参加する編

守山市生活支援サービス一覧

高齢者等が住み慣れた地域で暮らし続けられるための一助として、この一覧を作成しています。
ご参加にあっては、事前にご確認をお願いします。

発行：　守山市健康福祉部長寿政策課　　電話：584-5474　ファックス：581-0203
　　守山市健康福祉部地域包括支援センター　電話：581-0330　ファックス：581-0203
　　社会福祉法人 守山市社会福祉協議会　電話：583-2923　ファックス：582-1615

更新：　令和７年12月

「守山市生活支援サービス一覧」への掲載については、情報掲載申込書のご提出をお願いします。（随時受付）

このデータは、守山市社会福祉協議会のホームページでご覧いただけます。（ダウンロード可）
パソコンの場合：　トップページ ≫ 利用したい ≫ 生活支援サービス一覧
スマホ等の場合：　トップページ ≫ ＭＥＮＵ（メニュー） ≫ 利用したい ≫ 生活支援サービス一覧

もくじ

１	百歳体操・健康のび体操等　実施グループ	Ｐ３
２	地域住民（ボランティア）によるサロン等	Ｐ９
３	お住まいの地域に関係なく参加できるサロン等	Ｐ10
４	図書館のサービス	Ｐ13
５	その他の事業	Ｐ14

情報掲載申込書

1　百歳体操・健康のび体操等　実施グループ

学区	グループ名	実施場所	活動内容						その他の活動	グループ活動開催日時	参加者人数			多い年齢層	新規参加者の受け入れ可否	受け入れ可能人数	自治会員以外の参加の可否	見学の可否	見学の事前連絡	会費
			いきいき百歳体操	かみかみ百歳体操	しゃきしゃき百歳体操	健康のび体操	もりやまプラス体操				計	男性	女性							
守山	はつらつ	守山公民館　2階	○						茶話会	毎週火曜日 14:00～15:30	12人	0人	12人	70～80代	できる	制限なし	できる	できる	必要	2000円／年
守山	百歳体操エル友会	エルセンター　1階 中会議室	○	○	○				コグニステップ・モルック・会食 認知症予防・漢字検定	毎週金曜日 10:00～11:30	11人	1人	10人	70代	できる	4人	できる	できる	不要	100円／月
守山	あまが池クラブ	守山市中心市街地活性化交流プラザ(あまが池プラザ)3階	○				○			毎週水曜日 13:30～14:30	6人	0人	6人	70代	できる	制限なし	できる	できる	不要	500円/月
守山	百歳体操(あまが池プラザ)	守山市中心市街地活性化交流プラザ(あまが池プラザ)3階	○						茶話会	毎週火曜日もしくは水曜日 10:00～10:40	16人	0人	16人	70～90代	できる	2人	できる	できる	必要	100円／月
守山	ローズ会	守山市中心市街地活性化交流プラザ(あまが池プラザ)2階	○			○				毎週木曜日 14:00～15:30	5人	0人	5人	70代			できる	できる	必要	700円／月
守山	よつばのクローバー	守山市中心市街地活性化交流プラザ(あまが池プラザ)2階	○			○				毎週木曜日もしくは金曜日 10:00～12:00もしくは 13:00～15:00	4人		4人	70代	できる	2人	できる	できる	必要	500円/随時
守山	うの家で百歳体操	町家うの家	○						茶話会	毎週木曜日もしくは金曜日 13:00～14:00	15人				できる	10人	できる	できる	不要	100円/月
守山	今宿体操クラブ	今宿自治会館　2階	○	○						毎週金曜日 10:00～11:00	10人	3人	7人	80代	できる	5人	できない (今宿のみ)	できる	不要	100円 (入会時)
守山	泉町健康クラブ	泉町自治会館(ふるさと会館) 2階	○				○		ラジオ体操・茶話会(月1回) 体操後に一曲合唱	毎週月曜日・金曜日 10:00～11:00	13人	0人	13人	70～80代	できる	5人	できる	できる	不要	不要
守山	本町いきいきクラブ	本町自治会館	○				○		多世代交流・茶話会 本町カフェ・コーラス	毎週月曜日 4～9月10:00～11:00 10～3月13:30～14:30	18人	2人	16人	70～80代	できる	5人	できない (本町のみ)	できる	必要	カフェ参加の方のみ 100円/月
守山	梅田町いきいきクラブ 100才体操	梅田町自治会館	○						茶話会(調理実習を兼ね試食会)	木曜日(第2・3・4週) 10:00～11:00				70～80代	できる	2～3人	できない (梅田のみ)	できる	必要	1,200円/年
守山	体のリフレッシュし隊	勝部自治会火まつり交流館 1階	○			○			レクリエーション	毎週火曜日・金曜日 13:30～14:50	25人	1人	24人	70～80代	できる	5人	できる (守山学区のみ)	できる	不要	不要
守山	焔魔堂「いきいきクラブ」	焔魔堂自治会館	○						スカットボール・輪投げ ボランティア活動・茶話会 趣味活動・生涯学習	金曜日(第4週) 09:30～11:30	14人	10人	4人	80代	できる	制限なし	できない (焔魔堂のみ)	できる	必要	3600円/年 (世帯二人目、 90歳以上半額)
守山	二町体操サークル	二町自治会館	○						早口言葉 ディスコンゲーム(月2回)	毎週火曜日・金曜日 13:30～14:15	14人	2人	12人	70～80代	できる	3人	できない (二町のみ)	できる	不要	不要
守山	古高100歳体操クラブ	古高町公民館　1階	○	○	○	○			物部めぐり(歌と体操)	毎週火曜日・金曜日 13:30～15:00	16人	1人	15人	80代	できない			できない		不要
守山	大門自治会	大門町自治会館　2階	○	○	○		○		アップル体操 茶話会	毎週月曜日・金曜日 09:30～10:30	8人	1人	7人	70～80代	できる	5人	できない (大門のみ)	できる	必要	不要
守山	横江つむぎ会	横江町自治会館　1階	○		○				会食・茶話会	毎週金曜日 10:00～11:00	13人	1人	12人	70～90代	できる	5人	できない (横江のみ)	できる	不要	不要

