

小野・久米地区 高齢クラブ サロン



高齢クラブとは



高齢者の生活を豊かなものにするため、仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動を行うとともに、その知識や経験を生かして、地域の諸団体と共同し、地域を豊かにする社会活動に取り組み、明るい長寿社会づくり、保健福祉の向上に努めることを目的とし、日常的に声をかけあい、歩いて集まることのできる小地域の範囲で組織しています。

おおむね60歳以上の人で自主的に高齢クラブを組織し、健康増進、社会奉仕、教養講座、研修旅行、レクリエーション活動などを行っています。

(全国老人クラブ連合会 HP、松山市 HP より抜粋・改変)

いきいきふれあいサロンとは



ひとり暮らしや、家の中で過ごしがちな高齢者等と、地域住民（ボランティア等）が、自宅から歩いて行ける場所に気軽に集い、協働で企画し活動内容を決め、「気軽に」「無理なく」「楽しく」話して笑い、いきいきと地域の中で暮らしていけるように、生きがいづくり・仲間づくりの輪を広げ、地域の介護予防（寝たきり知らず・ボケ（認知症）知らず）の拠点として機能する活動です。

(全国老人クラブ連合会 HP、松山市 HP より抜粋・改変)

久米地区高齢クラブ連合会

クラブ名	会長 (H27.4.1 現在)	電話番号	実施場所	実施日
南窪田高齢クラブ	三谷 正典	975-5683	南窪田集会所	年5回+運動
来住寿会	尾古 正義	976-7818	来住集会所	毎月8日(10月以外)
県久米団地老人会	篠原 久重	975-8159	県営久米団地集会所	第二土曜日
南土居おもいで会	臼坂 佑一	975-7999	南土居集会所	行事表による
鷹子高齢クラブ	沼田 淳子	976-3298	鷹子ふれあい館	第三金曜日
東鷹子清風会	今西 博文	975-7093	東鷹の子集会所	曜日別の行事
川付つくし会	沖 一博	975-3237	川付公民館	年間行事による
北窪田福寿会	菊地 敬二郎	975-0271	北窪田集会所	第二月曜日
高井すみれ会	武智 勇	975-3074	高井集会所	年間行事による
北久米老友会	橋本 亀一	975-0853	北久米集会所	年12回
南久米 クローバーの会	乃万 修二	976-0314	南久米集会所	第四土曜日

小野地区高齢クラブ連合会

クラブ名	会長 (H27.5.1 現在)	電話番号	実施場所	実施日
南梅本天寿会	渡部 和道	975-3232	南梅本集会所	年間行事表
南梅本長寿会	宮内 勝正	975-4840	南梅本集会所	年間行事表
下刈屋わかやぎ会	桑名 宏長	975-2506	下刈屋集会所	偶数月 中旬
大野ちとせ会	柏原 和行	975-4749	大野集会所	偶数月 中旬
太尺寺八千代会	奥村 和孝	975-2199	太尺寺集会所	毎月10日
南梅本団地寿会	松田 紫郎	975-4384	南梅本団地・ 緑野団地集会所	毎週水・土 その他活動あり

①東鷹の子サロン

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
鷹の子分館（平井町3157-33）	代表者：森 美智子（970-3730）

～活動内容～

実施日時	活動内容
第2・4土曜日（月2回） 13:00～16:30	<ul style="list-style-type: none"> ・ 農作業 （野菜の種まき・苗植え・野菜の収穫など） ・ 健康体操 （リハビリエクササイズ・ストレッチ・命の貯蓄体操） ・ レクリエーション （ミニ盆栽・グランドゴルフ・カラオケ・囲碁・詩吟・書道等） <p>忘年会・収穫祭・食事会・お花見なども行っています。</p>
参加人数	
25名前後	
参加費（会費）	
1回 200円	
入会 ・ 参加方法	忘年会・収穫祭・食事会・お花見なども行っています。
直接、世話役（森）までご連絡ください。	



～PR～

東鷹ノ子サロンには、サロン農園があります。
 収穫した野菜を使っての収穫祭を毎年2回行っています。
 サロンには90歳の方も楽しみを持って参加されています。
 男性の参加者も多いので、男性の参加も大歓迎です。

