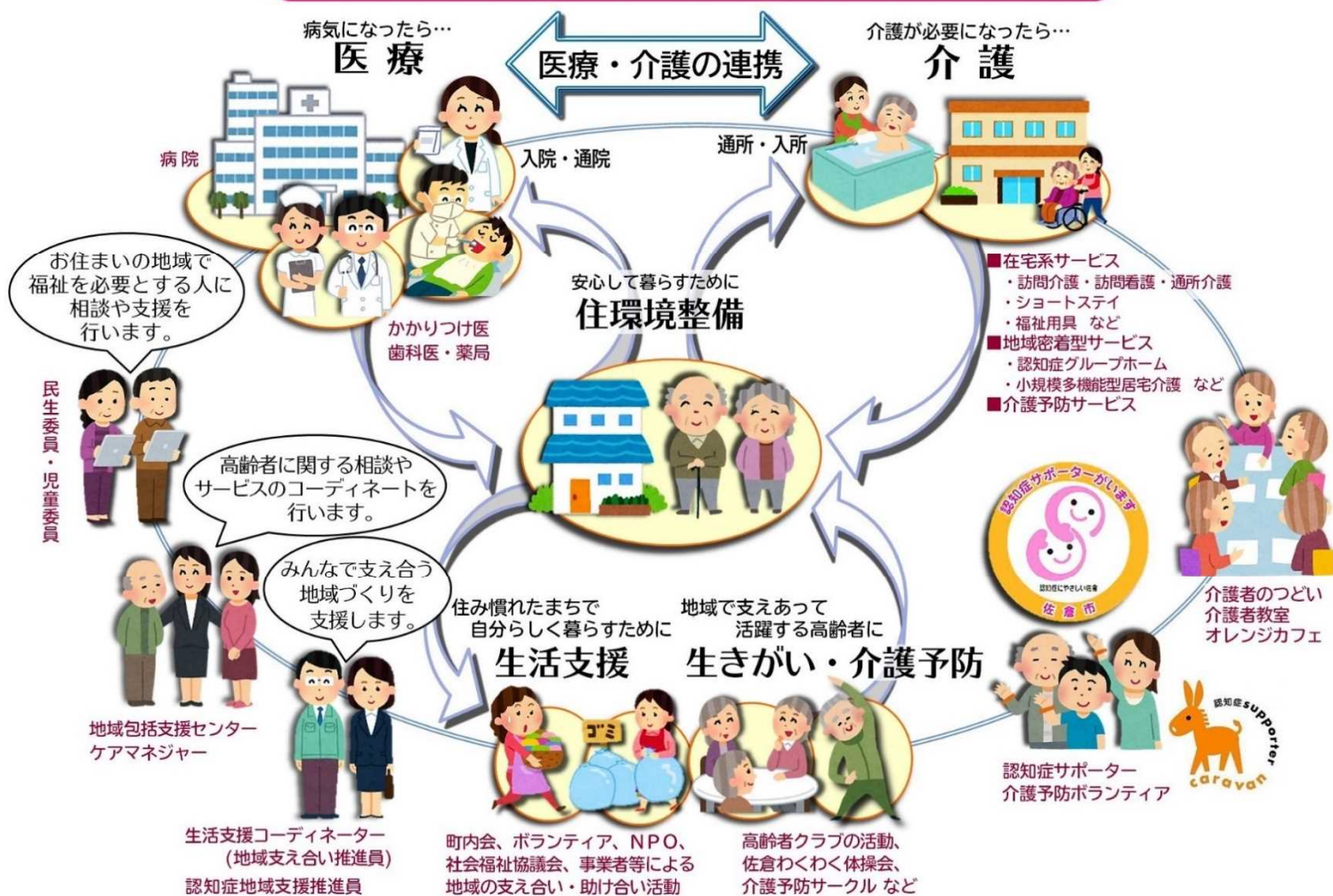


佐倉市の「地域の支え合い 助け合いリスト」

令和6年11月1日現在

みんなで支え合い、よろこびが生まれる都市・佐倉



現在このリストに掲載されている活動には、感染症の拡大防止のため、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。

◎ 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「○●地域限定●○」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。

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 ●○	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
2	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
3	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
4	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
5	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
6	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
7	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
8	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
9	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