学区	グループ名	実施場所	活動内容					その他の活動	グループ活動開催日時	参加者人数			多い年齢層	新規参加者の受け入れ可否	受け入れ可能人数	自治会員以外の参加の可否	見学の可否	見学の事前連絡	会費
			いきいき百歳体操	かみかみ百歳体操	しゃきしゃき百歳体操	健康のび体操	もりやまプラス体操			計	男性	女性							
守山	弥生の里すこやかサロン	弥生の里自治会館 1階	○	○				ボランティア依頼の各種イベント 出張講座等	毎週土曜日 10:00～11:30	12人	4人	8人	70代				できる	必要	不要
守山	すこやか会	大鳥自治会館 1階	○	○	○		○	DVDでリズム運動 認知症予防	毎週火曜日 10:00～11:10	13人	0人	13人	60～80代	できる	2～3人	できない (大鳥のみ)	できる	必要	不要
守山	アーバン楽しむ会	アーバンライフ集会室 2階	○				○	会食・農作業・多世代交流 茶話会・趣味活動	毎週水曜日 14:00～15:00	13人	3人	10人	60～70代	できる	制限なし	できる	できる	不要	不要
守山	古高はつらつ学級		○					物部めぐり・詩吟 折り紙・ポーセラーツ											
小津	小津のび体操	小津公民館 2階				○		ラジオ体操	毎週水曜日 09:15～10:00 (会場がとれた時)	3人	0人	3人	70代	できる	7人	できる	できる	不要	約100円/月
小津	大林町百歳体操	大林自治会集会所	○	○	○	○													
小津	森川原百歳体操	森川原自治会館ホール	○						隔週木曜日 14:00～15:00	18人	3人	15人	70～80代			できない (森川原のみ)	できない		不要
小津	山賀福祉活動部会	山賀町自治会館(旧館1階)	○					茶話会(年3回ほど)		14人	4人	10人	70代	できる	制限なし		できる	不要	不要
小津	杉江貯筋クラブA	杉江町なぎなた祭り保存館 1階	○						毎週木曜日 13:30～14:30	7人	0人	7人	70～80代	できる	5人	できない (杉江のみ)	できる	必要	不要
小津	杉江貯筋クラブB	杉江町なぎなた祭り保存館 1階	○						毎週月曜日 20:00～21:00	7人	0人	7人	60～70代	できる	3人	できない (杉江のみ)	できる	必要	不要
小津	三宅稲葉自治会	三宅稲葉自治会集会所	○				○	茶話会・趣味活動	金曜日(第1・3週) 10:00～11:00	20人	8人	12人	70～80代			できない (三宅稲葉のみ)	できる	必要	不要
吉身	吉身いきいき体操クラブ	吉身公民館 1階	○	○				レインボー体操	毎週水曜日 09:30～11:00 (会場の予約状況に応じて 曜日変更あり)	10人	0人	10人	70～80代	できる	5人	できる	できる	不要	100円/月
吉身	下之郷自治会	下之郷町自治会館 2階	○					会食・茶話会	木曜日(第2・4週) 10:00～12:00	12人	0人	12人	70～90代	できる	5人	できない (下之郷のみ)	できる	不要	不要
吉身	八代百歳体操	八代公民館	○	○					毎週水曜日 10:00～11:00	7人	3人	4人	80代	できる	2～3人	できない (下之郷のみ)	できる	必要	不要
吉身	吉身中町健康のび体操教室	吉身中町自治会館 1階	○	○	○	○		いす体操(ごぼう先生) アップル体操(川西健康推進員)	毎週金曜日 14:00～15:15	17人	0人	17人	70～80代	できる	5人	できない (吉身中町のみ)	できる	必要	不要
吉身	吉身東町自治会ひまわり	吉身東町自治会館 1階					○	すこやか体操 スクエアステップエクササイズ 茶話会	毎週金曜日 10:00～12:00	13人	1人	12人	80代	できる	5人	できる	できる	必要	不要
吉身	岡町百歳体操クラブ	岡町自治会館 1階	○						毎週水曜日 09:45～10:30	13人	0人	13人	70～80代	できる	1～2人	できない (岡のみ)	できる	不要	不要
吉身	パタカラクラブ	立入自治会館 1階	○					ごぼう先生の体操	毎週木曜日 13:30～15:00	15人	1人	14人	70代	できる	5人	できない (立入のみ)	できる	不要	不要