②ハッスル会

実施場所	問合せ先・連絡先
南久米集会所（南久米322）	代表 杉原美佐子 （975-4217）

～活動内容～

実施日時	活動内容
第1・3 水曜日 13:00～16:00	<p>★お昼から和気あいあいと活動開始★</p> <ul style="list-style-type: none"> ●健康体操 ●講師の方を呼んで木工,手芸,アセリ作り・ちぎり絵の作成 ●カラオケ大会 ●地域のふれあい行事に参加 <p>日帰りの食事会・忘年会ももちろん開催！</p> <p>得意なこと・知ってもらいたいことを自分が講師として、発表して助けあったりしています。</p> <p>生き生きした活動・楽しい会話をモットーに活動しています。</p>
参加人数	
14～18名	
参加費（会費）	
1000円	
入会・参加方法	是非見学に来て下さい。自由に見に来てもらい、活動に納得してもらえた参加可能です。



～PR～

たくさんの行事をしていて、みんな仲の良い会になっています。
男性の方ぜひぜひ気軽に見学に来て下さい。皆さまの参加心よりお待ちしております。

③高井サロン

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
高井集会所（高井町1071）	代表者:安川三保子（090-1571-6514）

～活動内容～

実施日時	活動内容
第2・4木曜日（月2回） 13:00～16:00 <small>※偶数月第4木曜日（10:00～12:00）</small>	13:00 健康体操 (音楽に合わせて体操します) 13:30 レクリエーション (手芸やゲームをします) 15:00 お茶会 (おしゃべりしながらおやつをいただきます) 15:30 全員で掃除・後片付け 16:00 終了
参加人数	
15名様まで	
参加費（会費）	
1回 100円+α <small>※参加費と材料費がかかります。合計でも1,000円以上になることはありません。</small>	
入会 ・ 参加方法	他の行事として、2年に一度お花見にも出かけます。
直接、世話役（安川）までご連絡ください。	



～PR～

参加者皆さん特技があり、皆が先生で教え合っ
て、和気あいあい楽しく活動しています。
手芸など出来ない所は、お互い助け合っ
ていつも明るい笑い声が聞こえるサロンです。

④北久米サロン

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
北久米集会所（北久米町367）	池内 厚子（975-1247）

実施日時	活動内容
第1・2・3 金曜日 9:30~13:00	<p>月1回はみんなで 食事づくりをします メニューは旬のものを中心 にみんなで考えます</p> <p>手芸やゲーム 認知症予防のための 脳トレーニングにも 取り組んでいます</p>
参加人数	
12~16人（登録23人）	
参加費（会費）	
食事の時のみ¥300	
入会 ・ 参加方法	
<input type="checkbox"/> コミで広がっています ご連絡ください	



参加者はみんな仲良し
月に3回なのでわりと忙しいよ！
みんなでいろいろ考えて
お世話する人もお世話される人も
「おたがいさま」の助け合いの気持ちで支え合っています

⑤ほがらかサロン

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
県久米団地集会所（北久米町153）	大松 紀美子（975-2320）

実施日時	活動内容
第2・4土曜日 13:00～	ぬり絵やまちがい探しなどの 脳トレーニング みんなで食事会 バスがあたれば プチ旅行に行きます！ 健康体操や 支援センターからの講話！ お休みしたら みんな心配して 声をかけ合います！
参加人数	
18～20人（登録人数24～25人）	
参加費（会費）	
1回 ￥100	
入会 ・ 参加方法	
当日来て下さって大丈夫！ 団地外の方の参加もOK！	



住みなれた地域でいつまでも暮らしたい！
 それが私たちの願いです。
 そのために
 みんなで寄りあうサロンを充実させていきます！
 お近くの方なら誰でも大歓迎。お待ちしております！！

⑥来住にこここサロン

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
来住集会所（来住町651-3）	代表 大政カヨ子（976-2251）

実施日時	活動内容
第2・4（水） 13:00～15:30	<p>にこここサロンは「ものづくり」を中心に活動しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・砥部焼絵付け（コーヒーカップやお皿） ・編み物（マフラーなど） ・押し花 ・ボトルフラワー ・ビーズ作品 ・寄せ植え ・パステルアート <p>などなど・・・</p> <p>様々な講師の先生にきてもらうこともあれば、参加者が先生になってみんなで作品を作ります。</p> <p>歌の先生にも来てもらってみんなで声を出し合うこともあります。</p>
参加人数	
16～20（登録者25名）	
参加費（会費）	
1回¥100 （作品作りによって実費負担あり）	
入会 ・ 参加方法	
代表の大政さんへ連絡	