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
10	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、歯っぴー体操、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
11	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
12	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
13	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ッ集会所	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
14	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
15	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、佐倉歯っぴー体操、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
16	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、歯っぴー体操、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
17	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
18	志津・北部	交流の場 通いの場	○● 地域 限定 ●○	書道・写経教室	書道や写経を行います。そのほか談笑を楽しんだりします。	ご自分で来られる方 毎月第1火曜日 10:00～12:00	500円/回	本拠地は個人宅のため非公表	★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
19	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 センターハイッ集会場	★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

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
20	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
21	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～第4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
22	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
23	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
24	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
25	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
26	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
27	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
28	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 毎週月曜日 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
29	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
30	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
31	志津・北部	交流の場 通いの場	○● 地域限定 ●○	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。	ユーカリが丘1丁目にお住まいの方。第5週以外の水曜9:30～11:30の2部制	無料	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
32	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
33	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
34	志津・北部	交流の場 通いの場		山吹会	佐倉わくわく体操、佐倉ふるさと体操、歯ッピー体操をおこない、その後は歌や脳トレ、お喋りなど楽しめます。	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
35	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
36	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（ラジオ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
37	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
38	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
39	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

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
40	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
41	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
42	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
43	志津・北部	交流の場 通いの場		リーバストクラブ	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 リーバスト勝田台エルパールの街 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
44	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
45	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
46	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	中志津4-22-15 老人憩いの家「志津荘」	①043-377-0025 火・木9時～12時
47	志津・南部	家事援助	○● 地域限定 ●○	有限会社イワキヤ	酒・米・灯油等取扱品、切手ハガキ・粗大ゴミ処理券の配達	配達地区：西志津・上志津 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
48	志津・南部	家事援助	○● 地域限定 ●○	（有）さつきや	米・酒・調味料・菓子・粗大ゴミ処理券の配達	火曜除く10～16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

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
49	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ス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水曜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
50	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3km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
51	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
52	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
53	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
54	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ハチャプラザビル2F	043-290-9275(志津地区社協)月～金(祝日除く)10:30～16:30
55	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
56	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

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
57	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・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
58	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
59	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
60	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
61	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
62	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
63	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
64	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
65	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イン トラム前)	★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

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
66	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
67	志津・南部	交流の場 通いの場		おひさまカフェ	ふれあい喫茶（常設喫茶）	どなたでも。水・金曜13:00～16:00	飲み物 200円 お菓子 100円	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
68	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
69	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月から2月（全6回コース、講話と体操）、第2土曜13:30～15:30	無料	中志津2-32-4 西部地域福祉センター会議室	★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
70	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
71	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
72	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齢者。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
73	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
74	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

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
75	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ます。	西志津の中老年者の男性・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	800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
76	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
77	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
78	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
79	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）
80	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
81	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
82	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。	中老年の男性・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

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
83	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
84	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
85	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
86	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
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	○● 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
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		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
91	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

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
92	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
93	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
94	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
95	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
96	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
97	志津・南部	交流の場 通いの場		まちの縁側ごはん	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。みんなで一緒に美味しく食べましょう。	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
98	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。	奇数月の第3日曜 13:00～16:30、 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
99	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
100	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
101	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
102	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-¥50	中志津4-1-14	043 -461- 8456
103	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
104	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。令和6年度は、6/8(土)、 10/26(土)、2/8(土)の3回。 13:30～15:30 ※令和7年度の予定については、お問い合わせください。	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
105	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
106	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	N H K 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）
107	志津 ・ 南部	交流の場 通いの場	○● 地域 限定 ●○	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 ①9時30分～10時30分 ②10時45分～11時45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
108	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（病気を抱えている人含む）。	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
109	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）

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
110	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
111	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】¥572、 【透析対応食】【低たんぱく食】¥842、 【ムース食】¥669 など。配達料無料	中志津4-1-6	043-376-0888
112	志津・南部	配食（＋見守り・安否確認）		ライフデリ佐倉店	高齢者向け食事の宅配	どなたでも	【普通食】おかずのみ491円＋税 ごはんセット542円＋税、アレルギー対応無料	千葉県佐倉市上志津1781-17	043-497-3348
113	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ひとり暮らしの方。	～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、サービス提供は要相談
114	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
115	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 いごっこ	043-372-8938（王援隊事務所）月・水9:00～12:00
116	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）
117	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

