

沼津市高齢者サロン登録リスト

H31.8現在

圏域	サロン名称	活動内容	主催者名	電話	住所	会場名	開催頻度	参加費
はら	市営原団地寄り合い処 だんらん	市営原団地住民対象。茶話会中心に開催。毎月第3日曜日「おにぎりの会(食事会)」開催日には解放。飲食持ち込み可。	社会福祉法人春風会 はら地域包括支援センター	055-969-4055	沼津市原1487-1	市営原団地D5-105	毎週火曜日金曜日 10:00～15:00	なし
はら	はつらつサロン	地域の皆様が気軽に集える場。「仲間づくり」「出会いづくり」「健康づくり」をするための活動の場。脳と身体のトレーニング(ゲーム、運動、手芸、健康チェック)。定期的集えることで顔なじみの輪を広げ、いきいきとした楽しい生活を送ることを目的。	社会福祉法人春風会 はら地域包括支援センター	055-969-4055	沼津市原1200-3	原地区センター 第1会議室	毎月 第1・第3木曜日 9:30～11:30	なし
はら	うきしまサロン	地域の皆様が気軽に集える場。「仲間づくり」「出会いづくり」「健康づくり」をするための活動の場。脳と身体のトレーニング(ゲーム、運動、手芸、健康チェック)。定期的集えることで顔なじみの輪を広げ、いきいきとした楽しい生活を送ることを目的。	社会福祉法人春風会 はら地域包括支援センター	055-969-4055	沼津市平沼375-1	浮島地区センター 大会 議室	毎月 第2・第4木曜日 9:30～11:30	なし
はら	ヌマヅハラ県'Sルーム	静岡県住宅供給公社による高齢者の交通安全教室、沼津市社会福祉協議会による元気アップ教室、はら地域包括支援センターによる認知症予防教室など、剣詩舞による踊りなどを開催。	県営原団地自治会長 古川 久	080-6919-2640	沼津市大塚1010-14	県営原団地自治会 第2集会所	毎月第3木曜日	なし(ただし飲み物代等は実費徴収)
片浜・今沢	ひだまり亭	介護施設ひとつ松長共有スペースを利用し、月～木まで手作りランチを400円で提供。子育て中のママたちから高齢者の方々、地域の皆さん、施設利用者さんたち、どなたでも利用できる居場所、コミュニティの場所になっている。介護施設を訪れる方も手作りランチを楽しんでいる。	秋山 恵	090-5865-9069	沼津市大諏訪230	大諏訪集会所	月曜日～木曜日	400円
片浜・今沢	吉田サロン	菜園生活セミナー スプラウト栽培、キッチン菜園 美育セミナー ペットボトルの花器づくり、一輪さし、季節の花 官休庵盆手前のもてなし	吉田 政男	無	沼津市大諏訪46-1	片浜地区センター	月1回 (詳細は問合せください)	実費(開催内容による)
片浜・今沢	今沢らく楽体操	今沢団地にお住まいの方を中心として、ぬまづふるさとの街という音楽に合わせた健康体操を楽しむ実施。	片浜・今沢地域包括支援センター	055-969-7050	沼津市今沢527-21	今沢地区センター内	毎月 第1・第2・第4金曜日 10:00～11:30	なし
かなおか	Cafe&Gallery House Kizasu	お茶やお菓子を食べながら楽しく会話。不定期でギャラリーイベントの開催。また、お客さんの作品を持ち寄って展示も可能。	後藤 安	090-5038-6896	沼津市西沢田700番地		月、金、土、日、祝日 11:00～18:00	600円～
かなおか	コミュニティサロン KOSUGA	地域に住む者同士の交流を図る。健康を維持・増進するための食事・運動・休養の改善活動。生活に潤いを与える書画等に親しむ活動。	小菅 豊弘	055-922-5673	沼津市江原町3-1	金岡地区センター	月1回 (詳細は問い合わせください)	なし(ただし材料費等は実費徴収)