押し花を一工夫。
素敵なポーチができました！

みんな集中しています。
こんな時間がまさに介護予防につながります！！



みんなの作品です。
砥部焼のマイカップや
パステルアートです。
センスの光る素敵な作品です！

参加者の平均年齢は78歳だけど、みんな若々しく、元気いっぱいです。

にこここサロンのモットーは『笑顔と豊さ、楽しさ』
みんなで集い、話し、笑い合うことが何よりも元気の秘訣！

⑦ふれあいサロン 小野

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
サロン小野（水泥町972-1）	代表 福地民子（976-1200）

～活動内容～

実施日時	活動内容
月～金曜日（第4土曜日は開所） 〈3月～10月〉 10:00～16:00 〈11月～2月〉 10:00～15:00	☆健康体操 ☆福祉講座 ☆手芸 ☆編みもの ☆ストレッチ ☆血压測定 ☆よろず相談 ☆コーラス ☆カラオケ ☆囲碁・将棋 ☆フットケア ☆運勢鑑定 ☆パソコン ☆エコクラフト ☆暮らしの書 等々
参加人数	◎第4土曜日は 子供とお年寄りのふれあい広場 ◎喫茶コーナー お飲物（珈琲 ¥200）他 月曜日限定のカレーライス ¥250
40～45名 （定員なし・登録不要）	
参加費（会費）	
無料（喫茶は有料です）	
入会・参加方法	
年齢・性別は問いません いつでもお気軽にお越しください	



～PR～ 「小野サロン」のめざすもの

- (1) 誰もが気軽に立ち寄り、楽しくホッとくつろげる場づくりを目指します。
- (2) 寂しいとき、不安なとき、話し相手が欲しいとき寄り添ってくれる家族のような温かい雰囲気の間を目指します。
- (3) 健康づくり、生きがいづくりの間を目指します。
- (4) 特技を生かし、お互いに学び合い、世代交流の出来る間を目指します。
- (5) 広い心で出会いを喜べる、仲間づくりを目指します。

⑧サロンなのはな

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
五楽自治集会所（平井町541-2）	代表 重信温子 （975-0280）

～活動内容～

実施日時	活動内容
第2・4（土） 13:00～15:00	みんなでゆっくりしっかり体操！！ （15分くらいかけてしっかり体を動かし、温めます）
参加人数	手工芸を中心に和気あいあいと活動しています。
12～13人	時には食事会もしています。
参加費（会費）	・お花見バイキング ・そうめん流し ・いも炊き
1回¥100 （時に¥200）	・田休みの時には『稲が吸いつくように根付きますように！』と蛸づくしの料理をみんなでいただきます。
入会 ・ 参加方法	おやつはみかんや柿など まさに地産地消！！
地域での口コミで誘い合ってもらったら 代表者からご連絡します！	



木のおいが気持ち
い素敵な集会所！



息使いに注意しながら
しっかり体操！



福祉まつりに展示し
てもらいます！！

甘酒は麴から
手作り！！
自然の甘味で
絶品！！！！



～PR～

作品はみんなで足並みそろえてのんびり作ります。一度作ればみんな家でどんどん量産しています（*^_^*）
少人数だけどみんながより仲良くなり仲間意識が高まります。
教え合い、助けあい、田んぼや畑の合間に集まります！！

◎サロン ひらい

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
平井分館（平井町2642）	代表 山川 ナヲミ （975-6821）

～活動内容～

実施日時	活動内容
第1・3 金曜日 10:00～13:00	<p>おいしいお昼ごはんをみんなで和気あいあいと食べます！！</p> <p>季節ごとに趣向をこらしたお昼ごはんです。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・春にはお花見弁当 ・夏には絶品！どじょう汁 ・秋には芋炊き ・クリスマスは手巻き寿司 ・里いもやわらびたっぷりおもぐりごはん ・ばら寿司 ・たこめし ・鯛めし <p>などなどなど・・・♡</p> <p>お一人暮らしの方など食事をととても楽しみにしてくれています。</p> <p>その他「歌のボランティア」「針をなるべく使わない手工芸」「奥道後散策」「お芝居鑑賞」など。</p> <p>たまには送迎バス付きで外食も！</p>
参加人数	
20～22人	
参加費（会費）	
1回¥200 活動内容によって実費負担あり	
入会 ・ 参加方法	
代表の山川さんに連絡を	