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
118	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
119	臼井・千代田	家事援助	○● 地域限定 ●○	そめいの21 小さなすけあい	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）
120	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
121	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
122	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
123	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、行先の制限はないが、距離は要相談	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）
124	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
125	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

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
126	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
127	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
128	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
129	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
130	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
131	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
132	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)	N H K 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
133	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
134	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

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
135	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
136	臼井・千代田	交流の場 通いの場		かぐや姫	チアダンス、太鼓、篠笛教室、施設 慰問、各イベント等、ボランティアを 中心に活動しています。	どなたでも 火曜日 10:00～16:00 ★見学大歓迎です。事前にご連絡く ださい。 ★持ち物：動きやすい服装	3,000円/月	佐倉市江原新田 199-2 江原区自治会館	070-6967-1371（代 表:大谷）
137	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	第4火曜 13～15時（8月はお休 み）、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
138	臼井・千代田	交流の場 通いの場		喫茶店どうおーも	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
139	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
140	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
141	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
142	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。 参加者数で割ら 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
143	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

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
144	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
145	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
146	臼井・千代田	交流の場 通いの場		さんぼみち	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
147	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
148	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
149	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
150	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
151	臼井・千代田	交流の場 通いの場		そめいのサロン	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）
152	臼井・千代田	交流の場 通いの場		体操教室 吉祥草	佐倉わくわく体操、ふるさと体操、歯ツピー体操、関節トレーニング、脳トレ。 持ち物：上靴、飲み物、ヨガマット	どなたでも 第2・3・4金曜日 10:00～12:00	500円/月	佐倉市王子台4-11-7 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
153	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、佐倉歯ツピー体操、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

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
154	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
155	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 いごっこ」※ 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
156	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2回： 5・12月） ※火曜会と同時開催	新臼井田自治会員限定	300円/回	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
157	臼井・千代田	交流の場 通いの場	○● 地域 限定 ●○	にここお楽しみ会	◆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り、盆踊りやポ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
158	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
159	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
160	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
161	臼井・千代田	交流の場 通いの場	○● 地域 限定 ●○	100円喫茶（稻荷台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	稻荷台2-8-14 稻荷台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
162	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

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
163	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
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
165	臼井・千代田	交流の場 通いの場		広池ヨガ	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。	700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		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
167	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
168	臼井・千代田	交流の場 通いの場		ほっとすぺーす・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木曜日乙女の会：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 ほっとすぺー す・つき	043-235-8008（ほっと すぺーす・つき）
169	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

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
170	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
171	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
172	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
173	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
174	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
175	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
176	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
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丁目にお住まいの方優先。 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		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:ポッチャ (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 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

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
179	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。 ※行き先に制限はありませんが、距離は要相談。	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）
180	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）
181	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
182	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）
183	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
184	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	錦木町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
185	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
186	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
187	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

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
188	佐倉	家事援助		ひだまり（産直野菜販売）	和田、大佐倉、高座木の新鮮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
189	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
190	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
191	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）
192	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
193	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
194	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	鐺木町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）
195	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
196	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

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
197	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
198	佐倉	交流の場 通いの場		Café かぐや姫	子どもから高齢者まで、地域の皆様が元気に楽しく過ごせる集いの場です。 スタッフの家庭菜園で採れた野菜のスープやまぜごはんなど、軽食の提供があります。	・木曜 12:30～15:00 ・第1・3土曜 12:30～15:00	1日500円	佐倉市田町80（歴博交差点近く）	★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 ●○	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
200	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
201	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、ちばはつ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
202	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
203	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
204	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
205	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

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
206	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
207	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
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 ●○	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）	錦木町105-3 錦 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
210	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
211	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
212	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
213	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
214	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
215	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（飯田柏 葉）	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を 行います。	飯田柏葉地区及び近隣の方 金曜14:30～15:30(祝日以外)	無料	佐倉市宮前3-6-7 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

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
216	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
217	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
218	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
219	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
220	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
221	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
222	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
223	佐倉	交流の場 通いの場	○● 地域 限定 ●○	堀ノ内介護予防健康 教室	わくわく体操、ポッチャ、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
224	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
225	佐倉	交流の場 通いの場		宮前うたの会	アコーディオンの伴奏で懐かしい童 謡、青春歌謡などを一緒に歌う。	毎月第4木曜日 14:00から	300円	宮前ローズタウン集 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

