○●地域限定●○	井野商店	米・粗大ごみ処理券等の配達	10～18時（不定休）、対象地区：宮ノ台・ユーカリが丘・井野	配達料無料	宮ノ台3-2-1	043-461-8468
3	志津．北部	家事援助	○●地域限定●○	日常生活支えあい事業スマイルサービス〔ユーカリが丘地区社協〕	掃除・草取り・ゴミ捨てその他家事全般、見守り、外出付添い	対象地域：ユーカリが丘地区社協地域、対象：高齢者のみ世帯等	～15分¥200、～30分¥400、～1時間¥600、1時間超¥300/30分	宮ノ台1丁目2-2(ローソン2階) ユーカリが丘地区社協分室内 スマイルサービスセンター	043-312-4073、月・木14:00～17:00
4	志津．北部	家事援助		布亀(株)チバデリバリーセンター	牛乳・乳製品の宅配と置き薬。さりげない見守り（配達や訪問時の声掛けで異変を感じた時は、関係機関等へ通報）。	配達エリアは市内全域	商品代金のみ	千葉市若葉区若松町531-586	043-304-8091
5	志津．北部	家事援助	○●地域限定●○	井野町1区お助け隊	高度の知識・技能を要しない簡易な作業（草刈、草木伐採、家具の移動、電球交換、網戸修理交換、その他）	井野町1区住民（原則として高齢者や障害をお持ちの方及び一部子育て世代）	無料（備品などの経費が発生する場合は依頼者が負担）	井野町1区	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
6	志津．北部	交流の場通いの場		介護予防教室ウグイス（志津コミュニティセンター）	囲碁・将棋・麻雀・詩吟・歌声サロン	開催日程等は、市内公民館・コミュニティセンター・地域包括支援センター等に掲示	500円/回	井野794-1 志津コミュニティーセンター	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
7	志津．北部	交流の場通いの場		ヨガ教室	65歳以上対象のヨガ・健康体操	第1・第3月曜13:00～14：30	無料	青菅1008-7 志津ユーカリ苑３階 地域交流スペース	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
8	志津．北部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	スカイクラブ	健康体操、ランチ＆お喋りタイム、カラオケなど	60歳以上自治会員、第２火曜日、第４水曜11～14時	年会費￥1200、月次のランチは別途￥500	ユーカリが丘4-1 センターハイツ集会場	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
9	志津．北部	交流の場通いの場		ゆったり健康太極拳教室	太極拳	水曜13:30～14:30	3,000円/月	青菅１００８番地７ 志津ユーカリ苑３階 地域交流スペース	043-489-2198
10	志津．北部	交流の場通いの場		メモリアルギャラリーZUKU	絵手紙体験・ブローチ作り・花文字等ワークショップを不定期に開催。店内にカフェスペース設置。	月・火・木・金10:00～20:00、土・日・祝10:00～17:00。定休：水・第2日・第4日。	コーヒー（お菓子付き）200円～、ワークショップ参加費500円程度	井野1514-5	043-312-0852

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
11	志津．北部	交流の場通いの場		健康太極拳「朋友会」	健康のための太極拳	月・木の8:15～10:00、ご自分で通える範囲の方。	無料	月：ユーカリが丘南公園、木：ユーカリが丘北公園	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
12	志津．北部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ユーカリ殖産自治会 わくわく体操会（シニアお元気部会）	わくわく体操、ふるさと体操、歯ッピー体操、その他脳活	木曜9:30～11:30、ユーカリ殖産自治会員限定	無料	上座438-181 ユーカリ殖産自治会館	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
13	志津．北部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ユーカリが丘五番町ハイツわくわく体操会	わくわく体操、ふるさと体操、歯ッピー体操	水曜13:45～15:45、近隣住民	無料	ユーカリが丘5-6　五番町ハイツ集会所	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
14	志津．北部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	佐倉わくわく体操会 井野町１区	わくわく体操、ふるさと体操、歯ッピー体操、脳トレ、ラジオ体操等	第１土曜、第２～４金曜、9:30～11:30	無料	井野1612　井野町青年会館	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
15	志津．北部	交流の場通いの場		ユーカリ殖産シニアクラブウォーキング会	ウォーキング、ストレッチ、ラジオ体操	毎朝、公園まで約２㎞をウォーキングで往復し、公園でラジオ体操参加	無料	上座915　上座総合公園	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
16	志津．北部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ユーカリGG愛好会	グランドゴルフ	ユーカリが丘及び近隣住民限定。水曜日8:30～11:00.	入会金1000円、会費2000円/半年	井野794-1　志津コミュニティセンター多目的グランド	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
17	志津．北部	交流の場通いの場		いきいきサロンコミセン	昼食をはさんで参加者同士の歓談、体操やゲーム、地域包括センターからの身近な話題の提供、地域の有志による演芸	概ね75歳以上で自分で身の回りの事ができる方。第1金曜10:00～12:00	100円（お菓子と飲み物代）	井野794-1　志津コミュニティセンター	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金13:00～17:00
18	志津．北部	交流の場通いの場		いきいきサロン宮ノ台	昼食をはさんで参加者同士の歓談、体操やゲーム、地域包括センターからの身近な話題の提供、地域の有志による演芸	概ね75歳以上で自分で身の回りの事ができる方。第3金曜10:00～12:00	100円（お菓子と飲み物代）	宮ノ台2-11-3　宮ノ台自治会館	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金13:00～17:00
19	志津．北部	交流の場通いの場		みんなの広場	茶飲み話に興じたり、歌やクイズ、趣味や特技の披露、季節に合った施策を取り入れるなど、地域住民の交流の場	赤ちゃんから高齢者まで年代を問わず、どなたでも。第3水曜13:30～15:30	100円（お菓子と飲み物代）	井野794-1　志津コミュニティセンター	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金13:00～17:00
20	志津．北部	交流の場通いの場		ほほえみ喫茶	茶飲み話に興じたり、歌やクイズ、趣味や特技の披露、季節に合った施策を取り入れるなど、地域住民の交流の場	赤ちゃんから高齢者まで年代を問わず、どなたでも。第4火曜13:30～15:30	100円（お菓子と飲み物代）	宮ノ台2-11-3　宮ノ台自治会館	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金13:00～17:00

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
21	志津．北部	交流の場 通いの場		かがやき喫茶	茶飲み話に興じたり、歌やクイズ、趣味や特技の披露、季節に合った施策を取り入れるなど、地域住民の交流の場	赤ちゃんから高齢者まで年代を問わず、どなたでも。第4火曜13:30～15:30	100円（お菓子と飲み物代）	ユーカリが丘1-19-14 ユーカリが丘第一集会所	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金 13:00～17:00
22	志津．北部	交流の場 通いの場		さわやかプラザ	茶飲み話に興じたり、歌やクイズ、趣味や特技の披露、季節に合った施策を取り入れるなど、地域住民の交流の場	赤ちゃんから高齢者まで年代を問わず、どなたでも。第2金曜13:30～15:30	100円（お菓子と飲み物代）	ユーカリが丘3-12-4 ユーカリが丘第二集会所	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金 13:00～17:00
23	志津．北部	交流の場 通いの場		花のさと	茶飲み話に興じたり、歌やクイズ、趣味や特技の披露、季節に合った施策を取り入れるなど、地域住民の交流の場	赤ちゃんから高齢者まで年代を問わず、どなたでも。第2水曜13:00～15:00	100円（お菓子と飲み物代）	井野201 井野会館	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金 13:00～17:00
24	志津．北部	交流の場 通いの場		先崎ふれあいサロン	茶飲み話に興じたり、歌やクイズ、趣味や特技の披露、季節に合った施策を取り入れるなど、地域住民の交流の場	赤ちゃんから高齢者まで年代を問わず、どなたでも。第3火曜13:30～15:30	100円（お菓子と飲み物代）	先崎966-2 先崎自治会館	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金 13:00～17:00
25	志津．北部	交流の場 通いの場		カフェ円か	茶飲み話に興じたり、歌やクイズ、趣味や特技の披露、季節に合った施策を取り入れるなど、地域住民の交流の場	赤ちゃんから高齢者まで年代を問わず、どなたでも。第3金曜10:00～12:00	100円（お菓子と飲み物代）	ユーカリが丘5-6-1 ユーカリ五番町ハイツ集会所	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金 13:00～17:00
26	志津．北部	交流の場 通いの場		歌声喫茶「カフェユーカリ」	参加者全員がアコーディオン、ピアノ、ギターの伴奏で歌う。途中15分ほど休憩して、茶菓子を味わい、また軽い体操で体をほぐしている。	どなたでも。第3土曜14:00～16:00	200円（お菓子と飲み物代）	井野794-1 志津コミュニティセンター	043-460-1781(ユーカリが丘地区社会福祉協議会)火・水・金 13:00～17:00
27	志津．北部	交流の場 通いの場		100円喫茶（志津中学校）	100円喫茶「志津中カフェ」。希望者は、志津中学校の給食を試食。※要予約。	どなたでも。不定期。	100円。給食希望者はセットで450円。※要予約。	井野1376 志津中学校	043-460-1781(志津地区社会福祉協議会)火木13時~16時 水金9時~11時半
28	志津．北部	交流の場 通いの場		100円喫茶（遠間作会館）	100円喫茶「茶処 遠間作」	どなたでも。第1月曜（8月は休み）13:30～15:30	100円	上座531-4 遠間作会館	043-460-1781(志津地区社会福祉協議会)火木13時~16時 水金9時~11時半
29	志津．北部	交流の場 通いの場		100円喫茶（井野ふれあい会館）	100円喫茶「井野ふれあい喫茶」	どなたでも。第3火曜（8月は休み）13:30～15:30	100円	井野1046-105 井野ふれあい会館	043-460-1781(志津地区社会福祉協議会)火木13時~16時 水金9時~11時半
30	志津．北部	交流の場 通いの場		100円喫茶（井野西会館）	100円喫茶	どなたでも。奇数月の第3金曜10:30～12:00	100円	井野108-80 井野西会館	043-460-1781(志津地区社会福祉協議会)火木13時~16時 水金9時~11時半