圏域	サロン名称	活動内容	主催者名	電話	住所	会場名	開催頻度	参加費
かどいけ	コミュニティサロン かどいけの竜	火曜日:健康いきいき教室(100歳体操と口腔体操) 木曜日:くつろぎカフェ、金曜日は竜の学び舎(脳活性のためのレクリエーション)を実施。	社会福祉法人 駿河厚生会	055-939-6700	沼津市岡宮1147-8	かどいけ地域包括支援センター内	毎週火曜・木曜・金曜 13:30~15:30	なし(お茶は無料、コーヒー・茶菓子はそれぞれ100円)
きせがわ	コミュニティサロン 深澤	美育ワークショップ 使用済ペットボトルや牛乳パックを利用し、カラーペンでペイントしたりシールを貼るなどして花器を作り、それに一輪のお花を生けていただく。楽しみながら脳の活性化や心の癒しにつながり、又自分自身に自信が持てる人もいる。 食育ワークショップ 野菜トランプを使い、楽しく遊びながら又ほんの少し頭を使いながら野菜の事や食べることの大切さ等を学ぶ。 スタッフは寄り添い、傾聴を市ながらサポートさせて頂き、高齢者の高型の居場所作りやセルフケアのお手伝いをさせて頂く。	深澤 明子	無	沼津市大岡2357-1	大岡地区センター他	問い合わせください	行事ごとに設定
きせがわ	コミュニティサロン NAKANO	傾聴セミナー、コーチングセミナー、ゲートキーパー養成講座 認知症サポーター、予防セミナー、養育ワークショップ 食育ワークショップ	中野 伸昭	無	沼津市大岡2357-1	大岡地区センター他	月1回 (詳細は問い合わせください)	事業ごとに実費
きせがわ	コミュニティサロン 松尾	大岡コミュニティ 文化祭でのワークショップ等	松尾 美佐子	055-923-9666	沼津市大岡2357-1	大岡地区センター	月1回 (詳細は問い合わせください)	なし(ただし材料費等は実費徴収)
千本	ふれあいプラザカフェ ぬまつ	隔週水曜日、金曜日:運動教室 月2回月曜日:歌声教室 他にボランティアによる趣味活動(プラモデル、囲碁、カードゲーム、くつろぎカフェ)を実施。	社会福祉法人沼津市社会福祉協議会	055-962-5932	沼津市本字松下845-6	いきいきホーム松下ふれあいプラザ	毎週月曜日~金曜日 10:00~15:00	運動教室500円、 歌声教室700円、 コーヒー・緑茶 150円
千本	からだラボ地域開放 日	体調チェック(希望者には体脂肪、筋肉量の測定)、体操、筋トレ、その他、毎月替わるイベントを行う。	明強組合同会社	055-939-6667	沼津市千本港町48	からだラボ	毎月 第2土曜日	なし
千本	ワタナベ薬局 サロン	血圧測定、体重測定、茶話会、ゲーム、ワークショップ等	株式会社 渡辺薬品店	055-962-3779	沼津市本錦町654-1	ワタナベ薬局錦町店	月1回	なし(ただし材料費等は実費徴収)
第五	第五サロン	時間内出入り自由。ミニ講座や出張相談等を実施。	第五地域包括支援センター	055-939-8022	沼津市新宿町19-1	第五地域包括支援センター サロンスペース	毎週水曜日 (第2水曜日を除く) 10:00~12:00	なし
第五	サンウェルぬまつ ふれあい交流室	利用者同士のふれあい交流等	サンウェルぬまつふれあい交流室	055-922-1501	沼津市日の出町1-15	ぬまつ健康福祉プラザ内 サンウェルぬまつふれあい交流室	休館日を除く毎日 (第3月曜日、年末年始)	なし

圏域	サロン名称	活動内容	主催者名	電話	住所	会場名	開催頻度	参加費
かぬき	寄り合い処 かぬき「暖だん」	第1月曜日:折り紙 第2木曜日:カレーの日 毎週水曜日:買い物ツアー 毎週木曜日:編み物 最終週土曜日:介護相談 第3月曜日:暖だん会議 その他:月に3回足湯の日、野菜の販売等々	特定非営利活動法人 まごころサー ビス 静岡東部センター	090-6368-8711 055-935-6515	沼津市下香貫八重145-2		月曜日～金曜日 最終週土曜日	午前・午後それ ぞれ100円
かぬき	Doing bis(ドーインピ ス)	メンタルヘルスケア、カウンセリング、各種セミナー開催、認知 症カフェ、子育て支援、美育、食育、家庭菜園	秋山 典子	無	沼津市下香貫前原1489-1		毎月1回 10:00～15:00 問合せください	500円
かぬき	サロンクローバー	介護予防運動、歌、音楽、体操、脳トレーニング、レクリエー ション、ミニ講座等を実施。	かぬき地域包括支援センター	055-933-3671	沼津市下香貫猪沼981-2	ぬまづホーム内	第2・第4土曜日 12月29日～翌年1月3日を 除く10:00～11:30	なし(企画・イベ ント時に実費徴 収)
かぬき	藤井原サロン愛	1. 健康体操 月2回。ストレッチ、筋肉ストレッチ、ダンベル 2. サロン 月1回。健康体操60分。サロン60分	渡邊 高男	055-933-3399	沼津市下香貫藤井原1617	下香貫連合自治会館	月3回(月・水)9:30～11:30	200円(茶菓子 代)
第三・第四	ラララ サロン	おしゃべり、歌、クイズ、ゲーム、健康体操、ビデオ鑑賞、勉強 会等を実施。	第三・第四地域包括支援センター	055-941-6605	沼津市西島町19-1	第三・第四地域包括支援 センター内	毎週火曜日 10:00～12:00	なし(企画・イベ ント時に実費徴 収)
三浦・戸田	くるらの家	午前:百歳体操、かみかみ体操を実施、血圧測定、体力測 定。 午後:診療所の医師・地域包括・デイサービス・お巡りさん 等々。 地域の方々の話が数カ月に1回、演芸。	山田 いさみ	0558-94-3729	沼津市戸田1294-3 くるら 戸田内	くるら戸田	毎週水曜日	100円
三浦・戸田	ひだまりの郷 高齢者サロン	音楽などに親しみながら、歓談し、楽しい時間を過ごす。	社会福祉法人三保会及び、 三浦・戸田地域包括支援センター	055-946-1700	沼津市内浦重須624	ひだまりの郷 地域交流 室	毎週土曜日 13:10～13:45	なし