

社会 参加の 場・生 きがい づくり	サ ロ ン	名称	住所	日時	内容	特徴	代表者名	連絡先	備考
		(支援型) すこやかクラブ R5~休止	佐伯市大字狩生車	第4木曜日10:00~	体操・ゲーム・創作活動	6名(全員女性)、平屋(フローリング、椅子使用)、洋式・男性用トイレあり、駐車場あり	社協佐伯支部	23-7451	車地区公民館
		(支援型) なこうら	佐伯市大字狩生中川原	第1月曜日10:00~ 第3月曜日10:00~	体操・ゲーム・創作活動	6名(全員女性)、平屋(板張り、椅子使用)、室内30cm程度の段差あり、和式トイレ、立ち便器あり、駐車場あり	〃	〃	中川原公民館
	(自主型) 古江ニコニコ倶楽部	佐伯市大字二栄古江	第2.4金曜日 10:00~11:30	体操・ゲーム・講話	16名(内男性1名)、平屋(フローリング、椅子使用)、入口段差あり(手すり設置)、上がり框30cm程度の段差あり。和式トイレ、洋式トイレ、男性用トイレあり	〃	〃	古江公民館	
	茶 の 間	名称	住所	日時	内容	特徴	代表者名	連絡先	備考
		みやんちクラブ	宮の内公民館	火、水、木、土曜日	健康体操、卓球、グランドゴルフ、カラオケ、ゲーム	月10回開催	和楽 包括支援 センター	23-1632	
		狩生茶の間	狩生公民館	月、水、木、土曜日	カラオケ、ベタンク、グランドゴルフ	月10回開催	〃	〃	
	通 い の 場	名称	住所	日時	内容	特徴	代表者名	連絡先	備考
		晞干	晞干公民館	金曜日9:30~		参加者14名	和楽 包括支援 センター	23-1632	
	そ の 他	名称	住所	日時	内容	特徴	代表者名	連絡先	備考
		公民館教室	西上浦コミュニティセンター 佐伯市大字狩生1567-3		詩吟・五円会・写経・ボンジュール彦岳・ストレッチ・陶芸・健康料理		大星喜六	27-7001	西上浦公民館
		高齢者教室 ①課題学習 ②趣味学習	佐伯市大字狩生1567-3	西上浦コミュニティセンター 27-7001	①月ごとで健康、人権、歴史、軽スポーツ、文化学習等 ②手芸・書道・歌唱	教育委員会が生涯学習講座として必要と認め、啓発することを目的とする。 ②趣味・教養の向上を目指して、サークル・グループが主宰する。	市社会教育課 生涯学習推進 係	22-3245	入級資格 60歳以上の方 要連絡(申込み期限あり)
	参照(佐伯共通)								

暮らし・生活	スーパー	名称	住所	営業日/訪問日	販売内容	特徴	代表者名	連絡先	備考	
		参照(配達・配食/佐伯共通)								
	外出支援	名称	支援日 / 料金			特徴	代表者名	連絡先	備考	
		JR	佐伯駅～海崎駅～狩生駅～浅海井駅～大分							
		※バス路線：令和3年10月～ 佐伯市公共交通マップ総合時刻表参照								
		(フォーマル) コミュニティバス	平日・土/1回利用200円。エリアをまたぐ場合は料金追加。未就学児は無料。 ※マイ時刻表の申請は地域振興課公共交通係にて。デマンドはなし。				佐伯市役所 地域振興課	22-3005		
	(フォーマル)「マイ時刻表」作成	コミュニティバス利用者一人一人のニーズに合わせた情報をコンパクトにまとめた「マイ時刻表」/要申請/無料	※出発地と目的地の間のバスの乗り継ぎを見やすく整理した時刻表 ※申込先/佐伯市役所地域振興課			〃	〃	※申請書の提出は窓口・郵送・FAX可。 申込から2週間ほどで作成。郵送で届く。		
	生活支援	団体名	活動名	場所	日時	内容	代表者名	連絡先	備考	
		参照(佐伯共通)								
見守り	名称(個人やグループ)	活動名	場所	日時	内容	代表者名	連絡先	備考		
地域活動	地区社協	活動名	場所	日時	内容	取り組みの特徴	備考			
		配食サービス	西上浦地区	年1回(3月3日)	対象者への配食サービス	見守り訪問、声掛け	西上浦地区社会福祉協議会	社協佐伯支部 23-7451		
	クラブ	団体名	内容	場所	日時	特徴(会場・人数など)	代表者名	連絡先	備考	
	ポラその他等	団体名	活動名	場所	日時	内容	代表者名	連絡先	備考	
		わらべの会	子育て支援	主に八幡地区コミュニティセンター	毎月1回 土曜日10:00～12:00	読み聞かせ・工作・料理教室・味噌づくり・土づくり 大人のわらべ(夜の映画鑑賞会) 子どものわらべ(昼の映画鑑賞会)	柳迫美鈴	社協佐伯支部 23-7451		
		西上ボランティア	地域活動の支援	八幡地区	不定期	地域活動の支援・高齢者の見守り(靴下のプレゼント、寒天等の配布)	田原月美	社協佐伯支部 23-7451		
サロンわらべ	子育てサロン	八幡地区	第2土曜日10:00～11:30 (R.5は7月からの予定)	読み聞かせ・工作・季節の行事	石田文子	佐伯市社会福祉協議会 22-2150				

その他	集まり (趣味の 集まり)	内容 (定期的な集まり)	活動名	場所	日時	内容	代表者名	連絡先	備考
	柔軟 な資 源	場所		内容		今後、何に活用できそうか？	代表者名	連絡先	備考