～PR～

私たちの自慢はおいしいお食事！みなさんいつも完食です！
お休みしている人がいれば気にかけて、声をかけ合います。
初めての方でも参加しやすい雰囲気です！でひどうぞ！！

⑩ひまわり会

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
上苅屋分館（平井町1127）	代表者：福岡 洋子（975-4869）

～活動内容～

実施日時	活動内容
第2・4土曜日（月2回） 13：00～16：00	13：00 健康体操 （音楽に合わせて体操します） 13：15 レクリエーション （主に手芸をしています）
参加人数	14：30 茶話会 （おしゃべりしながら手作りのおやつをいただく。）
25名様まで	15：00 レクリエーションの 続きをする。
参加費（会費）	16：00 終了・後片付け
1回 100円	
入会 ・ 参加方法	他の行事として、花見・芋炊き 会・クリスマス会や講師を招いて お話しして頂いたりもしていま す。
活動中にいつでも来て頂ければ、 登録方法などお伝えします。	



～PR～

主に手芸をして皆さん楽しんで頂いています。
おやつは、季節の旬の物を使って、いつも手作り
で提供しています。

⑪サロン こだまの会

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
南梅本集会所 (南梅本町934)	代表 福地民子 (975-3469)

～活動内容～

実施日時	活動内容
第1・3 (火) 13:00～15:00	南梅本町内会の回覧板で実施日をお知らせしています。
参加人数 30～40人 (サロン登録者 約120～130人)	第1火曜日は主にカラオケやディスコゲームなどを行っています。男性の方が参加しやすい雰囲気です。
参加費 (会費)	第3火曜日はおやつを手作りしています。ちょっとしたカフェの軽食風で小腹が十分満たされます。
第1 (火) ・ ・ ・ ・ ・ ¥100 第3 (火) ・ ・ ・ ・ ・ ¥200	
入会 ・ 参加方法	その他、音楽や体操、手工芸などを楽しみます。
実施日に集会所にお越しください。お待ちしております。	



～PR～
 うちのサロンが一番☆ いつもにこにこ和気あいあい♡
 毎回趣向あられるおいしいおやつ♡
 サロンで友達になってサロン以外でも声をかけ合う仲間に！！
 気兼ねもなく、まるで家族みたいに助け合って声をかけ合って活動しています！

⑫サロン みどろ

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
水泥公民分館（水泥町776）	代表 敷村 エツミ （975-3282）

～活動内容～

実施日時	活動内容
第1・3月曜日（月2回） 10:00～13:00	朝の挨拶の後、「長良川演歌」と「この街で」に合わせて健康体操で始まります。
参加人数	主にカラオケやディスコゲームなどを行っています。どなたでも参加しやすい雰囲気です。 年間8回は、講師の方を招いてお話をいただいたり、ゲーム大会を開いています。 その他、音楽や体操、手工芸などを楽しみます。
30～40人 （定員なし・登録不要）	
参加費（会費）	
200円/回	
入会 ・ 参加方法	
実施日に水泥公民分館にお越しください。 小野地区の方は、当日の自由参加です。	



水泥公民分館



健康体操



ディスコ



美味しいお食事

～PR～

小野地区の方ならば参加者の年齢は問いません☆
初めての方でも参加しやすい温かな雰囲気です♡
季節に合わせた美味しい手作りのお食事が自慢です◇
サロンで楽しんでいつでも声をかけ合う仲間になりましょう！！

⑬ふれあいサロン 日吉

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
南梅本分館（南梅本町346-1）	代表 渡部 晴子（975-0883）

～活動内容～

実施日時	活動内容
<第2日曜日> 12:00～15:00 <第4土曜日> 13:00～15:00	☆健康チェック ☆生涯学習 ☆ストレッチ体操 ☆カラオケ ☆レクリエーション ☆戸外活動 ☆介護保険について ☆童謡 ☆フットケア ☆見学会
参加人数	
30～35名 (定員なし・登録不要)	
参加費（会費）	
<日曜日> 300円/回（食事付） <土曜日> 100円/回（食事無）	
入会 ・ 参加方法	日吉のテーマソング「手のひらを太陽に」の唄でスタートします。 季節の食事を楽しんで、20分くらいのストレッチ体操、カラオケ、ゲーム遊び等の後、コーヒー等で休憩しながら一ロアドバイス及びクイズ遊びをします。
年齢・性別は問いません いつでもお気軽にお越しください	