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
31	志津．北部	交流の場通いの場		わくわく体操さくら女子会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操、第5金曜はおたのしみ会開催	ユーカリ殖産とその近隣でご自分で通える方（女性のみ）。金曜9:30～12:00	無料	上座438-181　ユーカリ殖産自治会館	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
32	志津．北部	交流の場通いの場		ユーカリ睦会	カラオケ、佐倉わくわく体操、日本舞踊、勉強会、生伴奏による合唱、ヨガ、自治会と共催で「生活ゼミナール」の開催	60歳以上、自力で通える範囲の方。第1～4木曜13:00～15:30	200円/月	ユーカリが丘3-12-4　ユーカリが丘第二集会所	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
33	志津．北部	交流の場通いの場		佐倉わくわく体操「健和倶楽部」	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操、特別講座、脳トレ、ゲーム、茶話会等	佐倉市民。火曜9:30～11:30	無料	西ユーカリが丘6-7-7　西ユーカリが丘6･7丁目自治会館	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
34	志津．北部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	アクションクルー宮ノ台「ACM」	地域を1回1時間半（約7500歩）歩く。途中3カ所の公園で休憩しながらのコース。地域のゴミ拾い活動、メンバー相互の懇親会（花見会、食事会など）もあり。	宮ノ台地区、西ユーカリが丘地区住民。週に2～3回、10:00～か14:00～。途中まで、途中からでも参加可能。防犯パトロールや見守りを兼ねている。	無料	宮ノ台3-12　上谷津公園（出発･終着点）	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
35	志津．北部	交流の場通いの場		ユーカリが丘南公園ラジオ体操会	ラジオ体操第1･第2、佐倉ふるさと体操。自由参加。	会場までご自分で来られる方。火曜･水曜･金曜8:40～9:00。年末年始･祝日･雨天･荒天時はお休み。	無料	ユーカリが丘6-6　ユーカリが丘南公園	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
36	志津．北部	交流の場通いの場		山吹会	佐倉ふるさと体操、口腔体操、ロコモ体操などをおこない、その後はお茶とお喋りを楽しむ。	ご自分で通える範囲にお住まいの地域住民。木曜13:00～14:30（第5木曜は休み）	無料	井野1117　東映自治会館	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
37	志津．北部	交流の場通いの場		リーベストクラブ	佐倉わくわく体操、歯ッピー体操、佐倉ふるさと体操	ご自分で通える範囲の方。火曜9:45～11:15。ただし、8月のお盆･年末年始は休み。	無料	井野1586-25　リーベスト勝田台エルベールの街B棟集会所	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
38	志津．北部	交流の場通いの場		みずき会	佐倉わくわく体操、歯ッピー体操、佐倉ふるさと体操。終了後は皆でお茶やお喋り。	ご自分で通える範囲の方。水曜10:00～11:30	年会費1,000円	ユーカリが丘1-19-14　ユーカリが丘1丁目集会所	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
39	志津．北部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	料理を作り、これを肴に飲みながら、お喋りする会	料理を作り、会食する。通常の活動の他、忘年会･親睦会などの料理作りを担当、ふくし祭りにも参加。	ユーカリが丘一丁目自治会員。現在の参加者は男性のみだが、限定はしていない。第2･第4水曜13:00～	1,000円/回	ユーカリが丘1-19-14　ユーカリが丘第一集会所	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
40	志津．北部	交流の場通いの場		ユーカリが丘北公園ラジオ体操会	ラジオ体操第1･第2、佐倉ふるさと体操。自由参加。	ご自分で来られる範囲の方。月曜･水曜･金曜8:40～（年末年始･祝日･雨天･荒天時は休み）	一人100円を年1回程度集金（ラジカセの電池代として）	宮ノ台4-28　ユーカリが丘北公園	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
41	志津．北部	交流の場通いの場		ビオ・フレンド	佐倉わくわく体操、歯ッピー体操、ふるさと体操	65歳以上の方。第１・３水曜日　９：３０～１１：３０	無料	宮ノ台6-5 ビオ・ウイングユーカリが丘 マンション内パーティールーム	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
42	志津．北部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	井野西わくわく健康クラブ	佐倉わくわく体操、歯っピー体操、佐倉ふるさとを楽しく・和気あいあいとおこなっています。	井野西地域の住民 第１・２・３火曜日 13：30～15：30	無料	井野108-80 井野西会館	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
43	志津．北部	交流の場通いの場		プラザおもしろ体操の会	健康寿命を延ばす笑いを交えた体操の会（軽い運動や脳トレ、表情筋エクササイズ、認知症予防の替え歌）	通える方。 第2・第４月曜日 10：30～12：00	100円/回	ユーカリが丘4-1 スカイプラザ全体集会場	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
44	志津．北部	交流の場通いの場		100円喫茶（井野町一区青年会館）	100円喫茶	どなたでも 第2月曜（8月休み） 13:30～15:30	100円	井野1613井野町青年会館	043-460-1781(志津地区社会福祉協議会)火木13時~16時水金9時~11時半
45	志津．北部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	アネシスわくわく体操会	佐倉わくわく体操、ふるさと体操、歯ッピー体操をおこないます。長く続けられるよう、気楽に・楽しく集っています。	アネシス・ユーカリが丘住民 毎週火曜日 13:30～15:00	無料	宮ノ台1丁目1-5	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
46	志津．北部	交流の場通いの場		ふれあいわくわく体操会	わくわく体操、ふるさと体操、歯ッピー体操などをおこないます。	自分で来られる方 第３以外の水曜日 10:00～11:30	無料	井野1064-138 井野ふれあい会館	★志津北部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-462-9531
47	志津．南部	家事援助	○●地域限定●○	（有）さつきや	米・酒・調味料・菓子・粗大ごみ処理券・ゴミ袋・切手の配達	火曜除く10～19時、対象地区：中志津・西志津・上志津・上志津原・下志津・下志津原	配達料無料	中志津4-1-41	043-487-5669
48	志津．南部	家事援助	○●地域限定●○	ふれあいサービス絆〔西志津地区社協〕	ゴミ出し、掃除、草取り、外出付添いその他軽作業等	対象地域：西志津地区社協地域(西志津1～8丁目、上志津1区、井野町2区)、対象：支援を要する高齢者	～15分¥200、～30分¥300、～1時間¥600、1時間超¥300/30分	上志津1545-3 上志津1区集会所	043-462-4588(ふれあいサービス絆センター)火・水9:00～12:00
49	志津．南部	家事援助	○●地域限定●○	ふれ愛サービス〔志津地区社協〕	買物代行・ゴミ出し・洗濯・草取り・通院付添いその他	対象地域：志津地区社協地域(上志津小・井野小校区)	～15分¥200、～30分¥400、～1時間¥600、1時間超¥300/30分	上志津１６６９－１ ハチヤプラザビル２Ｆ	043-290-9275(志津地区社協)月～金(祝日除く)10:30～16:30
50	志津．南部	家事援助	○●地域限定●○	愛あいサービス〔志津南地区社協〕	部屋掃除、ゴミだし、外出の付添、草取り、窓・網戸拭き、花等水やり、その他	対象地域：志津南地区社協地域（中志津地区・下志津地区上志津原地区）、対象：支援を要する高齢者	～15分¥200、～30分¥300、～1時間¥600、1時間超¥300/30分※草取りのみ¥800/1時間	中志津4-22-15 老人憩いの家「志津荘」	①043-377-0025 火・木9時~12時

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
51	志津．南部	家事援助	○●地域限定●○	（有）丸伊	酒・米・野菜・灯油等取扱品、ゴミ袋・切手ハガキ・粗大ごみ処理券の配達	中志津限定。水曜定休。15～19時。	配達料無料	中志津6-20-15	043-487-7659
52	志津．南部	家事援助	○●地域限定●○	有限会社イワキヤ	酒・米・野菜・灯油等取扱品、切手ハガキ・粗大ごみ処理券の配達	配達地区：西志津・上志津・上志津原・井野）。8:30～19:30、水曜定休。	配達代：灯油のみ30円/回、その他配達無料	西志津3-25-14	043-487-5265
53	志津．南部	家事援助	○●地域限定●○	セブンイレブン佐倉上志津原店	取扱商品の宅配	配達区域：店舗から３㎞以内。会員登録不要。配達時間指定不可。	商品代金500円以上宅配無料（500円未満は税込み123円）	上志津原331-1	043-497-5711
54	志津．南部	家事援助	○●地域限定●○	(有)道場総合食品	酒・米・水・食料品・菓子・粗大ごみ処理券・ゴミ袋。切手ハガキ・灯油の配達	9～19時、水曜定休。対象区域：中志津・上志津・西志津・下志津・上志津原・下志津原	配達料無料	中志津1-7-11	043-489-3854
55	志津．南部	家事援助		ニチイライフ（ニチイの家事・育児・自費介護サービス）	高所や浴室の掃除・調理・洗濯・買物・布団干し等シニアのお手伝い、話し相手・更衣介助・特別食調理・外出付添い・見守り等高齢者ケア	基本8:00～18:00、時間外対応可（加算料金）、年中無休	料金要問合せ（定期プラン週1回以上利用3240円/時ほか各種プラン料金体系）	上志津1665大塚ビル2階201号室　ニチイケアセンター志津	043-460-5371
56	志津．南部	家事援助		ファーストステージ　ユーカリが丘	調理、掃除、ペットの世話、話し相手、通院介助、入退院介助、入院中介助、花の水やり、草むしり、外出同行、墓清掃代行など	中高年者。月曜～金曜9:00～18:00（休日：土曜・日曜・年末年始）。営業時間外のサービスについては応相談。	1000円（基本料金30分）+500円（15分毎）※営業時間外は別料金	中志津3-34-11	043-312-0815
57	志津．南部	家事援助	○●地域限定●○	下志津区買物送迎サービス	買物に出られない方のために施設が保有するデイサービスの車を活用して、買物の送迎を行う。利用は申込制。	下志津自治会会員。第1・第2・第3・第4火曜10:00～出発。1時間程度買物し、帰りはなるべく自宅近辺で下車。傷害保険等は加入なし。	送迎無料	集合場所：①下志津ふれあい会館裏手駐車場(有)②新村商店付近のゴミ集積所	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。 ☎ 043-460-7700
58	志津．南部	家事援助		ベルクさくら志津店	「らくらく宅配サービス・ベルクイック」 （料金）専用BOX1箱200円　22キロまで (注意)冷凍食品、惣菜・サラダ、肉魚刺身、花、カットフルーツ、ケーキ等々、いたみやすい物等は不可。冷蔵物は可。	（受付時間） 受付12時まで →配達16時～18時 受付16時まで →配達18時～21時	200円	上志津1764－5	043-464-0600
59	志津．南部	交流の場 通いの場	○●地域限定●○	朝の元気体操	佐倉ふるさと体操、ラジオ体操	月～金 一部8:30～8:40 二部8:45～8:55	無料	上志津1672-7 志津市民プラザ　おもいやり駐車場	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。 ☎ 043-460-7700

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
60	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	むしろ干し手焼きせんべい「あさのは」	高齢者同士の交流の場、地域住民のふれあいの場	煎餅屋,日曜除く10～18時	お茶¥100,コーヒー¥50	中志津4-1-14	043 -461- 8456
61	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	中志津わくわく体操会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操。セラバンド。ふまねっと。	2部制 金曜　A:10:00～11:30 B:11:00～11:45	無料	中志津3-17-2 中志津自治会センター第５・６会議室	043-487-4894（中志津自治会センター）
62	志津．南部	交流の場通いの場		１号ラジオ体操	ラジオ体操第１・第２	6:30～	無料	中志津１号公園（雨天時：ハイホーム志津駅前ｴﾝﾄﾗﾝｽ前）	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
63	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	みんなの体操	体操、口腔体操。音楽に合わせ体を動かすゲーム等、年齢に関係なく、居住者間の横のつながりができる場です。	毎週水曜日10時～11時 ハイホーム志津駅前住民限定	無料	上志津1673-91　ハイホーム志津駅前集会所	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
64	志津．南部	交流の場通いの場		二火会	佐倉ふるさと体操、うたごえ、脳トレ、ふまねっと	基本第2・第4火曜13:00～15:00※会場の使用状況により曜日変更あるため要問合せ	無料	上志津1672-7 志津市民プラザ	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
65	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	あやめ会　グランドゴルフ	グランドゴルフ	木曜13～15時（荒天時を除く）、休止期間（7月中旬～8月末・12月中旬～2月末）。クラブやボールは各自用意。	入会金1000円	西志津3-30　西志津スポーツ等多目的広場	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
66	志津．南部	交流の場通いの場		火曜カフェ	「人前でしゃべってみよう」 朗読、おしゃべり、歌唱、世間話により交流	第３火曜日9:00~11:00（途中休憩あり）	1500円/年	上志津1672-7　志津市民プラザ	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
67	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	中志津　朝のラジオ体操同好会	ＮＨＫラジオ体操第１・第２	どなたでも 毎日6:30～、雨天中止	無料	中志津4-23　中志津中央公園	043-487-4894（中志津自治会センター）
68	志津．南部	交流の場通いの場		まな板の会	グループに分かれレシピづくりや調理をします。	第3日曜13:00～16:30【男性限定】、初回は見学を。	2千円/3か月（材料実費相当）	上志津1672-7　志津市民プラザ	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
69	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	マイタウン志津わくわく体操会	ふるさと体操・わくわく体操・歯ッピー体操・脳トレ・ふまねっと 開会時情報を持ち寄り、大勢の方の発言の場を目指す。各体操担当1～3人で実施。	自治会員及び周辺地区の方。月曜9:00～11:00（祝日の場合は休み）	無料	上志津1031-1　マイタウン志津自治会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
70	志津．南部	交流の場通いの場		介護予防講座げんき教室	主に中志津・上志津原・下志津・下志津原住民。転倒防止のための筋力維持向上トレーニングなど。専門職による介護相談も対応。	9月より月1回（11月を除く全6回コース講話と体操）、第2土曜13:30～15:30	無料	中志津4-22-15 老人憩の家「志津荘」大広間	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。 ☎ 043-460-7700
71	志津．南部	交流の場通いの場		ラジオ体操	NHKラジオ体操第1・第2。自由参加。自動でラジオ体操が放送されるようになっている。	地域住民の方。毎日開催6:25～	無料	上志津原64-1　上志津原児童公園	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。 ☎ 043-460-7700
72	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	あさぎ会グランドゴルフ	1グループ4名になり、くじ引きしてグループ分け。8コース2周して休憩し8コース2周して終了。年2回春と秋に大会を開催。おしゃべり、心身の健康増進を目指す。	60歳以上の方。クラブやボールは各自用意。初回は見学を。月曜・木曜8:50～10:30※学校の夏休み期間中と雨天中止。	1200円/年　入会金（年２回の大会の景品の補助）	西志津3-30-1 西志津スポーツ等多目的施設（同時刻に他グランドゴルフ会が使用しているが、図書館方面から見て一番奥の会）	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。 ☎ 043-460-7700
73	志津．南部	交流の場通いの場		100円喫茶（上志津二区自治会館）	100円喫茶	どなたでも。第4木曜（8月は休み）13:00～15:30	100円	上志津1822　上志津二区自治会館	043-460-1781(志津地区社会福祉協議会)火木13時~16時水金9時~11時半
74	志津．南部	交流の場通いの場		100円喫茶（ローズタウン集会室）	100円喫茶「ローズカフェ」	どなたでも。第4金曜（8月・12月は休み）13:30～15:30	100円	上志津1672-10　ローズタウン集会室	043-460-1781(志津地区社会福祉協議会)火木13時~16時水金9時~11時半
75	志津．南部	交流の場通いの場		100円喫茶（上志津会館）	100円喫茶「いこいの森　サロンやはし」	どなたでも。第1土曜（8月は休み）13:30～15:30	100円	上志津1077-63　上志津会館	043-460-1781(志津地区社会福祉協議会)火木13時~16時水金9時~11時半
76	志津．南部	交流の場通いの場		志津ふれ愛喫茶	ふれ愛喫茶（常設喫茶）	どなたでも。月～金曜10:30～16:30	メニューによる	上志津1669-1　ハチヤプラザビル2F	043-290-9275(志津ふれ愛センター) 月～金10:30～16:30
77	志津．南部	交流の場通いの場		森の茶屋（志津荘）	100円喫茶。毎回、歌・踊り・マジックなどのアトラクションあり。	どなたでも。第1土曜13:00～15:00（8月、11月、1月は休み）	100円	中志津4-22-16　老人憩いの家「志津荘」	043-460-1782(志津南地区社会福祉協議会) 火・水・金11:00～15:00
78	志津．南部	交流の場通いの場		森の茶屋（はらトピア）	100円喫茶。毎回、歌・踊り・マジックなどのアトラクションあり。	どなたでも。偶数月の第2土曜13:00～15:00	100円	上志津原64-1　上志津原自治会館「はらトピア」	043-460-1782(志津南地区社会福祉協議会) 火・水・金11:00～15:00