学区	グループ名	実施場所	活動内容					その他の活動	グループ活動開催日時	参加者人数			多い年齢層	新規参加者の受け入れ可否	受け入れ可能人数	自治会員以外の参加の可否	見学の可否	見学の事前連絡	会費
			いきいき百歳体操	かみかみ百歳体操	しゃきしゃき百歳体操	健康のび体操	もりやまプラス体操			計	男性	女性							
吉身	浮気健康百歳体操	浮気自治会館 1階	○	○	○		○	すこやか体操イス編	木曜日(月3～4回) 09:45～11:15	18人	0人	18人	70～80代	できる	5人	できない (浮気のみ)	できる	必要	300円/月
吉身	いきいきみんなの広場	浮気自治会館 1階	○				○	会食(ものづくり) 第3土曜日:お茶のカフェ 第1月曜日:ものづくり(着物リフォーム)	毎週水曜日 10:00～11:30	19人	4人	15人	60～80代	できない			できない		不要
吉身	体操教室	グランドメゾン集会所	○	○	○		○	生涯学習 手芸サークル	木曜日(第2・4週) 10:30～12:30	15人	0人	15人	70代	できる	5人	できる	できる	不要	200円/回
吉身	お元気セミナー	グランドメゾン自治会館 1階	○						毎週金曜日 10:00～11:30	18人	4人	14人	70代	できる	5人	できない (グランドメゾン守山のみ)	できる	不要	不要
吉身	あじさい	湖南ホームタウン 1階会議室	○				○	茶話会	水曜日(第3週) 13:30～15:00	4人	0人	4人	70代	できない			できない		不要
玉津	赤野井いきいき百歳体操教室	赤野井自治会館 2階	○				○	認知症予防・茶話会	土曜日(第2・4週) 14:00～15:00	23人	3人	20人	60～90代	できる	5人	できない (赤野井のみ)	できる	必要	不要
玉津	すみれ会	赤野井町住民集会所 蓮如堂				○	○	ラジオ体操 会食・茶話会	毎週月曜日・木曜日 月13:30～14:30 木10:00～11:00	5人	0人	5人	70代	できる	3人	できない (赤野井のみ)	できる	必要	不要
玉津	矢島健康のび体操	矢島自治会館 2階	○			○				14人	4人	10人	70代	できる	10人	できない (矢島のみ)	できる	必要	不要
玉津	やじま元気クラブ	(主)矢島ふれあいセンター または矢島自治会館 2階					○	めじろん元気アップ体操・金亀体操 認知症予防 生涯学習	第1・3週水曜日(第1・3週) 10:00～11:15	25人	5人	20人	80代	できる	5人	できない (矢島のみ)	できる	必要	100円/回
玉津	矢島老人クラブ 百歳体操グループ	矢島ふれあいセンター 1階	○						毎週月曜日 10:00～11:00	10人	0人	10人	70～80代	できる	10人	できない (矢島のみ)	できる	必要	不要
玉津	石田いきいきクラブ	石田町集会所地域交流センター	○					グランドゴルフ(大会年2回) 会食・認知症予防 ボランティア活動・茶話会 趣味活動・生涯学習 研修(年1回、R6年は下之郷遺跡へ)	毎週金曜日 10:00～16:00	29人	15人	14人	70～90代	できる	制限なし	できない (石田のみ)	できる	必要	2000円／年
玉津	かすみ草	石田自治会館 2階	○			○		ボランティア活動	毎週火曜日もしくは水曜日 (基本は水曜日) 10:00～11:10	13人	0人	13人	60～70代	できる	1人	できる (参加費用が必要)	できる	必要	石田町以外の方は500円/回必要
玉津	のび体操いこい	らいふステーション憩い 1階	○			○			木曜日(第2・4週) 11:00～12:00	2人	1人	1人	70代			できる	できる	必要	不要
玉津	十二里自治会	十二里自治会館 1階	○						毎週木曜日 09:00～15:00	7人	0人	7人	70～80代	できる	1人	できない (十二里のみ)	できる	必要	不要
河西	ひまわり	河西会館 1階	○						毎週月曜日 09:30～10:15	3人	0人	3人	70代	できる	3人	できる	できる	不要	3000円/年
河西	元気クラブ	河西会館 1階	○						水曜日(月3回) (会館の予約状況で変更あり) 13:30～14:30	6人	0人	6人	70代	できる	5人	できる	できる	不要	2000円/年