～PR～

四季を感じられるお食事と喫茶の雰囲気でのコミュニケーション
 8名のボランティアが温かくお迎えします♡
 地域の親しい友達で集うのも善し、新しい友達を増やすのも善し、
 どこで会ってもいつでも声を掛け合う仲間になりましょう！！

⑭サロンおおの

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
大野集会所 大野分館 (北梅本町759)	代表者：宮内 悦子 (975-2474)

～活動内容～

実施日時	活動内容
第3木曜日 (月1回) 13:00～15:00	13:00 健康体操 (軽い健康体操をしている。)
参加人数	13:30 レクリエーション (手芸・輪投げ・歌など色々行っています。)
23名様まで	14:30 茶話会 (おしゃべりしながら手作りのおやつをいただく。)
参加費 (会費)	15:00 解散・後片付け
1回 100円	
入会 ・ 参加方法	他の行事として、遠足に出かけたり、講師を招いてお話しして頂いたりもしています。
活動時に来て頂ければ、登録方法などお伝えします。	



～PR～

いつも明るく、笑いの絶えないサロンです。
地区内の結束が強く、皆仲良く活動しています。
おやつは、いつも手作りで提供しています。

⑮どんぐり

実施場所	問い合わせ先 ・ 連絡先
小野谷下集会所	代表 平岡 皓 (090-7624-6303)

～活動内容～

実施日時	活動内容
月2～3回（土曜日）17：00～気の済むまで 農繁期によって流動的	午後から女性たちが料理の仕込みを始め、夕方5時ころから農作業を終えた男性たちが集まり食事会がはじまります。
参加人数	
15～20名	日帰り旅行 カラオケなどの余暇活動 集会所周辺や農作業道路の草刈り、いで掃除、周辺野山の草刈り、稲刈り・・・などを助けあっています。
参加費（会費）	
一人¥5000（年間）	
入会 ・ 参加方法	小野谷の下集落の住民が自主的に助けあう活動です。 参加者それぞれが得意なことを役割として担い、教え合い、助けあっています。
農作業や野山の草刈りなどを手伝ってくれる人なら誰でもいつでも参加できます。	



仕出し料理みたいに豪華な手作り食事!!!

カラオケで盛り上がる代表平岡さん!!!



食事風景は和気あいあい農作物の出来具合を語る!

～PR～

約20年前に、住民どうしが声をかけ合い、寄付を募り、場所づくりをおこなってきた。

「どんぐり」という名称は今は亡き小野小学校校長渡部昇先生からいただいたもの。

『どんぐりの背比べ』という言葉どおりどんぐりは与党も野党も上下関係もない『仲の良い集団』ということ。若い人も加わり、活気のある雰囲気になってきている。

この集落の一員として一緒に活動してくれる人大募集中!!!