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
79	志津．南部	交流の場通いの場		愛あいカフェ	無料休憩所。お茶無料。毎月第1月曜はふまねっと運動。	どなたでも。 毎月曜13:00～15:00	無料	中志津4-22-16　老人憩いの家「志津荘」	043-460-1782(志津南地区社会福祉協議会) 火・水・金11:00～15:00
80	志津．南部	交流の場通いの場		いきいきサロン	小物作り講習会、セミナー	どなたでも。日程未定 ※開催時は自治会回覧、ポスターでお知らせ。	材料費300円	西志津4-1-2　西志津ふれあいセンター	043-460-1782(西志津地区社会福祉協議会)火・水・木9:00～13:00
81	志津．南部	交流の場通いの場		ふれあい茶々	アコーディオンの伴奏で皆で歌を歌う	どなたでも。日程未定 ※開催時は自治会回覧、ポスターでお知らせ。	お茶代100円	西志津4-1-2　西志津ふれあいセンター	043-460-1782(西志津地区社会福祉協議会)火・水・木9:00～13:00
82	志津．南部	交流の場通いの場		西志津落語会	落語又は演芸鑑賞	どなたでも。 【年月日】令和4年度中止 開催未定	入場料500円	西志津4-1-2　西志津ふれあいセンター	043-460-1782(西志津地区社会福祉協議会)火・水・木9:00～13:00
83	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	緑ヶ丘わくわく体操会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、ラジオ体操第1、ごぼう先生のDVD2巻。 持ち物：運動しやすい服装、飲物、タオル、上履き、筆記用具。	志津地区の65歳以上の高齢者。月曜9:30～11:00（受付9:15～）、祝日は休み。	無料	上志津1778-80　緑ヶ丘自治会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
84	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	絆会	カラオケ、トランプ、茶話会等※不参加の場合3日前に連絡下さい。※初回は見学を。ご連絡してからご参加下さい。	西志津、上志津原在住の中高年者。第1水曜13:00～16:30	300円/回	西志津8-7-6　西志津町内会集会所	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
85	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	折鶴会	小物や季節の物を折り紙で楽しく作成。手先を使うことで脳の活性化、認知症予防を目指す。年に1回中志津文化祭にて展示会。初回は見学を。	満員の為、空き状況に応じて案内。主に中志津地区及び近辺の住民。第2日曜9:00～12:00※曜日変更の場合あり	100円（会場代）	中志津4-22-15　老人憩いの家「志津荘」	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
86	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	西志津囲碁会	囲碁。女性、初心者から有段者まで歓迎。年数回市の囲碁大会に参加。3カ月に1回リーグ戦、上位者へ景品あり。持ち物：飲物。お越しの際はご連絡を。	西志津町内またはその近辺の住民と会に賛同される方。土曜13:00～17:00※第3土曜のみ9:00～12:00	100円/月（景品等）	西志津8-7-6　西志津町内会集会所	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
87	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	はつらつ麻雀	主にリタイヤした人の居場所・集える場所としての麻雀。禁酒・禁煙・禁賭。昼食は外食、持ち込み各自自由。	主に中志津住民だが他地域も可。一日コース10:00～15:30、半日コース10:00～12:30/13:00～15:30、月4回※活動日は変動あり	半日300円・一日500円（コーヒー飲み放題）、20回毎に一日無料	中志津4-22-15　志津荘	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
88	志津．南部	交流の場通いの場		中志津太極拳同好会	太極拳、ラジオ体操第1第2 ゆっくり太極拳で健康的に！	どなたでも。 日曜日9時～10時半	100円/回	中志津4－23中志津中央公園	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
89	志津．南部	交流の場通いの場		はらトピア体操会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操、ラジオ体操、脳トレ、レク、出前講座、（園児との交流）。	佐倉市民。火曜9:45～11:30（受付9:30～）。持ち物：運動しやすい服装、飲物、タオル、上履き、筆記用具。	無料	上志津原64-1　上志津原自治会館はらトピア	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
90	志津．南部	交流の場通いの場		西志津グランドゴルフの会	グランドゴルフ例会、老若男女問わず、グランドゴルフをやりたい方がやりたい時に集い、健康維持と親睦を図る会です。	中高年の男性・女性どなたでも（西志津地区以外の参加も可能）月木曜日10時～12時※木曜日が雨天の場合は金曜日に実施	入会金1000円、毎回の参加費50円	西志津3-30　西志津スポーツ等多目的広場	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
91	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	サロン四季	飲み放題・食べ放題・持ち寄り歓迎。ギターで演奏もあり地域の憩いの場となっている。4月総会、8月暑気払い、12月忘年会、1月新年会。	西志津の中高年者の男性・女性どなたでも。通常開催は4月、8月、12月、1月以外の第3金曜16:00～18:00	500円/回	西志津5-11-26　西志津さくら自治会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
92	志津．南部	交流の場通いの場		西志津スポーツ広場の会〔ラジオ体操〕	16年続く365日開催のラジオ体操会で毎日約200人の皆さんが参加されています。芝生や花壇の手入れをするボランティアも随時募集しています。	どなたでも。 毎日開催6:30～ （年中無休、雨天決行）	無料	西志津3-30　西志津スポーツ等多目的広場	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
93	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	さくらの会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操。持ち物：運動しやすい服装・飲物・タオル・上履き・筆記用具。	上志津平和自治会、その近隣。毎週水曜日9:30～11:00 ※空き状況は連絡先へご確認を。	無料	上志津1805-58　上志津深作会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
94	志津．南部	交流の場通いの場		おやじの食事学同好会	男性を対象とし、食を通じて地域での仲間づくりや交流。1グループ8～10名で6班に分かれて同じメニューを3～4品調理。芋煮会、忘年会、新年会あり。	佐倉市民の男性のみ。第2土曜13:00～17:00。持ち物：会のエプロン（1200円）＋バンダナ（自前）。初回は見学を。	500円～600円（材料費・食材や人数によって変動あり）	上志津1672-7　志津市民プラザ	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
95	志津．南部	交流の場通いの場		西志津はっぴー体操会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操、シニアヨガ、ふまねっと、脳トレ、リズム体操、シニアエアロビクス等。	どなたでも。第１、2、4水曜13:30～15:00（受付13:15）。持ち物：運動しやすい服装・飲物・タオル・上履き・筆記用具。	無料（ヨガのみ2千円/年）	西志津5-11-26　西志津さくら自治会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
96	志津．南部	交流の場通いの場		囲碁将棋を楽しむ会	強い方もそうでない方もご一緒に楽しみましょう。会員募集中	どなたでも。 第2、３、４火曜日 13:00～17:00	毎月300円	西志津5-11-26　西志津さくら自治会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
97	志津．南部	交流の場通いの場		中志津カフェ	地域住民で運営している気さくな居場所。お話し好きの方、仲間をつくりたい方、楽しいひと時を過ごしたい方、特にシニア独居の方歓迎。	主として60～80代のシニア層特に独居のシニア層歓迎中志津近隣と志津全域。第2週除く金曜13:30～16:00。お手伝いも大歓迎。	300円（お菓子と飲物）	中志津4-1-28　アイアイモール中志津中央商店街内「ワーカーズコープ中志津事務所」	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。 ☎ 043-460-7700
98	志津．南部	交流の場通いの場		志津わくわく体操会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操、脳トレ等。幅広い年代の方々と仲良く体操しています。男性の参加者も募集します。	佐倉市内在住の方。 毎週月曜日13時半～15時 持ち物：運動しやすい服装・飲物・タオル・上履き・筆記用具	無料	上志津1822　上志津2区自治会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。 ☎ 043-460-7700

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
99	志津．南部	交流の場通いの場		コミュニティ　カフェ　虹の会	皆でお茶を飲みながらおしゃべり。脳トレ、ゲームで、SOSの出せる仲間づくり。歌、骨盤底筋トレーニング、折り紙、お手玉など。	どなたでも。第2木曜13:30～15:30	200円/回	上志津原64-1　上志津原自治会館はらトピア	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
100	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	お茶処「いこい」	地域住民が健康を維持し、元気で長生きを実現するための茶話会。お菓子や漬物等を提供。歌、小物作り、講演会等のイベントあり。	マイタウン志津自治会住民。毎月末の金曜13:00～16:00（8月、12月はお休み）	200円（茶話会費）	上志津1031-1　マイタウン志津自治会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
101	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	はらじゃん塾	「賭けない／飲まない／吸わない」健康志向を楽しむ麻雀の会。女性・初心者・未経験者でも気軽に始められる。月1回大会あり。	上志津原住民。水曜、第2・第4・第5土曜。半日コース9:00～12:00/13:00～16:00、一日コース9:00～16:00。	半日コース300円・一日コース500円（飲物付）	上志津原154-14　上志津原町会南ヶ丘集会所	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
102	志津．南部	交流の場通いの場		元気麻雀	初心者・未経験者でも気軽に麻雀を始められる会。禁酒・禁煙・禁賭。地元地域で麻雀を通してコミュニケーションすることで、地域の活性化を目指す。	どなたでも。 第1、第3水曜日 第2・第4木曜日 10時～12時・13時～16時 （お昼お休み）	500円（飲物・お菓子付き）	中志津4-1-28　アイアイモール中志津中央商店街内「ワーカーズコープ中志津事務所」	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
103	志津．南部	交流の場通いの場		ワーカーズコープ中志津体操会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操。持ち物：運動しやすい服装、飲物、タオル、筆記用具。	中志津地区住民及び近隣住民。第1～第4月曜日 ①10時～10時半 ②10時40分～11時10分 ③11時20分～11時50分	無料	中志津4-1-28　アイアイモール中志津中央商店街内「ワーカーズコープ中志津事務所」	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
104	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	西志津けんこう体操会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操。持ち物：運動しやすい服装、飲物、タオル、上履き、筆記用具。	京成玉野地区近辺住民。第1・第3火曜日 ①13時半～15時 ※会場の広さに限りがある為事前にご相談ください。	無料	西志津4-14-14　京成玉野會館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
105	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ちょい呑み　居酒屋	住民同士のコミュニケーションを深めることを目的に開催。飲み放題・食べ放題。お酒・おつまみ持ち込み、寄付大歓迎。	中志津地区住民及び近隣住民。女性も大歓迎。第3木曜17:00～19:00※開催月によって変更あり。事前予約制。	500円	中志津4-1-28　アイアイモール中志津中央商店街内「ワーカーズコープ中志津事務所」	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
106	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	下志津ふれあい交流会	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操。第1木曜はふまねっと、第3木曜はアコーディオン演奏による歌の会も実施。	下志津地区住民。第1・第3木曜13:30～15:30（受付13:15～）	無料	下志津1071　下志津会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
107	志津．南部	交流の場通いの場	○●地域限定●○	みなみの会	ラジオ体操第1、２、佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操。脳トレ、地域情報交換等。持ち物：運動しやすい服装、飲物、タオル、上履き、筆記用具。	中志津5区・6区・7区住民。他区の方でも参加可。 日曜9:30～12:00（受付9:15～）※参加申込制（随時受付、電話申込）	無料	上志津866　佐倉市立上志津中学校ミーティングルーム（体育館1階）	火・水・金11:00～15:00　043-460-1782(志津南地区社協)または各区長へ直接