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
226	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
227	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
228	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）
229	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 んな場所を、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 クレストアルフアス 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
230	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：ふまねつと&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 デオ、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）
231	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
232	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 営大蛇住宅集会所 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
233	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
234	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

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
235	佐倉	交流の場 通いの場		歌声サロン『ウグイス』	アコーディオンの伴奏で参加者全員で童謡・唱歌・叙情歌・昭和歌謡などを大合唱。	毎月第1・第3火曜日 13:30から	500円 ※初回、歌集 (800円)を購入	宮前3-4-1 ミレニアムセンター佐倉2階ホール	★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	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）
237	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	嫡木町198-3 中央公民館	043-484-6198（佐倉市ボランティアセンター）
238	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
239	根郷・和田・弥富	家事援助		なみ家朝市	朝市を開催（井ぶり、バーガー、手作りスイーツ、新鮮お刺身パック、七輪焼き鳥、近隣農家さんの朝採れ新鮮野菜など） 店内にてワークショップの開催や手作りアクセサリーの販売、マッサージ等も行っています（内容は毎月変わります）	どなたでも 毎月第1日曜日 9:00～12:00	商品代金のみ	佐倉市山王1-2-2	☎ 043-372-0279 なみ家
240	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9:00～12:00 コーディネーター中村 090-7272-4692
241	根郷・和田・弥富	家事援助		よっといで！広場	朝市を開催。農産物、工芸品、加工品、スイーツ、プリマなど。	どなたでも。第3土曜9:00～15:00（雨天中止）	商品代金のみ	大崎台1丁目 織戸公園	090-3409-9100（澤）
242	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分経過ごとに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)火曜日 9:00～15:00 金曜日 9:00～12:00

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
243	根郷・和田・弥富	交流の場 通いの場		頭すっきり若返り教室	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」等のレクリエーション	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
244	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・木曜13:00～17:00	無料	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
245	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
246	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
247	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か月分をまとめて集金	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
248	根郷・和田・弥富	交流の場 通いの場		カラオケ広場	通信カラオケDAM機を使用。4,000曲の中から自分の好きな歌を順番に歌っています。飲食の持ち込みも可です。	60歳以上の市内在住の方 第2金曜日、第4火曜日 10:00～16:00（出入り自由） 送迎は要相談（根郷・和田・弥富地区のみ。それ以外の送迎は対応できません）	無料	佐倉市大篠塚1587 佐倉市南部地域福祉センターA棟大広間	☎ 043-486-5151
249	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
250	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	お茶を飲みながらお喋り。子どもの遊び場・フリースペースがあり、地域住民・世代間交流の場になっている。	高崎区在住の方どなたでも（申込不要） 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） 火曜日 9:00～15:00 金曜日 9:00～12:00
251	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

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
252	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
253	根郷・和田・弥富	交流の場 通いの場		さんのう音楽会	地域住民による歌や楽器演奏な ど。みんなで合唱もしたりと、世代問 わず皆で音楽を楽しめる場になって います。	どなたでも 月1回 毎月第2土曜日 14:00～15:30	無料	佐倉市山王1-9-2 さくら山王自治会 集会所	☎ 043-483-5520
254	根郷・和田・弥富	交流の場 通いの場		山王ノルディックウォー ク	ポールを使って、山王公園内を皆で 歩きます。ふるさと体操も行います。	概ね60歳以上で自力で来られる方、 体を動かしたい方。 月3回 5のつく日（5日、15日、25 日）※火曜日と重なる場合はなし。 10:00～11:30 ※雨天中止	無料	佐倉市山王2丁目 山王公園	★南部地域包括支援セン ターにご確認ください。☎ 043-483-5520
255	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
256	根郷・和田・弥富	交流の場 通いの場		水曜体操会	第一興商のシステムを利用し、映像 を見ながら体操を行う。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 導員と一緒に運動します。	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 14:00～15:00	第3水曜日のみ2 00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
257	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
258	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
259	根郷・和田・弥富	交流の場 通いの場	○● 地域 限定 ●○	にここ喫茶	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