で自分らしく生活し続けるために

知っておきたいこと

これ！って
虐待？



心理的虐待

- ・わざと、大きな音を立てる、大声を出す
- ・できないことを指摘したり笑ったりする
- ・子どもに話すような言葉遣いで接する

身体的虐待

- ・痛みを伴うような無理な介護をする
- ・医学的根拠のないリハビリを無理強いする

性的虐待

- ・性器への接触、性的行為を強要する
- ・排泄の失敗に対し、懲罰的に裸にして放置

ネグレクト（介護放棄）

- ・体調が悪くても病院に連れて行かない
- ・偏った食事の提供
- ・冷暖房を適切に使わない

経済的虐待

- ・食費や生活費を十分に渡さない
- ・年金が十分あるのに適切なサービスを受けさせない

虐待は、されている人も、している人も自覚があるとは限りません。

虐待の例をいくつか挙げてみました。あなたの近くにいませんか？

疑わしいと思ったら相談してください。

「介護する方」も「介護される方」も「周囲で見守る方」も幸せになる方法を一緒に考えましょう。どんなことでもご相談ください。

松山市地域包括支援センター小野久米地区 089-970-3761

高齢者を消費者トラブルから守る

～地域で安心して暮らすために～

消費者トラブルは身近にあります。高齢者が狙われやすい理由として「騙されたことに気が付きにくい」「被害に遭っても相談しないことが多い」という特徴があります。

○高齢者に被害が多い悪徳商法には次のようなものがあり、電話勧誘から始まる事が多いようです。

- ・貴金属の訪問購入：「不要になった古着や靴など買取します。」と電話があり、訪問を依頼すると、「貴金属はありませんか?」と言って貴金属を見せるように仕向け安く買い取っていく。
- ・点検商法（排水枘・屋根修理・外壁塗装）：点検を装って訪問し、「修理が必要」と言って修理工事を契約させる。
- ・催眠商法（SF 商法）：仮店舗などに頻繁に通わせて無料体験させ、効果があると洗脳し最終的に購入させる手口。
- ・プロバイダ変更の電話勧誘：大手電話会社の名前を告げて、「今より利用料が安くなる」と言って契約を承諾させ、パソコンで遠隔操作を行い、契約書を送付。「解約したい」と言うと言約金を請求してくる。
- ・アダルトサイトのワンクリック詐欺：アダルトサイトで、無料動画を見ようとクリックすると、料金請求画面が表示され、あわてて業者に電話してしまい被害に遭う。
- ・東京オリンピックや年金・マイナンバーなど、社会情勢に応じた手口

★見守り者が心がけるポイント

① 変化に気付く観察眼を持つ

- ・見慣れない人の出入りの形跡がないか・不審な契約や請求書
- ・本人に不要と思われる物の購入がある・不在通知などがある
- ・お金の困っている様子がうかがえる

② 気軽に話し合える関係を築く

③ 日頃から接している身近な人による声かけ

★被害に遭っていることに気付いたら

本人を責めたり叱ったりせず、まず被害に遭った人の気持ちに寄り添い話を聞く

相談先

- 消費者ホットライン「188」に電話（匿名での相談が可能）
- 消費者生活センター（松山市役所本館1F）に相談（具体的な対応のアドバイス）
- 地域包括支援センターに相談する（判断力の低下した方のフォロー）
- 警察に連絡（犯罪の可能性があれば）



○高齢者に日常的に接している方々が、まず変化に気付き相談機関につなぐことが重要です。安心して地域で生活できるように皆さんも見守り者の一員としてご協力をお願いします。

▶▶▶事業所別50音順索引◀◀◀

	事業所名	ページ・地図No.
あ	アイゼン訪問介護支援センター 居宅介護支援事業	31
	アイゼン訪問介護支援センター 訪問介護支援事業	31
	アシストジャパンデイサービスセンター1号館	33
	石井訪問介護支援センターおあしす	2
	愛媛生協病院	6
	愛媛生協病院デイケア どんぐり	6
か	介護付き有料老人ホームパートナーハウスかとれあ	18
	介護付き有料老人ホームハッピー南久米	7
	介護老人福祉施設ていれぎ荘	29
	居宅介護支援事業所あいえ	8
	居宅介護支援事業所愛媛生協病院	6
	居宅介護支援事業所鷹の子病院・たかのご館	4
	居宅介護支援事業所梅本の里	28
	居宅介護支援事業所久米窪田クリニック	22
	居宅介護支援事業所ていれぎ荘	29
	居宅介護支援事業所なでしこ	18
	居宅介護支援事業所ユミーケア松山	19
	居宅介護支援事業所ライトケア	20
	ぐるうぷほうむ3丁目	12
	ぐるうぷほうむ54番地	12
	グループホームあゆみ	34
	グループホームウェルケアみどろ	23
	グループホーム梅本の里	28
	グループホームおあしす	2
	グループホーム風花	24
	グループホーム元気家	10
	グループホーム里山	35
	グループホームしらゆり	13
	グループホームパートナーハウスこすもす	18
	グループホームパートナーハウスすずらん	18
	グループホームファミリー	32
	グループホーム我が家	10

	事業所名	ページ・地図No.
	ケアサポートまつやま	24
	ケアハウス梅本の里	28
	ケアハウス来住	25
	ケアハウスていれぎ荘	29
み	サービス付き高齢者向け住宅かなりあ	22
	在宅ケアステーションたんぽぽ	6
	在宅ケアセンターひなたぼっこ	26
	事業所内託児所梅本の里・小梅	28
	四国医療サービス株式会社福祉事業部愛媛事業所	27
	指定居宅介護支援事業所おあしす	2
	しょうきぼたきのうほうむ3丁目	12
	小規模多機能ホームてとて	24
	ショートステイ梅本の里ゆにっと	28
	ショートステイ来住	30
	ショートステイなでしこ	18
	ショートステイ陽だまり	6
	ショートステイ伊央里	21
た	鷹の子病院	4
	鷹の子病院通所リハビリテーション	4
	短期入所生活介護梅本の里	28
	短期入所生活介護事業所ていれぎ荘	29
	通所介護事業所ていれぎ荘	29
	通所リハビリテーション久米窪田クリニック（ゆりの苑）	22
	デイサービス来住	24
	デイサービスセンターウェルケアみどろ	23
	デイサービスセンター梅本の里	28
	デイサービスセンター梅本の里・小梅	28
	デイサービスなでしこ	18
	デイサービスほわいと	17
	デイサービス伊央里	21
	トーカー居宅介護支援事業所	14
	トーカー福祉用具貸与事業所	14
	ドリーム・サポート訪問看護ステーション	15
	特別養護老人ホーム梅本の里	28