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
108	志津．南部	交流の場 通いの場		みんなで作って食べよう！まちの縁側ごはん	みんなで楽しく食事を作って、みんなで美味しく食べる。食を通じて、人の出会い・ふれあいを育み、地域のコミュニティの醸成を目指します。	定員：先着15名（毎回前々日までに事前申込・先着順）　毎週火曜11：00～14：00	無料	アイアイモール中志津中央商店街内「まちの縁側」	488-2839（木曜のみ）　木曜以外は「まちの縁側」入り口のポストに申込用紙を投函
109	志津．南部	交流の場 通いの場		あけび	認知症予防を目的とした学習・体操・運動・脳トレ・歌・ゲームを行っています。	自力で通える地域の方 定員：11名　毎週水曜10：00～12：00	100円/月（教材のコピー代）	上志津1077-2　上志津会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
110	志津．南部	交流の場 通いの場		ポールdeウォーク　中志津楽校	2本のポールを持って歩く運動です。姿勢が良くなり、安定感が増し、皆と一緒に歩くことで楽しくなります。	市民のかた 定員：25名　第2・第4火曜10：00～11：30	300円/回 ポール貸出200円/回	中志津4-1-28　アイアイモール内	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
111	志津．南部	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	上志津三区わくわく体操クラブ	健康を維持し、「元気で長生き」を実現するため、佐倉ふるさと体操・佐倉わくわく体操・佐倉歯ッピー体操を行う。	上志津三区住民、近隣住民可。定員：20名　第1・3木曜13：30～15：00、第2・第4木曜9：30～11：00	無料	上志津1077-2　上志津会館	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
112	志津．南部	交流の場 通いの場		ポールdeウォーク　西志津楽校	2本のポールを持って歩く運動です。姿勢が良くなり、安定感が増し、皆と一緒に歩くことで楽しくなります。	市民のかた 定員：25名 第2・第４金曜日 10：00～11：30	300円/回 ポール貸出200円/回	西志津3-30-1 西志津スポーツ等多目的広場	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
113	志津．南部	見守り・安否確認	○● 地域限定 ●○	すおうの輪	自宅を訪問し、見守りや安否確認。	西志津1丁目・2丁目にお住まいの75才以上の一人暮らしの方。第3火曜14:30～15:30（8月は休み）	無料	西志津2-17-1　庚申会集会所	043-484-6198（佐倉市ボランティアセンター）
114	志津．南部	見守り・安否確認	○● 地域限定 ●○	中志津自治会5区　福祉サポート	安否確認、孤独死の予防として訪問（3か月に1回、2人1組）。健康や生活状況の変化を確認しつつ、必要があれば関係機関を案内。	基本中志津5区の75歳以上の一人暮らし、75歳以下の一人暮らし、老々家庭で気になる人。	無料	本拠地は個人宅のため非公表	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
115	志津．南部	見守り・安否確認	○● 地域限定 ●○	6区支え合い委員会	孤独死の予防のため訪問（2ヶ月に1回）。健康や生活状況の変化が確認でき、何かあればその場で対応。関係機関の情報提供、手続きのサポートも行う。	中志津6区の75歳以上の一人暮らし及び80歳以上の高齢者家庭（病気を持っている人含む）。	無料	本拠地は個人宅のため非公表	★志津南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-460-7700
116	志津．南部	配食（＋見守り・安否確認）		まごころ弁当佐倉店	高齢者向け食事の宅配	12/30~1/4以外無休、9～18時（配達：昼食：9～12時、夕食：14～18時）	【普通食】¥500,【透析対応食】【低たんぱく食】¥810,【ムース食】¥650など。配達料無料	中志津4-1-6	043-376-0888

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
117	臼井・千代田	家事援助	○●地域限定●○	思いやりヘルプサービス そめいの21	家事全般	対象：染井野＋周辺、電話対応：平日9:00～18:00	年会費1,200円、利用料600円/時＋交通費	本拠地は個人宅のため非公表	080-3454-7940（そめいの21）
118	臼井・千代田	家事援助	○●地域限定●○	にこにこサービス〔うすい東地区社協〕	室内片づけ、室内清掃、ゴミ出し、病院付添い、買物代行、草取りなど	対象地域：うすい東地区社協地域、対象：高齢者世帯、障害者	～15分¥200、～30分¥300、～1時間¥600、1時間超¥300/30分	江原新田50-1 旧職業訓練校	043-309-8772、火・木9:30～12:00、他は留守電・FAX
119	臼井・千代田	家事援助		元気シルバー応援隊	家具の移動・室内清掃・庭の手入れ・買い物支援等	サービス提供日:応相談 ※土日・夜間も相談受け付けます。	700円/人・時 ※土日祝、夜間は900円/人・時	本拠地は個人宅のため非公表	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
120	臼井・千代田	家事援助	○●地域限定●○	そめいの21　小さなたすけあい	ゴミ出し、留守宅の郵便物の移動などのお手伝い。①10分以内で終わること②原則として家にあがらないこと③原則として近所であること。要相談。	染井野地区および近隣にお住まいの方（近くにサポーターがいることが条件）。原則として電話対応は平日9:00～18:00。	年会費1,200円、利用料100円/回（10分以内）	本拠地は個人宅のため非公表	080-3454-7940（そめいの21）
121	臼井・千代田	家事援助	○●地域限定●○	ファミリーファッション　キャロル	衣類・雑貨等取り扱い商品の配達（具体的な商品がわかれば電話注文にも対応）、支払い済の商品に関してのお預かりサービス、お預かり商品の配達	臼井・千代田地区全域（要相談）。お買い上げ頂いた方、高齢などにより買い物が大変になっている方。10:00～19:00（定休日1/1～1/4）	配達料無料	稲荷台1-11-1　京成臼井駅北口ロータリー前	043-488-1119
122	臼井・千代田	家事援助	○●地域限定●○	千代田地区社協　買い物バス	自宅の玄関までお迎えに行き、お店での買い物を見守り、玄関までお送りする買い物バス。利用の前の週、木曜までに申し込み。	千代田地区にお住まいの方・買い物移動に困っている方。第2火曜（ザ・マーケットプレイス佐倉行き）、第4火曜（イオン臼井店行き）10:00～11:30	200円/回	利用者自宅からお店までの往復	043-461-5641(千代田地区社会福祉協議会)火・木・金13:00～17:00
123	臼井・千代田	家事援助	○●地域限定●○	王援隊	草取り、ごみ出し、庭の水やり、窓拭き、家具の移動、電球交換、室内清掃、買い物付き添い・代行、病院の付き添い、囲碁・将棋相手、話し相手等	対象地域：王子台地区社協地域、対象：支援を要する高齢者　等、要会員登録。※作業日・時間は応相談。	～15分¥200、～30分¥300、～1時間¥600、1時間超¥300/30分	王子台3-23-2　集いの場　いごこっち	043-372-8938（王援隊事務所）月・水9:00～12:00
124	臼井・千代田	家事援助	○●地域限定●○	臼井グリーンハイツ買い物ツアー支援者の会	買い物支援（自宅からスーパーまでミニバスによる送迎）。行先：イオン臼井店、又はヤオコー染井野店。	臼井グリーンハイツ自治会員で買い物移動に困っている方。第3火曜10:00～12:00（要問い合わせ）	無料	臼井1800-67　臼井グリーンハイツ会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
125	臼井・千代田	家事援助	○●地域限定●○	新臼井田買い物会	月１回、自宅～スーパーの送迎をします。 【行先】イオン臼井店、ヤオコー染井野店またはベイシア佐倉店 【定員】５名/回	70歳以上で足腰が弱った等の理由で、買い物に行きにくい人。 毎月第３水曜日　10：00～12：00	無料	新臼井田10-25　新臼井田自治会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
126	臼井・千代田	家事援助	○●地域限定●○	愛の手サポート	室内掃除（トイレ・風呂含む）、草取り、庭の水やり、電球交換、室内・片付け、窓拭き、蒲団干し、病院の付き添い、車椅子介助、買い物代行、買い物付き添い・代行、ゴミ出しなど	臼井地区社協管内の概ね65歳以上の高齢者所帯やお独り暮らしの方。	～15分200円、～30分300円、～60分600円、以降30分毎300円、ゴミ出し1回150円	臼井田2526　臼井田自治会館内	043-377-4664 毎週火・木曜日（祝祭日休み）9：30～12：00　電話で申し込み、サービス提供は

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
127	臼井・千代田	外出支援	○●地域限定●○	思いやりヘルプサービス そめいの21	単独外出が困難・不安な人の通院・買物等の同行（非移動サービス）	対象者：染井野と周辺地区、行先は制限なし	年会費1,200円、利用料600円/時＋交通費	本拠地は個人宅のため非公表	080-3454-7940（そめいの21）
128	臼井・千代田	交流の場通いの場		健やか体操会	ラジオ体操・佐倉ふるさと体操	月～金8:45～9:00	無料	王子台1-17 御伊勢公園	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
129	臼井・千代田	交流の場通いの場		そめいの２１もうひとつのサロン	ラジオ体操、カードゲーム・テーブルゲーム、ハンドベル（ミュージックベル）	第2・4金曜 13:30～15:30	100円（ドリンクバー付き）	染井野4-1 臼井南中学校 地域開放ルーム	080-3454-7940（そめいの21）
130	臼井・千代田	交流の場通いの場		そめいのふれあいサロン	茶話会、その他	第1火曜13～15時 ※1月のみ第2火曜日	無料	染井野５丁目70-1 染井野中央集会所	080-3454-7940（そめいの21）
131	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	いきいきクラブ たぐり	75才以上の独居者・昼間独居者を対象に、楽しく過ごせるホッとする場の提供	第1火曜13:30～15：30、対象：臼井台・大名宿町会・ニッコー町会・野口台町会の75才以上の住民	お茶菓子代として参加費200円/回	臼井台40 臼井台青年館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
132	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	火曜会	百円サロン	火曜13～15時、新臼井田自治会員限定	¥100/回	新臼井田10-25 新臼井田自治会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
133	臼井・千代田	交流の場通いの場		江原台ラジオ体操（臼井地区民生委員児童委員協議会）	ＮＨＫラジオに合わせラジオ体操	毎日6:30～6:40（１/1～3と雨天を除く）	無料	江原台2丁目27 江原台二号公園（健康管理センター隣）	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
134	臼井・千代田	交流の場通いの場		佐倉ひまわりの会	女性限定、おしゃべり・体操・昼食会・手芸・ウォーキング・お花見など	火曜13:30～16:30※第5火曜はお休み	年2～3回程度、200円ずつ（お茶代）	稲荷台1-21-2 稲荷台１丁目町内会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
135	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	なごみの会	独居高齢者の食事会（年3回：5・7・12月）	新臼井田自治会員限定	200円/回		★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
136	臼井・千代田	交流の場通いの場		ニッコー団地ラジオ体操会	正月三が日と荒天の日を除き毎朝7時からラジオ体操第一・第二	主にニッコー団地町内会員及び近隣町会	無料	南臼井台23　長谷津児童公園	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
137	臼井・千代田	交流の場 通いの場		四季の会(ハイキングの会)	ハイキング。年1回は福祉バス利用で遠出。	毎月1回、原則土曜日に活動（8月、1月、2月は活動無し）。	年500円／世帯	随時決定	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
138	臼井・千代田	交流の場 通いの場		健考ほほえみ会（元気シルバー応援隊）	わくわく体操、ふまねっと、脳トレゲーム等	第2・第4水曜13:30～15:30。健康づくりに興味のある65歳以上	50円/回（傷害保険代）	染井野3―３－７　千代田・染井野ふれあいセンター、または王子台1－16　臼井公民館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
139	臼井・千代田	交流の場 通いの場		元気塾	散策と語らいによる仲間づくり。	水曜10:00集合。おしゃべりだけの参加も可。※8月は休み	無料	稲荷台2－11　五縄公園	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
140	臼井・千代田	交流の場 通いの場	○●地域限定●○	江原台談話室	茶話会・マージャン・手芸・折り紙など交流会	第1・第3火曜、13～15時、江原台住民限定。	100円/回（茶菓代）、マージャンは200円/回	江原台1-9-4　江原台会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
141	臼井・千代田	交流の場 通いの場		喫茶店どぅおーも	地域の交流の場	10～22時、木曜定休。配達は応相談。	有料	新臼井田9-20	043-487-8887
142	臼井・千代田	交流の場 通いの場		コスモス友の会	介護予防のストレッチ運動、健康体操、転ばない体づくり。	月曜18:30～20:00	500円/月	臼井田2342-1　老人憩の家うすい荘	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
143	臼井・千代田	交流の場 通いの場		アパコミごましお会　ラジオ体操	ラジオ体操	毎日8:30～8:50、稲荷台周辺住民	無料	稲荷台1-8-2　アパガーデンプレイス駐車場（雨天時はエントランス）	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
144	臼井・千代田	交流の場 通いの場	○●地域限定●○	王子台５丁目ふまねっとの会	月２回、軽い筋トレ、脳トレ、ふまねっとによる介護予防	第２・第４土曜日13:30~15:30。王子台５丁目住民優先。見学歓迎。	100円/回	王子台5-37-7　王子台５丁目町内会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
145	臼井・千代田	交流の場 通いの場		臼井田ハッピーグループ	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、ふまねっと等による介護予防活動	臼井田地区、周辺地域にお住まいの方。参加者には年間計画をお渡しします。9:30～11:00	無料	臼井田2526　臼井田自治会館（ホール）	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
146	臼井・千代田	交流の場 通いの場		金曜会	麻雀、囲碁	金曜13:00～16:00	200円/月	稲荷台2－8－14　稲荷台２丁目町内会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
147	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	100円喫茶（稲荷台2丁目町内会館）	コーヒー、お茶などを飲みながら、講話・クイズ・ゲーム・体操・手品・抽選会・みんなで歌いましょう等＊開始前に野菜販売	臼井地区社協エリアにお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円	稲荷台2-8-14　稲荷台2丁目町内会館	043-462-0743(臼井地区社会福祉協議会)月9時~12時、13時~16時
148	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	100円喫茶（うすい荘）	コーヒー、お茶などを飲みながら、講話・クイズ・ゲーム・体操・手品・抽選会・みんなで歌いましょう等＊開始前に野菜販売	臼井地区社協エリアにお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円	臼井田2342-1　老人憩の家「うすい荘」	043-462-0743(臼井地区社会福祉協議会)月9時~12時、13時~16時
149	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	100円喫茶（ニッコー団地会館）	コーヒー、お茶などを飲みながら、講話・クイズ・ゲーム・体操・手品・抽選会・みんなで歌いましょう等＊開始前に野菜販売	臼井地区社協エリアにお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円	南臼井台13-12　ニッコー団地会館	043-462-0743(臼井地区社会福祉協議会)月9時~12時、13時~16時
150	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ラウンジ王子台（1丁目町内会館）	骨密度のお話し、ロコモ予防体操、コグニサイズ体操、誤嚥予防体操、生演奏で歌う	王子台地区にお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円	王子台1-12-3　王子台1丁目町内会館	043-462-0743(王子台地区社会福祉協議会)火9時30分~12時、13時~16時30分
151	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ラウンジ王子台（2丁目町内会館）	骨密度のお話し、ロコモ予防体操、コグニサイズ体操、誤嚥予防体操、生演奏で歌う	王子台地区にお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円	王子台2-1-1　王子台2丁目町内会館	043-462-0743(王子台地区社会福祉協議会)火9時30分~12時、13時~16時30分
152	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ラウンジ王子台（3丁目町内会館）	骨密度のお話し、ロコモ予防体操、コグニサイズ体操、誤嚥予防体操、生演奏で歌う	王子台地区にお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円	王子台3-22-16　王子台3丁目町内会館	043-462-0743(王子台地区社会福祉協議会)火9時30分~12時、13時~16時30分
153	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ラウンジ王子台（4丁目町内会館）	骨密度のお話し、ロコモ予防体操、コグニサイズ体操、誤嚥予防体操、生演奏で歌う	王子台地区にお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円	王子台4-11-7　王子台4丁目町内会館	043-462-0743(王子台地区社会福祉協議会)火9時30分~12時、13時~16時30分
154	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ラウンジ王子台（5丁目町内会館）	骨密度のお話し、ロコモ予防体操、コグニサイズ体操、誤嚥予防体操、生演奏で歌う	王子台地区にお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円	王子台5-37　王子台5丁目町内会館	043-462-0743(王子台地区社会福祉協議会)火9時30分~12時、13時~16時30分
155	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ラウンジ王子台（6丁目町内会館）	骨密度のお話し、ロコモ予防体操、コグニサイズ体操、誤嚥予防体操、生演奏で歌う	王子台地区にお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円	王子台6-11-17　王子台6丁目町内会館	043-462-0743(王子台地区社会福祉協議会)火9時30分~12時、13時~16時30分
156	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	サロンいんなん	ゲーム・カラオケ・ふるさと体操・演芸等他	うすい東地区にお住まいの方。第1月曜（※12月、1月、3月は第2月曜）13:30～15:30	100円	江原新田199-2　江原区自治会館	043-462-0743(うすい東地区社会福祉協議会)土9時~12時、13時~16時