学区	グループ名	実施場所	活動内容					その他の活動	グループ活動開催日時	参加者人数			多い年齢層	新規参加者の受け入れ可否	受け入れ可能人数	自治会員以外の参加の可否	見学の可否	見学の事前連絡	会費
			いきいき百歳体操	かみかみ百歳体操	しゃきしゃき百歳体操	健康のび体操	もりやまプラス体操			計	男性	女性							
河西	河西のび体操すみれ					○		会食		5人	0人	5人	60代	できない			できない		300円/月
河西	小島自治会「ほっとクラブ」	小島公民館 1階	○					ラジオ体操・茶話会 レクリエーション・交通安全教室等	毎週木曜日 10:00～11:00 (レクリエーション等を行う場合11:30まで)	27人	5人	22人	70代			できない (小島のみ)	できる	必要	不要
河西	阿比留百歳体操	阿比留自治会館	○					ラジオ体操 カフェ	毎週水曜日 13:30～14:15	30人	5人	25人	70～80代	できる(河西NT・ハイムのみ)	2～3人	できる (阿比留、河西ニュータウン、河西ハイムのみ)	できる	必要	不要
河西	播磨田百歳体操(播磨田)	播磨田自治会館 2階	○			○		4月にお花見	毎週水曜日 14:00～15:00	14人	1人	13人	80～90代	できない			できる	不要	不要
河西	播磨田百歳体操(衣笠)	播磨田集会所 1階	○			○	○	口の体操 時々ゲーム	毎週火曜日・金曜日 13:30～14:45	12人	1人	11人	70～80代	できる	2人程度	できる	できる	不要	不要
河西	つくしんぼ	つくしんぼ集会所	○	○				会食・茶話会 趣味活動	毎週水曜日・金曜日 13:30～14:30	8人	0人	8人	60～80代	できない			できる	必要	
河西	稲雀会	つくしんぼ集会所	○	○	○			モルック(百歳体操の後で3回のうち2回、1か月に5～6回) 会食	毎週月曜日・木曜日 09:30～11:00	11人	3人	8人	70～80代	できる	1人	できる	できる	必要	不要
河西	垣内21さくらチーム	つくしんぼ集会所	○	○	○	○		会食・茶話会	毎週金曜日 10:00～11:30	7人	0人	7人	70代	できる	5人	できない (播磨田のみ)	できる	不要	不要
河西	布施野100体クラブ	布施野自治会館 2階	○					口腔運動・会食 茶話会・交流会	月曜日(第2・4週) 10:00～11:30	10人	0人	10人	60～80代	できる	2人	できる	できる	必要	不要
河西	今市健康福祉部 あじさいサロン	今市自治会館 1階、2階	○	○	○	○	○	カフェサロン	土曜日(第1週) 火曜日(第3週) 10:00～11:30	18人	3人	15人	70～80代	できる	5人	できる	できる	必要	不要
河西	あらみのび体操クラブ	荒見自治会館 2階				○		筋力トレーニング等 茶話会	毎週金曜日 9:45～10:30	8人	1人	7人	70代	できる	3人	できる	できる	不要	不要
河西	ふれあいグループ	笠原公民館	○	○				ボッチャ モルック 茶話会	第1・3火曜日(第1・3週) 13:00～15:00	11人	2人	9人	70代	できる	10人	できない (笠原のみ)	できない		不要
河西	中町健康のび体操	中自治会館 2階	○	○		○		会食・認知症予防・農作業 趣味活動	毎週水曜日 14:00～15:00	8人	0人	8人	70～80代	できる	2～3人	相談に応じて	できる	必要	不要
河西	川田百歳体操の会	川田公民館 2階	○						毎週月曜日 09:30～10:30	6人	0人	6人	60～70代	できる	2～3人	できない (川田のみ)	できる	必要	不要
河西	田中自治会健康福祉部 すこやかサロン	田中ふれあい会館 1階	○				○	ラジオ体操(夏季のみ) クリスマス会(年1回) 出前講座	水曜日(第2・4週) 10:00～10:45	12人	1人	11人	70～80代	できる	5人	できない (田中のみ)	できる	必要	不要
河西	川中百歳体操グループ	川中自治会館 1階	○					茶話会	毎週土曜日 13:30～15:00	11人	0人	11人	70代	できる	10人	できない (川中のみ)	できる	必要	不要
河西	ハイム100歳体操クラブ	河西ハイム自治会館 1階	○						月曜日(第1・2・3・4週) 09:30～10:15	11人	0人	11人	70～80代	できる	2人	できない (河西ハイムのみ)	できる	不要	不要