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
260	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
261	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
262	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
263	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）	無料	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
264	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）
265	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
266	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
267	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） 火曜日 9:00～15:00 金曜日 9:00～12:00
268	根郷・和田・弥富	交流の場 通いの場		六崎手打そばの会	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。※新規参加・見学希望の方はお問合せ下さい。	2,000円/年会費 材料費は実費です	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

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
269	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
270	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 508円＋税、ごはん付き555円＋税	石川640-14-101	043-312-4808
271	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）

佐倉市の地域包括支援センター

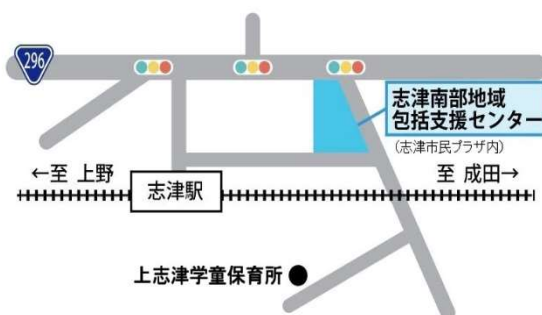
志津北部 地域包括支援センター

電話番号	4 6 2 - 9 5 3 1	Fax 462-9532
所在地	西ユーカリが丘6丁目12-3 イオンタウンユーカリが丘東街区1階	
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		



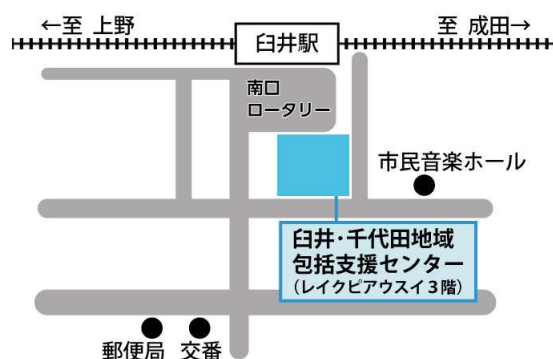
志津南部 地域包括支援センター

電話番号	4 6 0 - 7 7 0 0	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	4 8 8 - 3 7 3 1	Fax 488-3732
所 在 地	王子台 1 丁目 2 3	
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。

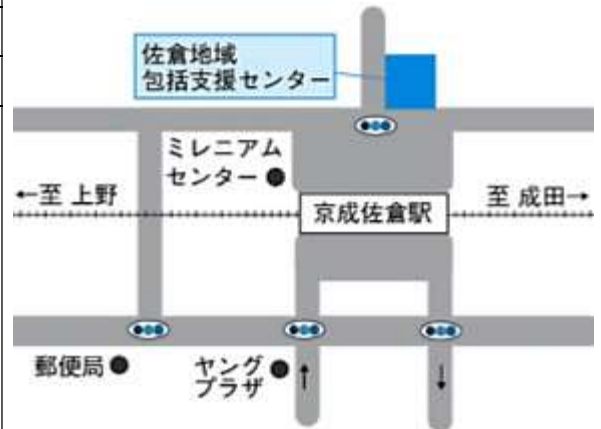
※ 駐車場は各センターに3台分あります。

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・鎗木町・鎗木町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・鎗木仲田町

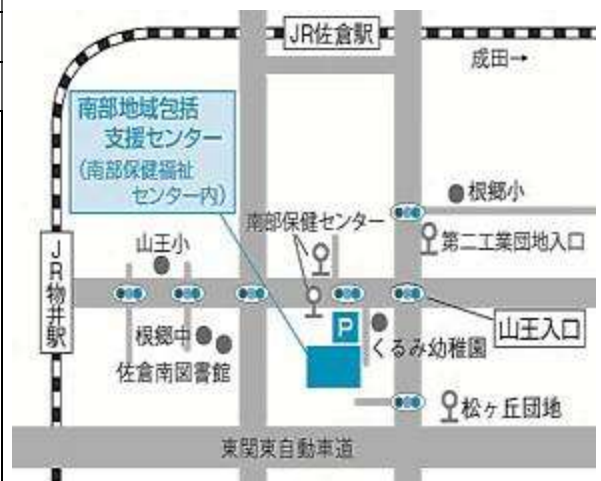


南部 地域包括支援センター

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。