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
157	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	いきいき健康サロン（千代田地区社協）	お弁当を食べながら、各種のイベントを楽しむ	千代田地区内にお住まいの高齢者。活動日未定。要予約、送迎は要相談。	500円（昼食代）	生谷1306　老人憩の家「千代田荘」	043-461-5641(千代田地区社会福祉協議会)火・木・金13:00～17:00
158	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ふれあい演芸会（千代田地区社協）	カラオケ、詩吟、手品、踊り、漫才をみんなの前で披露。観覧、応援大歓迎！みんなで笑って、声を出してストレス発散！※送迎は要相談。中学生以下出演料無料。	【出演者】千代田地区の方(グループの場合、他地区の方が入っても可)【観覧者】どなたでも。活動日未定（要問合せ）	1,000円(出演料、お弁当代金含む)、観覧者弁当500円にて事前予約可	生谷1306　老人憩の家「千代田荘」	043-461-5641(千代田地区社会福祉協議会)火・木・金13:00～17:00
159	臼井・千代田	交流の場通いの場		木曜カフェ	美味しい珈琲、お菓子、そして一緒におしゃべりを楽しみませんか‥ぶらりと立ち寄ってください	どなたでも。第1・第3木曜13:15～14:30	100円（珈琲又は紅茶、茶菓子付き）	染井野3-3-7　千代田・染井野ふれあいセンター	043-461-5641(千代田地区社会福祉協議会)火・木・金13:00～17:00
160	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	台町わくわく体操クラブ	佐倉わくわく体操、佐倉ふるさと体操、佐倉歯ッピー体操、ふまねっと、ストレッチなど	台町地区の方。月曜9:00～11:00	500円/6か月	臼井台40　臼井台青年館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
161	臼井・千代田	交流の場通いの場		月のつどい	おしゃべり、朗読、早口言葉など。 月１回、食事会やお誕生日会を開催しています。	どなたでも。月曜13:00～16:00 ※第５月曜、8/13～8/15はお休みです。	参加費100円/回	王子台3-23-2「集いの場　いごこっち」※佐倉市コミュニティバス「王子台３丁目西」バス停前	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
162	臼井・千代田	交流の場通いの場		ほっとすペーす・つき	第1・第3火曜：手ぶらで書道13時半～15時：00　300円/回 金曜日：健康麻雀13時半～16時300円/回 第１第3木曜日乙女の会（お弁当、お茶、お菓子付き）12時～15時※要予約 水曜日：こども食堂つき18時～19時おとな300円～ 月～金曜日：居場所15時～19時大人300円/日（正会員は200円）	どなたでも（60才以上の方）。 第1・第3火曜手ぶらで書道：13時半～15時 金曜健康麻雀：13時半～16時 第１第3木曜乙女の会：12時～15時 水曜こども食堂つき：18時～19時 月～金曜日居場所：15時～19時	第1・第3火曜：300円/回 金曜：300円/回 水曜：400円 居場所：300円（正会員は200円）	稲荷台1-17-1　2F　ほっとすペーす・つき	043-235-8008（ほっとすペーす・つき）
163	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	王子台１丁目健康教室	ヨガとふまねっとを通して地域住民がふれあいながら楽しく活動。	王子台1丁目にお住まいの高齢者の方。第1・第4木曜10:00～11:30	400円/回	王子台1-12-3　王子台1丁目町内会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
164	臼井・千代田	交流の場通いの場	○●地域限定●○	100円喫茶（八幡台会館）	コーヒー、お茶などを飲みながら、講話・クイズ・ゲーム・体操・手品・抽選会・みんなで歌いましょう等＊開始前に野菜販売	臼井地区社協エリアにお住まいの方。開催日はお問合せ下さい。	100円/回	八幡台2-11-1　八幡台会館	043-462-0743(臼井地区社会福祉協議会)月9時～12時、13時～16時

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
165	臼井・千代田	交流の場 通いの場		ワンコインヨガ	ヨガ。持ち物：ヨガマット（バスタオルでも可）、タオル、5本指靴下（裸足で良い方は必要なし）、飲み物	水曜13:30～15:00※第1週はお休み。車の方は要相談。	500円/回（初回は入会費1500円）	江原台1-9-4　江原台会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
166	臼井・千代田	交流の場 通いの場		昭和歌謡を楽しむ会	みんなで昭和歌謡を楽しく歌う。歌の好きな方、一緒に楽しみませんか。	歌の好きな方、どなたでも。第2金曜13:30～15:30	300円/回	南臼井台11-1　カラオケなつ子	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
167	臼井・千代田	交流の場 通いの場		さんぽみち	第1月曜：サロン（お茶とおしゃべり）、第3月曜：茶話会（地域包括支援センターの出前講座や各種イベント、お茶やお菓子もあり）	第1月曜14:00～16:00、第3月曜14:00～15:00	無料	王子台5-37　王子台5丁目町内会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
168	臼井・千代田	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	二石会	囲碁を通じて地域での親睦・交流。年2回の合宿や、親睦会もあり。	染井野1、2、3丁目にお住まいの方。第2・第4日曜13:00～18:00頃。	入会金500円、参加費500円/月	染井野2-40-1　染井野北集会所	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
169	臼井・千代田	交流の場 通いの場		レッツ囲碁の会	囲碁。どなたでも気楽にご参加を。	囲碁を打つ方なら男性・女性どなたでも（初心者も可）。火曜または金曜13:00～17:00	100円/回（会場費として）	染井野3-3-7　千代田・染井野ふれあいセンター第2会議室	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
170	臼井・千代田	交流の場 通いの場		わくわく王子台	第1部:佐倉わくわく体操、歯ッピー体操、ふるさと体操、第2部:ボッチャ(第1週)、ふまねっと(第2週)、脳トレ・ゲーム(第3週)、茶話会(第4週)※変更もあり。	王子台地区及びその周辺が中心だが、会が認めればご自分で来られる方ならどなたでも。金曜9:30～11:30※1部、2部のみの参加も可。	100円/回（1部、2部のみの参加でも100円）	王子台3-23-2　集いの場　いごこっち	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
171	臼井・千代田	交流の場 通いの場		健やか元気同好会	佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操、佐倉ふるさと体操、その他ボッチャ、ふまねっと、合唱、脳トレなど	ご自分で来られる方ならどなたでも。金曜13:30～15:30※第2金曜はお休み。	600円/半年	南臼井台13-12　ニッコー団地会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
172	臼井・千代田	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	王子台6丁目わくわく体操会	佐倉わくわく体操、佐倉歯ッピー体操、佐倉ふるさと体操、その他ふまねっと等	王子台6丁目にお住まいの方。火曜13:30～15:30	100円/回	王子台6-11-17　王子台6丁目町内会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
173	臼井・千代田	交流の場 通いの場		多世代交流サロン「ヌック」	①マルシェ（野菜・焼菓子・弁当など） ②カフェ（利用料100円）】 ※マルシェで購入された食品をイートイン可能	①マルシェ 毎週金曜日　9:30～13:00 ②カフェ 毎週火～金曜日　10:00～12:30	商品代金のみ カフェ利用料100円	江原台2-10-3	043-376-1817
174	臼井・千代田	交流の場 通いの場		臼井老幼の館　ラジオ体操	ラジオ体操	どなたでも 火曜～土曜(祝日、雨天除く) ※夏季・冬季・天候により一時休止となる可能性があります。お問い合わせください	無料	王子台6-25-1 臼井老幼の館　園庭	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
175	臼井・千代田	交流の場 通いの場		こあら	折り紙、おしゃべり。折り紙を通して気軽に相談できる仲間づくり。お互いに教え合い、季節に合った作品を作っています。単発的な参加も可能です。	折り紙が好きな方、どなたでも。 第2・第4火曜日 10時～12時※活動日は変更になる可能性があります	400円/回 （会場費として。参加者数で割ります。）	八幡台2-11-1　八幡台自治会館　談話室１	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
176	臼井・千代田	交流の場 通いの場		歌声の広場	みんなで一緒に楽しく歌います。	第２水曜日9:30～11:30	¥100/回	八幡台2-11-1	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
177	臼井・千代田	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	レディース健康麻雀	女性限定の健康麻雀会。初心者の方も参加しやすい雰囲気です。	女性限定。 王子台6丁目にお住いの方優先。 金曜　13:00～16:00	1000円/年	王子台6-11-17　王子台6丁目町内会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
178	臼井・千代田	交流の場 通いの場		みんなの音楽サロンつどい	演歌からクラシックまで、音楽のジャンルは問わずリクエスト受付中。 歌うことが好きな方、音楽を聴くことが好きな方、どなたでも気軽にご参加ください。 初めての方も大歓迎。	どなたでも。 第２・第４金曜日　13:30～15:30	100円/回	王子台4-11-17　王子台4丁目町内会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
179	臼井・千代田	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	憩いの場	おしゃべり、・健康麻雀・囲碁・将棋・トランプなど。気軽に立ち寄れる地域の憩いの場です。	臼井グリーンハイツ在住の方 金曜13:00～16:00	無料	臼井1800-67　臼井グリーンハイツ会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
180	臼井・千代田	交流の場 通いの場		ファイティーンクラブ	①健康体操:身体ほぐし・筋力アップ ②ストレッチ体操:マット・ダンベル（1kg）　ゴムひも・リズム体操を取り入れた脳トレ等	臼井グリーンハイツ在住の方優先 ①月曜10:00~11:30 ②月曜・木曜19:00~21:00	①健康体操：2500円/月 ②ストレッチ体操：4000円/月	臼井1800-67　臼井グリーンハイツ会館	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
181	臼井・千代田	交流の場 通いの場		新臼井田・臼井グリーンハイツラジオ体操会	ラジオ体操	どなたでも 6:30～6:40	無料	新臼井田12-1　長作東公園	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
182	臼井・千代田	交流の場 通いの場		羽鳥いきいき教室	ラジオ体操、脳トレ、ふるさと体操など	どなたでも 第4火曜日　10:00～11:00	無料	羽鳥1044　普門院 （※コロナ禍で会場が使用できないため、一時的にお借りしています。）	★臼井・千代田地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-3731
183	臼井・千代田	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	にこにこお楽しみ会	◆各町内会のお一人暮らしの方に町内会館に集まっていただき、盆踊りやボッチャ　で過ごしていただく参加型お楽しみ会。　会場では飲料のみで、お持ち帰り用の軽食とお菓子を用意。	王子台地区在住の75歳以上独居の方 日時はお問い合わせください	無料	各町内会館	043-462-0743(王子台地区社会福祉協議会)火9時30分～12時、13時～16時30分