学区	グループ名	実施場所	活動内容					その他の活動	グループ活動開催日時	参加者人数			多い年齢層	新規参加者の受け入れ可否	受け入れ可能人数	自治会員以外の参加の可否	見学の可否	見学の事前連絡	会費
			いきいき百歳体操	かみかみ百歳体操	しゃきしゃき百歳体操	健康のび体操	もりやまプラス体操			計	男性	女性							
河西	河西ハイムさわやかクラブ	河西ハイム自治会館 1階				○		すこやか体操・会食	毎週火曜日 09:15～11:30	21人	7人	14人	80代	できる	制限なし	できない (河西ハイムのみ)	できる	不要	体操のみなら不要。 老人クラブに入会する場合2,000円/年
河西	いきいき広場	鳩の森会館 1階	○				○	認知症予防・茶話会・趣味活動	毎週火曜日 09:30～11:00	24人	2人	22人	70～80代	できる	3人		できる	必要	不要
河西	鳩の森クラブ いきいき百歳体操同好会	鳩の森会館 2階	○				○	ボランティア活動・多世代交流 グラウンド等の除草・清掃	毎週火曜日・金曜日 09:45～10:45	12人	3人	9人	70～90代	できる	数名	できない (河西ニュータウンのみ)	できる	不要	不要
速野	のびのび	北公民館 1階和室	○			○			毎週金曜日 10:00～11:00	7人	2人	5人	70代	できない			できる	不要	随時
速野	あさがお	北公民館 1階	○				○	認知症予防・脳トレ	毎週月曜日 09:30～10:30	14人	0人	14人	70～80代	できない			できる	必要	必要
速野	木浜百歳体操カトレア会	木浜自治会館 2階	○		○		○	タオル体操 茶話会・早口言葉 ウォーキング＆サイクリング	毎週水曜日 10:00～11:00	21人	0人	21人	70～80代	できる	2～3人		できる	必要	不要
速野	今浜カフェサロン	今浜自治会館 1階	○				○	口腔体操・認知症予防・茶話会 歌・塗り絵・折り紙・編み物	日曜日(第3週) 10:00～11:30	12～13人	2人	10人	70～80代	できる	20人	できる	できる	必要	100円/回
速野	元気いきいきクラブ	水保自治会館 1階	○				○	口腔ケア・研修旅行・フレイル予防	土曜日と火曜日(月3回) 土10:00～11:00 火13:30～14:30	20人	0人	20人	60～80代	できる	5人	できない (水保のみ)	できない		不要
速野	中野いきいき百歳体操	中野自治会第2公民館 1階	○					ラジオ体操・会食 認知症予防・クリスマス会 季節の歌を歌う 「生活の健康づくり」講座開催(高齢者が地域で生活していくための知恵)	毎週土曜日 09:30～12:00	33人	11人	22人	70代	できる	制限なし	できない (中野のみ)	できる	不要	200円／月
速野	ネオベラヴィータ百歳体操	ネオベラヴィータ守山 自治会第1集会所	○	○					毎週土曜日 10:00～11:00	13人	1人	12人	70代	できない			できる	必要	不要
中洲	のびのびのびた	中洲会館				○	○	会食	毎週木曜日 (都合のつく日開催) 09:00～10:30	3人	0人	3人	70代				できない		随時
中洲	はつらつ体操	さづかわ交流センター 「にじいろ」 1階	○				○		毎週水曜日 10:00～11:00	20人	0人	20人	70～80代	できる	3人	できる	できる	必要	不要
中洲	服部いきいき健康体操	まゆの郷 1階	○						月曜日(第2・4週) 13:30～14:30	8人	0人	8人	70～80代	できる	5人	できる	できる	不要	不要
中洲	きさらぎ会	立田いきいきクラブ 1階	○	○	○		○	茶話会 童謡・唱歌	火曜日(第1・3・4・5週) 09:30～12:00	11人	0人	11人	70～80代	できる	2～3人	できない (立田のみ)	できる	必要	100円/回