	事業所名	ページ・地図No.
	特別養護老人ホーム梅本の里ゆにっと	28
な	中川病院居宅介護支援	5
	中川病院居宅療養管理	5
	中川病院通所リハビリ	5
	中川病院訪問看護	5
	中川病院訪問リハビリ	5
	ニチケアセンターたかのこ（居宅介護支援）	16
	ニチケアセンターたかのこ（福祉用具貸与）	16
	ニチケアセンターたかのこ（訪問入浴介護）	16
は	東松山居宅介護支援事業所	3
	東松山訪問介護支援事業所	3
	東松山訪問看護ステーション	3
	ベストケア・デイサービスセンター来住	30
	ヘルパーステーションかのう	22
	訪問介護あかり	9
	訪問介護支援事業所ひばり園	36
	訪問介護事業所梅本の里	28
	訪問介護事業所ていれぎ荘	29
	訪問介護事業所なない	1
	訪問看護ステーションたかのこ館	4
	訪問看護ステーションおひさま	11
	訪問看護ステーションたんぽぽ	6
	訪問看護ステーションてとて	24
	訪問看護ステーションひなたぼっこ	26
ま	松山リハビリテーション病院	3
や	ユーミーケアたかのこデイサービス	19
	ユーミーケアたかのこショートステイ	19
ら	楽楽パワリハ援達磨「来住」	37
	療養通所介護ひなたぼっこ	26
	老人保健施設高井の里	3
	老人保健施設たかのこ館	4

▶▶▶サロン別50音順索引◀◀◀

	事業所名	ページ	地図No.
か	来住にここにこサロン	P45	⑥
	北久米サロン	P43	④
さ	サロンおおの	P53	⑭
	サロンこだまの会	P50	⑪
	サロンなのはな	P47	⑧
	サロンひらい	P48	⑨
	サロンみどろ	P51	⑫
た	高井サロン	P42	③
	どんぐり	P54	⑮
は	ハッスル会	P41	②
	東鷹の子サロン	P40	①
	ひまわり会	P49	⑩
	ふれあいサロン小野	P46	⑦
	ふれあいサロン日吉	P52	⑬
	ほがらかサロン	P44	⑤

松山市地域包括支援センター小野・久米地区

あなたの街の相談窓口、支援センターです。

松山市からの委託事業です。



公正・中立を確保するために地域住民や関係職種による

「地域包括支援センター運営協議会」が運営に関わっています。

委託業務内容

1. 総合相談業務
2. 権利擁護業務
3. 介護予防業務
4. 包括的・継続的ケアマネジメント業務

◆どんな人が相談、対応してくれるの？

保健師（または経験豊富な看護師） 社会福祉士 主任ケアマネージャー

◆あなたの「困った」ことをご相談ください。

- ・介護保険などの福祉サービスを利用したい。
- ・一人暮らしで心配や不安がある。
- ・認知症のことが心配。家族の認知症で困っている。
- ・家の中のお風呂やトイレが使いづらくなって不安。
- ・近所のお年寄りのことが心配で気にかかる。
- ・もうすぐ退院するけど、前のように生活できるかしら？
- ・介護を頑張っているけど、このままでは不安。



◆あなたのイキイキ生活をサポートします。

- ・高齢者虐待や悪質商法の予防を推進します。
- ・孤独、孤立のない街づくりを目指します。
- ・認知症や寝たきり予防のできる街づくりを目指します。
- ・みんなが支え支えられるあたたかい街づくりを目指します。