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
184	臼井・千代田	見守り・安否確認	○●地域限定●○	思いやりヘルプサービス そめいの21	見守り、安否確認が必要な人の見守り・安否確認（詳細個別協議）	対象地区：染井野と周辺地区	年会費1,200円、利用料金600円/時＋交通費	本拠地は個人宅のため非公表	080-3454-7940（そめいの21）
185	臼井・千代田	配食（＋見守り・安否確認）		ワーカーズコレクティブ ハーブ	弁当の宅配		配達料100円（合計1,200円以上は無料）	王子台6-3-9 生活クラブ佐倉センター１階	043-461-4553
186	臼井・千代田	配食（＋見守り・安否確認）	○●地域限定●○	虹の会	季節の食材を使った家庭的なメニュー。個人宅に届けて、見守りや安否確認をしながら本人に手渡し。	臼井地区（臼井・臼井田・稲荷台・王子台）にお住まいの75才以上の一人暮らしの方。第2金曜11:30～12:30（8月は休み）	無料	井野794-1 志津コミュニティセンター	043-484-6198（佐倉市ボランティアセンター）
187	佐倉	家事援助		シルバー救援隊（ワンコインサービス）〔佐倉市シルバー人材センター〕	ゴミ出しや電球取換えなど１人30分以内の簡易な業務	市内全域	500円/回	鏑木町198番地2 レインボープラザ佐倉2F シルバー人材センター	043-486-5482
188	佐倉	家事援助	○●地域限定●○	丸進食品	豆腐・加工食品の出張販売	佐倉地区～城・江原台まで	配達料無料	藤沢町11-1	043-484-0444
189	佐倉	家事援助	○●地域限定●○	風の村さくら 買い物バス	月3回買い物支援のバス運行	7日・17日・27日に運行、対象地域居住の65歳以上（高齢者世帯・独居を優先）、要事前連絡	無料	対象地域（宮前・山崎・新町）の自宅または集合場所とスーパー（寺崎）間の往復	043-481-3666（生活クラブ風の村さくら）
190	佐倉	家事援助	○●地域限定●○	虹のサービス〔佐倉城の辺地区社協〕	草取り・枝切り等の庭仕事、ゴミ出し、掃除、電球交換等	対象地域：佐倉城の辺地区社協地域、対象：要支援者、要会員登録	～30分¥400、～1時間¥600、1時間超¥300/30分	海隣寺町87　社会福祉センター2階	043-484-6033(城の辺地区社協)火・金10:00～15:00
191	佐倉	家事援助		佐倉市朝市出店者組合「日曜朝市」	朝市を開催。肉、魚、野菜、乾物その他。	どなたでも。日曜5:30～7:00	商品代金のみ	栄町13及び14-3地先NTT東関東の裏	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
192	佐倉	家事援助		水曜朝市	朝市を開催。肉、魚、野菜、漬物、パン、スイーツなど。	どなたでも。水曜7:00～10:00	商品代金のみ	新町45　ローソン新町店駐車場	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
193	佐倉	家事援助	○●地域限定●○	千成ふれあいサービス	ゴミ出し、庭の水やり、窓ふき、電球交換、草取り、話し相手※その他ご要望があれば応相談	千成自治会員で、おおむね65歳以上の世帯や支援の必要な方。要会員登録。休止日：日曜、祝日、お盆、年末年始	～15分¥200、～30分¥300、～1時間¥600、1時間超¥300/30分、当日キャンセル¥100	千成1-22-2　千成自治会事務室	043-486-5201（千成自治会）※受付：月曜～金曜

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
194	佐倉	家事援助		ひだまり（産直野菜販売）	和田、大佐倉、高座木の新線や市の直売で地産地消を目指します。 火曜・水曜・木曜10:00～12:00	どなたでも	無料（直売）	宮前3-24-2　ひだまり	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
195	佐倉	外出支援	○● 地域限定 ●○	千成ふれあいサービス　買物バス	千成地区からトウズ京成佐倉店までの送迎	千成地区在住で、買い物に支援が必要な方。（移動手段がない、重いものが持てない、歩くのが困難など。） 定員：６名 毎月8日、18日、28日 10時より自宅に送迎	200円/回	千成1-22-2　千成自治会館	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
196	佐倉	交流の場 通いの場		シルバーサロン「すみれ会」〔ＮＰＯ法人木ようの家〕	シルバー世代と障害者の地域交流：歌とおしゃべりの会、その月生まれの誕生会（お茶お菓子つき）	第4土曜13:30～15:30	200円/回	栄町７－１５	043-486-7686
197	佐倉	交流の場 通いの場		ミレニアム・フレンド	地域の60歳以上を対象に介護予防のため心身の健康を保つ活動（ユニーク音楽体操など）	第2木曜10:00～11:30	200円/回	宮前３－４－１ ミレニアムセンター佐倉	043-483-3081（ミレニアムセンター佐倉）
198	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	ローズクラブ	住民の親睦・交流・見守り、食事会、うたの会、ウォーキング、グランドゴルフ、折り紙、講演会、バスツアー、買物・通院等の援助	食事会（奇数月）、うたの会（第4金）、ウォーキング（年7回）、グランドゴルフ（第2月）、折り紙（第1・3木、第2・4水）、講演会（年1回）、バスツアー（年1回）	実費負担	宮前1-21-6 宮前集会所等	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
199	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	宮前３丁目グランドゴルフ同好会	地域住民限定のグランドゴルフ	金曜（第2週除く）午前中	100円/回	宮前３-18 内郷児童公園	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
200	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	認知症予防のための運動教室（宮前3丁目）	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	金曜13:30～14:30(祝日以外)、対象：宮前3丁目及び近隣の居住者、主催：内郷地区社協	無料	宮前3-6宮前柏葉集会所	043-486-5690(内郷地区社会福祉協議会)火・木10:00～15:00
201	佐倉	交流の場 通いの場		佐倉わくわく体操会 白銀	ふるさと体操・わくわく体操・歯ッピー体操	月曜9:30～11:30、地域住民および近隣の方。	無料	白銀１－２５－１０ 白銀ニュータウン東集会所	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
202	佐倉	交流の場 通いの場		佐倉わくわく体操会（結の会）	ふるさと体操・わくわく体操・歯ッピー体操・ふまねっと等、体操会終了後にミニサロンを開催	第1・第3・第4月曜9:30～12:00（※体操は～11:30）	無料	鏑木町105　鏑木公会堂	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
203	佐倉	交流の場 通いの場		オープンサロンやまびこ 介護予防体操	歌、健康体操、ふまねっと	第2・第4金曜10時～11時30時	無料	鏑木町346　特別養護老人ホームさくら苑　地域交流研修所やまびこ	043-486-5050（さくら苑）
204	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	けやきくらぶ	緩やかな筋トレ・ストレッチ・ふるさと体操・なのはな体操・ふまねっと	土曜10~11時、対象：本町在住者限定	600円/年	本町580　本町会館	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
205	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	認知症予防のための運動教室（岩名・高座木）	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	木曜13:00～14:00(祝日以外)、対象：岩名及び近隣の居住者、主催：内郷地区社協	無料	岩名642　岩名区民館（玉泉寺内）	043-486-5690(内郷地区社会福祉協議会)火・木10:00～15:00
206	佐倉	交流の場 通いの場		ラジオ体操の会（歴博）	ＮＨＫラジオに合わせラジオ体操第１・第２	毎日6:30～6:40、雨天も歴博入口のデッキルーフ下で実施。	無料	佐倉市城内町117　歴史民俗博物館（建物）入口付近	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
207	佐倉	交流の場 通いの場		ラジオ体操の会（千成）	ラジオ体操第１・第２とレクダンス	日曜・雨天を除き毎日6:30～6:45	無料	千成１丁目５　千成１号公園	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
208	佐倉	交流の場 通いの場		白銀ラジオ体操の会	ラジオ体操第１・第２（繰り返し２回）	雨天除き毎日8:00～8:20	入会金500円（ラジカセ等維持費相当）	白銀３丁目２４　堀上公園	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
209	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	佐倉わくわく体操会（田町）	佐倉わくわく体操、ふまねっと運動、自彊術など	第1・第3・第5火曜9:30～11:30、対象は田町・城内町および近隣の方	無料	海隣寺町103-1　田町会館	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
210	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	土曜の会	佐倉ふるさと体操、なのはな体操、ふまねっと運動など	土曜9:00～10:30、近隣住民対象	無料	宮前３-6-7宮前柏葉集会所	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
211	佐倉	交流の場 通いの場		ラジオ体操の会（大蛇住宅）	ラジオ体操第１・第２	雨天以外毎日6:30～6:40	無料	大蛇町232-1　市営大蛇住宅集会場前駐車場	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
212	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	認知症予防のための運動教室（宮前）	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	月曜14:30～15:30（祝日以外）、対象：宮前及び近隣の居住者、主催：内郷地区社協	無料	宮前1-21-6　宮前集会所	043-486-5690(内郷地区社会福祉協議会)火・木10:00～15:00