守山百歳体操

どんな体操？

守山百歳体操には
身体の体操をする「**いきいき百歳体操**
お口の体操をする「**かみかみ百歳体操**
頭の体操をする　「**しゃきしゃき百歳体操**
があります。

いきいき百歳体操、椅子に腰かけて
①準備体操　②筋力運動　③整理体操の３つの運動をします。手首や足首におもりを付け、筋肉へ負荷をかけながら行います。

かみかみ百歳体操、口や舌を動かして楽しくおしゃべりや安全に食事ができるようにする体操です。

しゃきしゃき百歳体操、注意機能を高め、安全に生活が送れるようにする体操です。

効果

★体操を続けることで、全身の筋力がつき、動くことが楽になります。

★転倒しにくい体になるため、骨折や寝たきりの予防になります。

守山健康のび体操

どんな体操？

守山健康のび体操は、『のびバンド』という専用のバンドを使用して、全身を伸ばす動作を行います。

守山健康のび体操、上半身の体操・下半身の体操・全身の体操があり、琵琶湖周航の歌にあわせて、ゆっくりと全身のストレッチを行います。

身体の柔軟性や姿勢を改善することで、身体のバランスが安定し、身体が動かしやすくなります。

効果

★ストレッチ効果

★股関節や肩関節の柔軟性を高めることができます。

もりやまプラス体操

どんな体操？

『いつでも』『どこでも』『だれでも』簡単に取り組める体操です。

もりやまプラス体操、
①上半身 ②下半身 ③おロ ④脳トレの４つの体操があり、それぞれ約10分間でできる体操です。
少しの時間や、いつもの運動や体操の後、お散歩の前など、ちょっと気になるところやもっと鍛えたいところを選んで、自分のペースで取り入れることができます。

