

荒崎地区 元気の源 お宝マップ

⑨ グラウンドゴルフ【荒崎小学校】



② 新長松100円喫茶



⑤ ふれあい・いきいきサロン【新田】



⑫ 移動販売

(1) とくし丸

(2) 一心天助



④ 西長松 おたがいさま訪問



⑥ 笑・話・歯 動場

⑦ 荒崎健康麻雀倶楽部

⑧ いきいき体操の会



元気の源 お宝リスト



※令和6年10月時点

○住民活動

No	名称	場所	活動内容	日時	イチオシ！！
①	あらさき 支え合いの会	荒崎地区 	住民相互による 生活支援活動	相談のうえ決 定します	住民のちょっとした困りごとを、住民同士で解決します。 ※各自治会長（コーディネーター）にご相談ください。
②	新長松 100円喫茶	新長松公民館	住民が運営する 喫茶式のサロン	毎月第2・4 水曜日 10時00分～	
③	新田自治会館 開放	長松新田自治会館	 	毎月第2・4 水曜日 午後	開放日は回覧板でお知らせします。 参加者は毎回5名程度です。
④	西長松 おたがいさま訪問	見守り対象者宅	玄関先での安否確 認や困りごと相談	月2回(木曜日) 9時00分～	見守りボランティアは10名 (ペアで訪問しています) 
⑤	ふれあい・ いきいきサロン	(1) 長松上町公民館 (2) 長松新田自治会館 (3) 長松町第1自治会 集会所 (4) 長松会館 (5) 十六町公民館 (6) 島会館 他 (7) 島住宅集会所つど いの家 (8) 新長松公民館 (9) 荒崎団地集会所	 茶話会や健康体操 など、様々なイベ ントを企画し、高 齢者を中心とした 居場所づくり ※詳細は各自治会 にお問い合わせく ださい	要確認 (1) 年 4 回 (2) 年 8 回 (3) 年10回 (4) 年 4 回 (5) 年 5 回 (6) 年 4 回 (7) 年24回 (8) 年 4 回 (9) 年 4 回	(1) 荒崎いきいきサロン (長松町上町・下町・小寺) (2) 新田いきいきサロン (長松町新田) (3) にここサロン(長松町第1・北長松) (4) いきいきサロン (長松町西長松) (5) 十六町いきいきサロン (十六町) (6) 島町ふれあいサロン (島町) (7) ふれあいサロン (島町住宅) (8) 新長松いきいきサロン (新長松) (9) いきいきサロン (荒崎団地) (県営荒崎団地)

○健康活動



No	名称	場所	活動内容	日時	イチオシ！！
⑥	笑・話・歯 動場	荒崎地区センター	運動や講座を定期的 に実施する教室	毎月第3金曜日 9時30分～ 11時00分	「定期的に運動したい、ひとりでは 続かない、外出が減ってきた、話す 機会が少なくなった」こんな方にお すめです。 申込先TEL：0584-75-2322 (市保健センター)
⑦	荒崎健康麻雀 倶楽部	荒崎地区センター	頭と手を使って認 知症予防	毎週水・金曜日 13時30分～ 16時00分	賭けない!飲まない!吸わない!が基本。 会費は月500円。主に70代から90代 の方が参加しています。
⑧	いきいき体操の会	荒崎地区センター	主に下半身の筋力 強化と脳トレを実 施	毎週水曜日 9時30分～11時00分	健康寿命を延ばしましょう。 会費は月500円。主に60代から90代 の方が20名程度参加しています。
⑨	グラウンドゴルフ	荒崎小学校		毎週日曜日、 毎月第2・4土曜日 13時00分～	グラウンドゴルフは、日常的に行う ことによって、運動器が鍛えられ、 心の健康も維持され“健康寿命の延 伸”に繋がることが期待されます。
⑩	島住宅 ラジオ体操	島住宅児童公園		6～10月 6時30分～ (日曜日除く)	参加者は毎回12名程度です。

○民間活動



No	名称	場所	活動内容	日時	イチオシ！！
⑪	スクエアステップ	長松上町公民館	生活習慣病予防の エクササイズ	毎月第1水曜日 10時00分～11時30分	西濃医療生協主催 参加費無料 
⑫	移動販売	島住宅	(1)とくし丸 (2)神戸水産 一心天助	(1)毎週月・木曜日 16時00分頃 (2)毎週金曜日 15時00分頃	

○みんなが集まる喫茶店



⑬美幸（十六町437-3） ⑭イルピア（長松町859-2） ⑮サガミ大垣垂井店（長松町849-2） ⑯木のこ（長松町1298）