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
213	佐倉	交流の場 通いの場		堀ノ内公園ラジオ体操の会	ラジオ体操第一と第二。気楽にご参加を。	どなたでも参加可能。毎日6:30～	無料	大蛇町411　堀ノ内児童公園	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
214	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	いきいきサロン（田町うらら）	歌唱、軽い体操、演芸など	佐倉城の辺地区内にお住まいの方。第3木曜 10:00～12:00 ※８月は休止	茶菓代100円	佐倉茶屋うらら 田町76-1	043-484-6033(佐倉城の辺地区社会福祉協議会)火・金 10:00～15:00
215	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	茶話やかサロン東部（佐倉東中学校）	歌唱、脳トレ、クイズ、演芸など	佐倉東部地区内にお住まいの65歳以上の方。不定期開催。詳細はお気軽にお問合せ下さい。	100円	高岡423-1　佐倉市立佐倉東中学校	043-484-6033(佐倉東部地区社会福祉協議会) 火・金9:00～13:00
216	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	茶話やかサロン東部（本町会館）	歌唱、脳トレ、クイズ、演芸など	佐倉東部地区内にお住まいの65歳以上の方。不定期開催。詳細はお気軽にお問合せ下さい。	100円	大蛇町580　本町会館	043-484-6033(佐倉東部地区社会福祉協議会) 火・金9:00～13:00
217	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	茶話やかサロン東部（弥勒町会館）	歌唱、脳トレ、クイズ、演芸など	佐倉東部地区内にお住まいの65歳以上の方。不定期開催。詳細はお気軽にお問合せ下さい。	100円	野狐台町16-2　弥勒町会館	043-484-6033(佐倉東部地区社会福祉協議会) 火・金9:00～13:00
218	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	茶話やかサロン東部（市営大蛇住宅集会所）	歌唱、脳トレ、クイズ、演芸など	佐倉東部地区内にお住まいの65歳以上の方。不定期開催。詳細はお気軽にお問合せ下さい。	100円	大蛇町232　市営大蛇住宅集会所	043-484-6033(佐倉東部地区社会福祉協議会) 火・金9:00～13:00
219	佐倉	交流の場 通いの場		認知症予防のための運動教室「チーム忘れな草23」	ふるさと体操、わくわく体操、ふまねっと、脳トレ、ヨガなど	どなたでも。木曜9:30～12:00	無料	鏑木町346　特別養護老人ホームさくら苑　地域連携研修所	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
220	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	モアクレスト佐倉わくわく体操会	季節の歌、あいうべ体操、ハッピー体操、手あそび、脳トレ体操、佐倉わくわく体操、ふまねっと、脳トレ竹太鼓	マンションに住んでいる方対象ですが近くの方もOK。金曜10:00～12:00	無料	田町121-1-7　モアクレストアルファス佐倉集会室1F	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
221	佐倉	交流の場 通いの場		頭すっきり若返り教室終了者の集い（すっきりさくら会）	「脳活」のための学習、ふるさと体操、ふまねっと、レクリエーション、歌　他	65才以上、自力で来れる方。第1・第3水曜 10:00～12:00	無料	岩名1011　白翠園（佐倉自動車学校隣）	043-484-6343（佐倉市高齢者福祉課）
222	佐倉	交流の場 通いの場		千成ふれあいサロン	ギター演奏、津軽三味線演奏、ふるさと体操、時期に応じたためになる話や脳トレ	千成地区および近隣の住民。第1・第3・第5水曜10:00～12:00	100円/回（中学生以上）	千成3-4-3　せんなり村	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
223	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	認知症予防のための運動教室（山崎）	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	木曜14:30～15:30(祝日以外)、対象：山崎・下根地区及び近隣の方、主催：内郷地区社協	無料	山崎13 山崎公会堂	043-486-5690(内郷地区社会福祉協議会)火・木10:00～15:00
224	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	堀ノ内団地介護予防健康教室	わくわく体操、ボッチャ、ふまねっと、脳トレなど	堀ノ内団地及び周辺の方。第2・第4月曜10：00～11:30（祝日以外）	無料	千葉県佐倉市本町149-2 堀ノ内青年館	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
225	佐倉	交流の場 通いの場		歌声喫茶　さくら	ギターとキーボードの伴奏でリクエストで歌う。お茶を飲みながら、楽しいひと時を。	第4土曜14:00～16:00。ソフト粘土、絵手紙、写真、パステル画、コーラス、朗読なども実施、詳細は要問合せ。	300円（お茶菓子つき）	宮前3-24-2　ひだまり	043-485-1305
226	佐倉	交流の場 通いの場		宮前わくわく体操会	佐倉ふるさと体操、口腔ケア体操、手や足に重りを付けてのスロー筋トレなど	宮前及び近隣にお住まいの方。月曜10:00～11:30（祝日の場合はお休み）	無料	宮前1-21-6　宮前集会所	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
227	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	新町通りわくわく体操会	佐倉歯ッピー体操、佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操。地域の方々との会話を通して、認知症予防や生活意欲の向上を図る。	新町通り周辺にお住まいの方。火曜9:30～11:30	初回のみ300円	新町168　おもてなしラボ	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
228	佐倉	交流の場 通いの場		モアクレ歩こう会	毎月コースを変えて、市内のいろいろな場所を、参加者どうしが話しながら歩く。お気軽にご参加を。	マンション住民および近隣の方（どなたでも可）。第2土曜8:00～12:00（雨天時は中止）	100円（写真・コピー代/1家族）	田町121-1　モアクレストアルファス　エントランス前（集合場所）	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
229	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	しろのべ交流サロン	麻雀、将棋、囲碁や参加者どうしの交流の場。コーヒーなどを飲みながら、時間内のお好きな時間に来て、自由に過ごせます。	主に佐倉城の辺地区にお住まいの方。第3金曜10:00～12:00	100円（飲み物代）	鏑木町105-3　鏑木公会堂	043-484-6033(佐倉城の辺地区社会福祉協議会)火・金10:00～15:00
230	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	認知症予防のための運動教室（大佐倉）	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	月曜13:15～14:15(祝日以外)、対象：大佐倉地区及び近隣の方、主催：内郷地区社協	無料	大佐倉1246-2　大佐倉協同館（大佐倉会館）	043-486-5690(内郷地区社会福祉協議会)火・木10:00～15:00
231	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	茶話やかサロン東部（栄町集会所）	歌唱、脳トレ、クイズ、演芸など	佐倉東部地区内にお住まいの65歳以上の方。不定期開催。詳細はお気軽にお問合せ下さい。	100円	栄町6-3　栄町集会所	043-484-6033(佐倉東部地区社会福祉協議会)水曜9:00～16:00
232	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	佐倉わくわく体操会　弥勒銀杏会	佐倉ふるさと体操、歯ッピー体操、脳トレ、スクワット、指体操、ちばはっきりことばエクササイズ、わくわく体操、ふまねっと　など	主に弥勒町にお住まいの方、近隣の方。木曜9:00～11:00※持ち物：水分補給用の飲み物、上履き、筆記用具	無料	野狐台町16-2　弥勒町会館	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
233	佐倉	交流の場 通いの場		介護予防教室　ウグイス（佐倉草ぶえの丘）	介護予防麻雀	どなたでも。水曜9:30～16:00。定期的に参加の方は、入園の年間パスポートをおすすめします。	500円（参加費）　※別途「佐倉草ぶえの丘」入園料410円	飯野820　佐倉草ぶえの丘　研修室	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
234	佐倉	交流の場 通いの場		ふれあいいきいきサロン白銀	第1木曜：おしゃべり会、第3木曜：おしゃべり、脳トレ、ふまねっと、折り紙とゲームなど、毎月内容を工夫しながら実施	白銀にお住まいの方、近隣の方で自力で来られる方。65歳以上で、お話相手のほしい方向け。第1・第3木曜13:00～16:00	第1木曜：50円、第3木曜：250円※別途年会費1,200円	白銀2-19-9　白銀西集会所	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
235	佐倉	交流の場 通いの場		介護予防教室　ウグイス（佐倉茶屋うらら）	介護予防麻雀	どなたでも。月曜9:30～16:00。毎月の日程はコミュニティセンター、地域包括支援センター等に掲示。	500円（参加費）	田町76-1　佐倉茶屋うらら	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
236	佐倉	交流の場 通いの場		木ようの家「地域交流事業」	第1・第3土曜:ふまねっと&おしゃべり、第2土曜:地域カフェ、第4土曜:歌とおしゃべり、第5土曜:アコーディオン、ピアノの歌、第2金曜:ボイストレーニング	地域の方どなたでも。土曜及び第2金曜13:30～15:00または15:30	300円（お茶とお菓子代）	栄町7-15　木ようの家	043-486-7686（木ようの家）
237	佐倉	交流の場 通いの場		だれでもいっしょにラジオ体操の会	ラジオ体操	どなたでも。平日の午前8時から（土、日、祝日、雨天は休み）		岩名250　宮前中央公園	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
238	佐倉	交流の場 通いの場		千成ふれあい体操	ふるさと体操ほか	どなたでも。第2・第4水曜日午前10時～正午	200円/月	千成1-22-2　千成自治会館	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
239	佐倉	交流の場 通いの場		ポール de ウォーク 佐倉城址公園教室	佐倉城址公園自由広場側入り口（暮らしの植物園前） 専用のポールを持って、佐倉城址公園の豊かな自然の中を歩きます。	どなたでも 毎週木曜日、 午前10時～11時30分	無料	城内町 佐倉城址公園	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
240	佐倉	交流の場 通いの場		おひさま文庫	火曜・水曜・木曜10:00～12:00 絵本の貸し出し ※絵本読み聞かせ:第一土曜11:00～11:30 （内郷児童公園）	どなたでも	無料	宮前3-24-2　ひだまり	★佐倉地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-488-5151
241	佐倉	配食（＋見守り・安否確認）	○● 地域限定 ●○	ふきのとう	季節の食材を使った家庭的なメニュー。個人宅に届けて、見守りや安否確認をしながら本人に手渡し。	佐倉地区（一部内郷地区を含む）にお住まいの75才以上の一人暮らしの方。第1金曜11:30～12:30（8月は休み）	無料	鏑木町198-3　中央公民館	043-484-6198（佐倉市ボランティアセンター）
242	佐倉	配食（＋見守り・安否確認）	○● 地域限定 ●○	キャロット白銀	季節の食材を使った家庭的なメニュー。個人宅に届けて、見守りや安否確認をしながら本人に手渡し。	白銀在住の75歳以上の一人暮らしの方。第2木曜11:30～12:00（8月は休み）	無料	白銀2-19-9　白銀西集会所	043-484-6198（佐倉市ボランティアセンター）

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
243	根郷・和田・弥富	家事援助	○●地域限定●○	ちょこっとサービス	草取り・ゴミ出し・庭の水やり・窓拭き・話し相手・電球交換・買い物代行・買い物支援等の日常生活支援	対象地域：根郷地区社協地域、対象：65歳以上の高齢者で支援を要する方	～15分¥200、～30分¥400、～1時間¥600、1時間超¥300/30分	大篠塚1587　南部地域福祉センターB棟	043-312-1808(根郷地区社協)水・木9:00～12:00、他は留守電・FAX
244	根郷・和田・弥富	家事援助	○●地域限定●○	セブンイレブン佐倉大崎台店	取扱商品の宅配	配達区域：店舗から３㎞以内。配達は正午前後・夕方（時間指定不可）。原則会員登録を要す（困難者等は応相談）。非在庫品の取寄せ可。	3000円以上で配達料無料（1000円以上で配達可能）	大崎台1-2-7	043-486-8811
245	根郷・和田・弥富	家事援助	○●地域限定●○	はっぴーサービス	①家事援助（洗濯、アイロン掛け、掃除、ゴミ出し、庭の草取り等）②外出支援（通院、散歩の付き添い）③その他（代読、買い物代行）④買い物支援	対象地域：弥富地区社協地域、対象：おおむね75歳以上で独居又は高齢者世帯、心身に何らかの障害のある方等。	30分未満150円、1時間300円。1時間超過で30分150円加算、10分50円加算、買物支援300円/回	大篠塚1587　南部地域福祉センターB棟	043-483-7288(弥富地区社協)火・金9:00～15:00 コーディネーター中村090-7272-4692
246	根郷・和田・弥富	家事援助		よっといで！朝市	朝市を開催。農産物、工芸品、加工品、スイーツ、フリマなど。	どなたでも。第3土曜8:30～12:30（雨天中止）	商品代金のみ	大崎台1丁目　織戸公園	043-485-2653（こば屋）
247	根郷・和田・弥富	家事援助	○●地域限定●○	わだすけ60分サービス	①日常生活支援（庭の草とり、庭木・花の水やり、簡単な庭木の剪定、話し相手、ゴミ出し）②買い物支援（第2水曜、買い物をする際、自宅までの送迎）	対象地域：和田地区社協地域、対象：①概ね75歳以上で独居又は高齢者世帯等、②概ね65歳以上で1人で車の乗り降りができる、独居又は高齢者世帯等	①1時間未満600円、30分経過ごと300円、1回最長2時間程度②600円/回	大篠塚1587　南部地域福祉センターB棟	043-483-7288(和田地区社協)火・金9:00～15:00
248	根郷・和田・弥富	家事援助	○●地域限定●○	セブンイレブン佐倉インター店	店舗で取り扱いのある商品を事前注文してもらい、翌週の配達員が配達可能な日に自宅へお届け。	配達区域：店舗から３㎞以内。買い物の支援が必要な方で、注文やお金のやりとりが可能な方。原則会員登録（困難者等は応相談）。	3000円以上で配達料無料（1000円以上で配達可能）	石川543-12	043-486-4701
249	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		ふれあいサロン南部	音楽演奏・手話ダンス・民謡・ふまねっと・落語など	第1金曜10～12時	100円（お茶・菓子代）	大篠塚1587 南部地域福祉センターＡ棟 大広間	043-486-5151（南部地域福祉センターA棟）
250	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		うたごえセルフ喫茶	お茶をしながら歌と音楽演奏	月１回程度開催、参加希望は要事前連絡（定員30名）	茶菓代200円	大篠塚1587　南部地域福祉センターＡ棟	043-486-5151（南部地域福祉センターA棟）
251	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	宮本元気クラブ	散策、健康体操、音楽鑑賞、茶会、菓子作りなど	70歳以上の宮本区民限定、年4回程度開催、詳細は各戸回覧で	茶菓代100円	宮本区民館等	043-483-7288（和田地区社協）火・金9:00～15:00
252	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ことぶきサロン高崎	高崎区在住の60歳以上の女性対象に骨密度測定・健康体操・茶話会	不定期、年3回程度。	原則無料	高崎613　高崎区集会場	043-483-7288（和田地区社協）火・金9:00～15:00

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
253	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	佐倉山王わくわく体操会	佐倉わくわく体操、ふまねっと運動、健康の話など	火曜9:30～11:30、山王地区住民限定	無料	山王1－9－2　山王集会所会議室	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
254	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		佐倉わくわく体操会　根郷角栄	ふるさと体操、佐倉わくわく体操、歯ッピー体操、ふまねっと　等	根郷角栄住民（年齢問わず）で自力で会館へ来る事が可能な方。地区外の方は応相談、見学歓迎。金曜13:30～15:30	無料	六崎1321-87　根郷ふれあい会館	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
255	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	にこにこ喫茶	出入り自由。コーヒー等の飲み物と茶菓子の提供有、おかわり自由。記念行事の際はアコーディオンの演奏や手品などあり。地場野菜や花の販売あり。	根郷角栄住民（年齢問わず）で自力で集会所へ来る事が可能な方（地区外の方も根郷角栄住民が同伴ならOK）。第４木曜13:00～15:00	100円/回	六崎1321-87　根郷ふれあい会館	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
256	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		大崎台３丁目親睦会	体操、歌、バス旅行など。準備の都合上、参加希望者は要事前申し込み。	大崎台3丁目在住の方、近隣住民の方で自力で会館まで来る事が可能な方。第1水曜13:00～15:00	200円	大崎台3-14-17　大崎台3丁目町内会館	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
257	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		ふれあいサロン大崎台	ふるさと体操、歯ッピー体操、佐倉わくわく体操、ふまねっと、茶話会、スポーツレクリエーション等	大崎台近隣の方。木曜9:30～11:30（開催日時要確認）	2000円/年	大崎台5-5-10　大崎台5丁目集会所	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
258	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		頭すっきり若返り教室修了者の集い「さくら咲く会」	ふるさと体操、「音読・簡単な計算・数字盤」による学習、ゲームや「ふまねっと」等のレクレーション	佐倉市に在住の65歳以上の方。月3回金曜13:30～15:00（13:15集合）	無料	大篠塚1587 南部地域福祉センターA棟2階会議室	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
259	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	松ヶ丘ひまわり	茶話会、ふるさと体操、ストレッチ　など	松ヶ丘団地住民で60歳以上の方、自治会館まで自力で来る事が出来る方。60歳未満も応相談。第2・第4火曜10:00～12:00	200円/回	城204-283　松ヶ丘第二自治会館	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
260	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		料理兄弟	会員が交代でメニューを決めて、買出し・調理。1月新年会、4月花見、8月暑気払い等の行事も実施。	佐倉市在住・在勤の男性。第2土曜9:00～13:00	800円/月	城343-5　根郷公民館調理室	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
261	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		ひまわり	茶話会とイベント（押し花、フラワーアレンジメント、紐トレ、折り紙、オペラ鑑賞、落語鑑賞など）	大崎台2丁目住民、2丁目住民と一緒に来る方。第1月曜13:30～15:30（1月、5月、8月は休み）	100円（材料費がかかるときは別途実費負担あり）	大崎台2-14-2　大崎台2丁目町内会館	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
262	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		囲碁の会	囲碁。	どなたでも。火曜・金曜13:00～17:00	月100円	大篠塚1587　南部地域福祉センターA棟2階　娯楽室	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520