配信中

YouTube配信コード

効果

★心身の健康がプラスされる

いつもより10分多く身体を動かすことで、フレイルを予防することができます。

問い合わせ先

守山市地域包括支援センター
住所：守山市吉身二丁目５番22号　守山市役所１階
☎　077-581-0330　　FAX　077-581-0203

南部地区地域包括支援センター（守山・小津学区）
住所：守山市勝部三丁目９番１号　エルセンター敷地内
☎　077-585-9201　　FAX　077-585-9202

中部地区地域包括支援センター　（吉身・玉津学区）
住所：守山市下之郷三丁目2番５号　すこやかセンター１階
☎　077-584-5519　　FAX　077-584-5363

北部地区地域包括支援センター（河西・速野・中洲学区）
住所：守山市洲本町1353番地の2　守山市立北公民館内
☎　077-516-4160　　FAX　077-516-4080

2　地域住民（ボランティア）によるサロン等

No.	事業所名･事業名	電話番号	対象範囲	実施場所	開催日	時間	活動内容	料金
1	自治会すこやかサロン	583-2923 (守山市社協)	自治会	自治会館等	お問い合わせください。		レクリエーション等を行い、参加者同士や地域の人たちとの交流を図ります。	お問い合わせください。
2	学区すこやかサロン	各地区会館	小津･玉津･速野･中洲学区	地区会館	お問い合わせください。		レクリエーション等を行い、参加者同士や地域の人たちとの交流を図ります。	お問い合わせください。
3	速野学区社協 みんなのリビング	585-3953(速野会館)	速野学区	速野会館	毎週火曜日	10:00 ～14:00	子どもから高齢者まで、みんなのつながる居場所として、速野会館の和室を開放しています。	無料
4	河西ニュータウン自治会 いきいき広場	583-8308(浅田)	河西ニュータウン自治会	鳩の森会館	毎週火曜日	9:30 ～11:00	要支援1･2、要介護1の方を対象にサロン活動を実施	無料

3　お住まいの地域に関係なく参加できるサロン等

♡…守山市「みまも～り～♡カフェ」認定

No.	事業所名･事業名	電話番号	実施場所	開催日	時間	活動内容	料金	
1	お結びカフェ	585-9201	南部地区地域包括支援センター	第４水曜日	14:00 ～15:00	茶話会、専門職への相談	無料	♡
2	こもれびCafé	584-5519 (中部地区地域包括支援センター)	守山市立図書館 活動室	第２火曜日	13:30 ～15:00	レクリエーション、会話、 専門職への相談	無料	♡
3	ほっこり庵(あん)～絆(きずな)	516-4160	北部地区地域包括支援センター	第３月曜日	10:00 ～11:30	茶話会、体操、 専門職への相談、 季節ごとの行事	無料	♡
4	いきいきサロン	514-8831	公益社団法人 守山市シルバー人材センター	第３水曜日	13:30 ～15:30	体操、創作活動、 健康管理など	300円程度	♡
5	いいなカフェ	581-3747	多世代交流施設 ふらっと	不定期	10:00 ～12:00	クラブ活動、 様々な催し物を開催	100円	♡
6	まほろばカフェ	514-1855	まほろばの郷	月・木曜日	11:30 ～14:00	ランチカフェ (カレー･うどん･飲み物など)	要確認	♡
7	カフェ東町	090-1445-7891	吉身東町自治会館	第４火曜日	10:00 ～12:00	茶話会(情報交換)、 認知症予防	100円	♡

No.	事業所名･事業名	電話番号	実施場所	開催日	時間	活動内容	料金
8	今浜カフェレストラン	585-1022	今浜自治会館	第３日曜日	10:00 ～11:30	百歳体操、折り紙、 守山プラス体操	100円
9	カフェ やすらぎ庵(あん)	567-4565 (認知症の人と家族の会 滋賀県支部)	セルバ守山 ３階 第３ホール	第１土曜日	10:00 ～15:00	介護者の心身のリフレッシュ(介護相談、体操･歌など)	200円 昼食実費
10	NPO法人 もの忘れカフェの仲間たち	582-6032	藤本クリニック	水曜日	12:00 ～16:00	若年認知症の人、軽度認知症の人、社会に出づらい若者などが集まり、内職仕事や茶話会を行っています。	無料
11	ゆいの里 気まぐれマルシェ	585-4533	交流ホームゆい	月･火･木･金	10:00 ～16:00	おしゃべり･手作業など自由にご活用ください(２時間単位)。 喫茶･軽食タイム12時～14時 (喫茶･軽食のみでもOK)	喫茶150円 軽食300円
12	守山ハッピークラブ		梅田会館	月曜日	9:30 ～12:00	勉強会、研修会、お出かけ学習、調理実習、趣味の手芸(洋裁･編物等)など ※見学は事前連絡必要。	年1,200円
13	川中水曜会		川中自治会館	第１･３ 水曜日	15:30 ～17:00	健康教室・体力づくり・折り紙教室・スマホ教室・除草作業・その他講習会・研修会など	年1,000円 程度
14	播磨田・垣内団地 高齢者サロン		(偶数月) 播磨田団地公園 (奇数月) 垣内団地内駐車場	不定期	不定	高齢者サロン（屋外・テント）	不定