～お電話でもご来所でも相談を受け付けます。訪問しての相談も承ります～

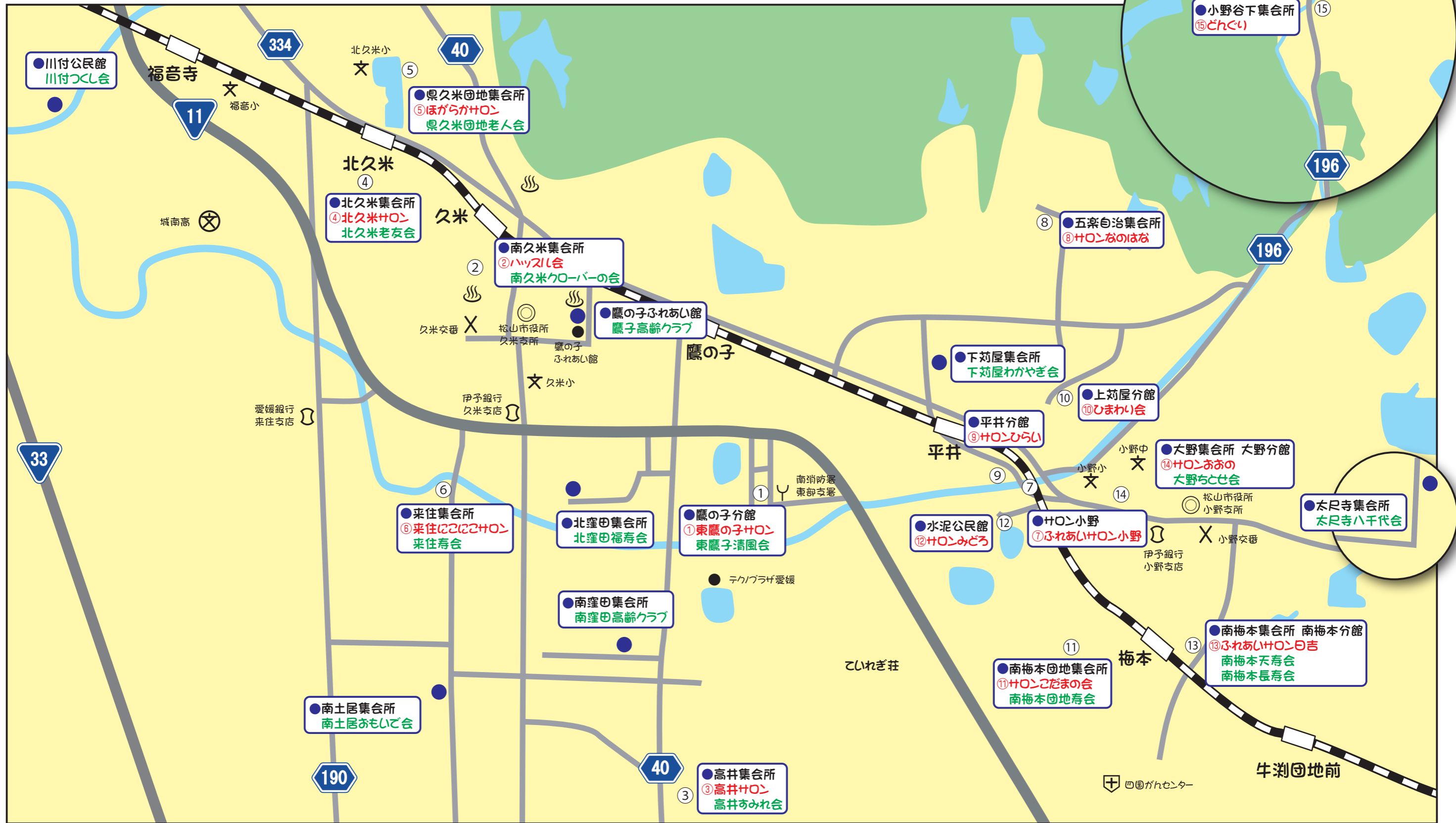
名称	松山市地域包括支援センター小野・久米地区
担当地域	小野・久米
所在地	松山市南土居町 67-1
連絡先	☎089-970-3761
メール	houkatsu.s-kume@jikyokai.or.jp



2013/5/20

小野・久米地区 サロン 高齢クラブ 一覧MAP

サロン ... 赤
 高齢クラブ ... 緑



発行日 2016年3月22日
発行元 小野・久米地区地域連携を考える会
(平成27年度 松山市在宅医療充実強化事業)
事務局 松山市地域包括支援センター小野・久米地区
〒791-1116 松山市南土居町67-1
TEL:089-970-3761
印刷所 株式会社明朗社
〒71-2112 伊予郡砥部町重光150番地1
TEL:089-958-6868