連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
263	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		城ゲートボールクラブ	ゲートボール。連盟に加盟し、審判員の資格所持者が数名おり、大会に参加。	佐倉市に在住の60歳以上の方。火曜・木曜・土曜9:00～12:00	無料	大篠塚1587　南部地域福祉センターA棟　中庭	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
264	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		男の料理友達	1班4名で4班に分かれ、月毎に当番を決める。当番はレシピを決め、材料の購入等をする。	佐倉市在住の男性。第4土曜9:00～13:00	1000円/月（調味料・食材費等）※3か月分をまとめて徴収	城343-5　根郷公民館調理室（空いていない時は、中央公民館、ミレニアムセンターを使用）	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
265	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		素人手打ちそば愛好会	そば打ち。打ったそばは持ち帰り。そば旅行、そば散歩、年越しそばを打つ、等の行事。必要な道具は自分で用意、管理。まれに場所変更の場合あり。	佐倉市内在住の方。第3土曜9:00～12:00。※現在は定員いっぱいのため、新規の募集なし。見学は相談可能。	1200円/月（材料費・運営費）	大篠塚1587　南部地域福祉センターA棟作業室	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
266	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	神門わくわく体操会	ふるさと体操、歯ッピー体操、わくわく体操。長寿会と自治会で連携して活動。	神門地区の住民。火曜9:00～10:30	無料	神門533　神門青年館	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
267	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		いこいの場　ひまわり	出入り自由、飲み物と茶菓子の提供有、茶話会。	自力で集会所へ来る事が可能な方、年齢不問。第4月曜10:00～12:00	100円/回	藤治台18-10　藤治台集会所	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
268	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	ふれあい喫茶	茶話会。時間内出入り自由。年齢不問。	石川追分住民。第2火曜13:00～15:00（8月は休み）	100円/回	石川559-62　石川追分集会所	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
269	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	花みずきの会	親睦会、講習会、研修会、サロン等。時間内は出入り自由。飲み物、菓子の提供あり。	春路に住んでいる方（年齢不問、春路以外にお住まいの方は応相談）。第2金曜10:00～12:00	100円/回	春路2-18-1　春路自治会館	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
270	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	藤治台わくわく体操会	健康マーチ、ふるさと体操、歯ッピー体操、わくわく体操、本日の脳トレクイズ等	藤治台地区及び近隣住民。木曜9:30～11:30	無料	藤治台18-10　藤治台集会所	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
271	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場	○●地域限定●○	八木女子会	・年4回程度実施。・健康体操、昼食会（年2回）、お茶会、手芸など。・地域包括支援センターの協力で健康講和、簡単な体操等を年2回程度実施。	八木地区内のおおむね60歳以上の女性	100円/回	八木230　八木共同館	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
272	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		はつらつ会	・前半は佐倉わくわく体操 ・後半は簡単な体操やストレッチ（ヨガマット持参）	おおむね60歳以上で自力で来られる方、体を動かしたい方。 第1、第3月曜日、第2、第4水曜日、10時～12時	無料	岩富町151　弥富公民館	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520

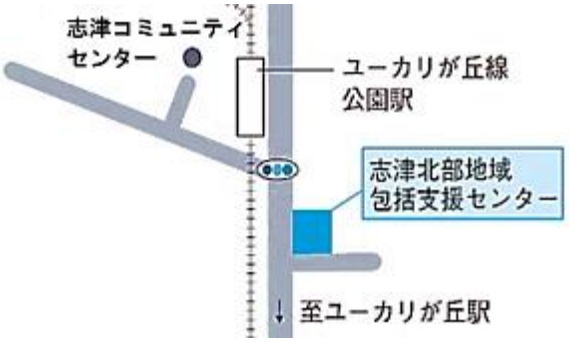
連番	圏 域	区　分	地域限定	名　　称	内　　容	対象者・日時など	利用負担	場所・本拠地など	連絡先TEL
273	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		ポールdeウォーク　佐倉・汽車公園教室	専用のポールを使って、高崎川周辺の豊かな自然の中、一緒に歩きます。	どなたでも 活動日：第1、第3土曜日 10:00～11:30	無料	千葉県佐倉市表町2-4-3-1 高崎川南公園【SL公園】	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
274	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		お元気クラブ	タオル体操、ふまねっと、ふるさと体操	どなたでも 第１、第３水曜日 10:00～12:00	無料	千葉県佐倉市大篠塚1587	043-486－5151
275	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		青春リズム	歌に合わせて簡単な手話と足のステップを一緒に行う手話ダンスです。 脳トレにも適度な運動にもなります。 第１火曜日は大広間、第３水曜日は娯楽室で行っています。	どなたでも 第１火曜日、第３水曜日 13:00～15:00	無料	千葉県佐倉市大篠塚1587	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
276	根郷・和田・弥富	交流の場通いの場		水曜体操会	ながら体操を行う。1カ月に1度プログラムを変更し飽きずに続けられます。脳トレのメニューもあります。第3水曜日は第一興商の音楽体操指導員が一緒に運動します。	おおむね６０歳以上で自力で来られる人　体を動かしたい人 毎週水曜日 10:00～12:00	第3水曜日のみ２００円	千葉県佐倉市大篠塚1587	★南部地域包括支援センターにご確認ください。☎ 043-483-5520
277	根郷・和田・弥富	配食（＋見守り・安否確認）	○●地域限定●○	むぎの会	季節の食材を使った家庭的なメニュー。個人宅に届けて、見守りや安否確認をしながら本人に手渡し。	表町・寺崎・大崎台・六崎・城・藤治台・春治・石川・山王・大篠塚・神門などに居住の75才以上の一人暮らし。第2火曜11:30～12:30（8月は休み）	無料	城343-5　根郷公民館調理室	043-484-6198（佐倉市ボランティアセンター）
278	根郷・和田・弥富	配食（＋見守り・安否確認）		配食のふれ愛　佐倉本店	高齢者向け食事の宅配（昼と夕）。配達時、3分で出来る頼み事（ゴミ出し、電球交換等）は無料。二次元バーコードサービス、安否確認サービスあり。	注文・キャンセルは前日の7:00～20:00（電話・FAX・URL）。支払いは月末締め後払い。1/1～3のみ休み。	1食おかずのみ460円＋税、ごはん付き520円＋税	石川640-14-101	043-312-4808

佐倉市の地域包括支援センター

志津北部 地域包括支援センター

電話番号	４６２－９５３１	Fax　462-9532
所　在　地	ユーカリが丘２丁目２－１	
担当地区	志津北部　圏域	

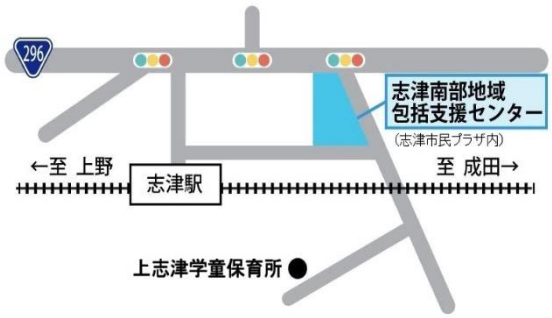
【町名・大字】
上座・小竹・青菅・先崎・井野・井野町・宮ノ台１～６丁目・ユーカリが丘１～７丁目・南ユーカリが丘・西ユーカリが丘１～７丁目



志津南部 地域包括支援センター

電話番号	４６０－７７００	Fax　460-7701
所　在　地	上志津 1672-7 志津市民プラザ１階	
担当地区	志津南部　圏域	

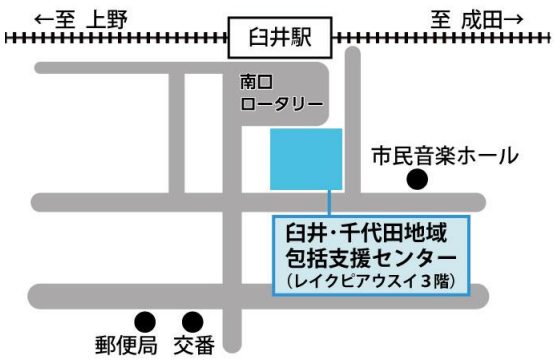
【町名・大字】
上志津・上志津原・下志津・下志津原・中志津１～７丁目・西志津１～８丁目



臼井・千代田 地域包括支援センター

電話番号	４８８－３７３１	Fax　488-3732
所　在　地	王子台１丁目２３	
担当地区	臼井・千代田　圏域	

【町名・大字】
臼井・臼井田・臼井台・江原・江原新田・角来・印南・八幡台１～３丁目・新臼井田・江原台１～２丁目・王子台１～６丁目・南臼井台・稲荷台１～４丁目・生谷・畔田・吉見・飯重・羽鳥・染井野１～７丁目



各センター共通事項

相談受付　日曜日～金曜日　午前８時３０分 ～ 午後５時 30 分
（休み：土曜・祝日・１２月２９日～１月３日）

相談無料 ・ 申し込み不要

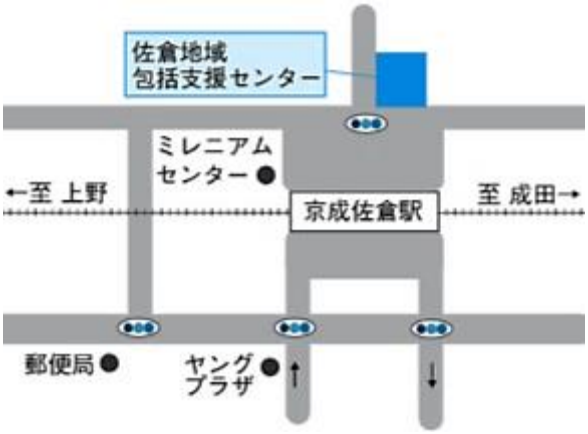
※　緊急時は、時間外も電話で対応します。

※　駐車場は各センターに３台分あります。

佐 倉 地域包括支援センター

電話番号	４８８－５１５１	Fax　481-0006
所 在 地	宮前３丁目１２－１	
担当地区	佐 倉 圏 域	

【町名・大字】
田町・海隣寺町・並木町・宮小路町・鏑木町・鏑木町１～２丁目・新町・裏新町・中尾余町・最上町・弥勒町・野狐台町・鍋山町・本町・樹木町・将門町・大蛇町・藤沢町・栄町・城内町・千成１～３丁目・大佐倉・飯田・岩名・萩山新田・土浮・飯野・飯野町・下根・山崎・上代・高岡・宮前１～３丁目・白銀１～４丁目・鏑木仲田町



南 部 地域包括支援センター

電話番号	４８３－５５２０	Fax　483-5521
所 在 地	大篠塚 1587 南部地域福祉センターB 棟１階	
担当地区	根郷・和田・弥富 圏域	

【町名・大字】
六崎・寺崎・寺崎北１～６丁目・太田・大篠塚・小篠塚・神門・木野子・城・石川・表町１～４丁目・大作１～２丁目・大崎台１～５丁目・山王１～２丁目・春路１～２丁目・馬渡・藤治台・寒風・直弥・上別所・米戸・瓜坪新田・上勝田・下勝田・八木・長熊・天辺・宮本・高崎・坪山新田・岩富町・岩富・坂戸・飯塚・内田・宮内・西御門・七曲

各センター共通事項

相談受付　日曜日～金曜日　午前８時３０分 ～ 午後５時 30 分
（休み：土曜・祝日・１２月２９日～１月３日）

相談無料 ・ 申し込み不要

※　緊急時は、時間外も電話で対応します。

※　駐車場は各センターに３台分あります。

製作発行：佐倉市 福祉部 高齢者福祉課　　☎ 043-484-6343（直通）