No.	事業所名･事業名	電話番号	実施場所	開催日	時間	活動内容	料金
15	アーバン楽しむ会		勝部一丁目 守山アーバンライフ集会室　など	水曜日など	14:00 ～15:00 など	体操・お花見・スマホ教室・草引き・小物づくり・カフェ・映画鑑賞・ロビーコンサートなど	内容による
16	エル友会		エルセンター 中会議室	第１・３・５ 金曜日	11:20 ～12:00	そろばん教室（プリント集を使っての見取り算・かけ算・わり算の練習）	状況による
17	梅田町いきいき百歳体操		梅田会館	第２・３・４ 木曜日	10:00 ～11:30	高齢者を対象とした百歳体操と居場所づくり（情報交換の茶話会や調理実習等）	年1,200円

連絡先の記載のない事業等へのお問い合わせは、当資料の発行者までお願いします。
守山市長寿政策課(℡584-5474)、守山市地域包括支援センター(℡581-0330)、守山市社会福祉協議会(℡583-2923)

４　図書館のサービス

いずれも参加費は無料です。

No.	内容	日時など	対象など	事前申込み	場所・連絡先電話番号
1	大人のための映画会	奇数月の第３水曜日 午前10時から	どなたでも 先着80名	不要	守山市立図書館 583-1639
2	公開朗読会	第４土曜日 午後２時から	どなたでも	不要	
3	対面朗読サービス	―	要相談	必要	
4	がん相談支援センター出張相談	第２・４金曜日 午後１時半～	どなたでも （申込みは図書館へ）	必要	守山市立図書館 583-1639 滋賀県立総合病院がん相談支援センター 582-8141
5	がん患者サロン「笑顔」	第２水曜日 午後１時～３時	がん患者とその家族 途中参加・退出可能	必要 （当日も可）	
6	がん教室「まなびや」	不定期	どなたでも	不要	

※活動日、活動時間については、変更になることがあります。
詳しくは守山市立図書館ホームページをご確認ください。

５　その他の事業

No.	事業所名･事業名	電話番号	対象範囲	活動内容
1	いきがい活動ポイント事業	583-2923 （守山市社協）	市内	65歳以上の人が、福祉施設等でボランティア活動を行い、ポイントを貯めて、商品券等への交換や学校等への寄付をすることができます。
2	公民館地域教育学級	582-1142 （社会教育・文化振興課）	市内	年間を通して、健康・環境などの学習会やものづくりや音楽鑑賞など、地域の仲間と楽しく学び、親睦を深める学習会を実施されています。
3	サークル活動	583-5558 （エルセンター）	市内	エルセンターにおいて、教養や生活文化の向上、技能習得、仲間づくりを目的としたサークル活動をされています。

守山市社会福祉協議会あて

「守山市生活支援サービス一覧」への情報掲載申込書

新規　・　変更　・　取消

いずれかに〇をつけてください。

掲　載　区　分		申込年月日	

（掲載内容）

団体名・事業所名	電話番号等	活動・サービス内容	料金	対象範囲	活動日	活動時間	活動場所

※上記の内容を一部加工して掲載する場合がございますので、予めご了承ください。

（申込者）

団体名・事業所名	
所在地	
電話番号等	
ご担当者	

この申込書は、次のいずれかへ送付してください。

［送付先］　FAX：077-582-1615、電子ﾒｰﾙ：fukushi@moriyama-shakyo.or.jp、所在地：守山市下之郷三丁目２番５号すこやかセンター１階