



「もの忘れ
増えたなあ」

「どこに相談
すれば良いの？」

「ひょっとして
認知症かも？」

「ちょっと前の事を
忘れるわ・・・」

「話を聞いて欲しいわ」



『もの忘れ？』 **不安・心配** まず相談！



医師によるもの忘れ相談

毎月第3木曜日

①14:00～15:00 ②15:00～16:00 ※各1名 要予約

こんな方が対象です

・最近物忘れが多くなってきたので、認知症なのか不安になる。専門病院に本人を受診させたいが行きたがらない。病院に行く前に相談したい。等

臨床心理士による介護者等相談

毎月第4木曜日

①10:00～11:00 ②11:00～12:00
※各1名 要予約

こんな方が対象です

・認知症についての知識や認知症高齢者本人に対する接し方を知りたい。認知症と診断されて気持ちが落ち込んでいる。誰かに話を聞いてもらいたい。等

認知症初期集中支援チーム

最長6ヶ月間フォロー

こんな方が対象です

・認知症の方や認知症を疑われる方を対象に、必要なサービスの調整や医療機関との連携を図り、適切な治療につなげます。病院受診や、介護保険のサービスを拒んで導入が難しいとき等に、医療チームと共に本人に合わせた対応を考えます。

※どの事業も、来所・訪問どちらも対応可能です。

『**知って安心 認知症**』は、支援センター及びあんしん相談室にご用意がございます。

●問い合わせ先

町田市忠生第2高齢者支援センター

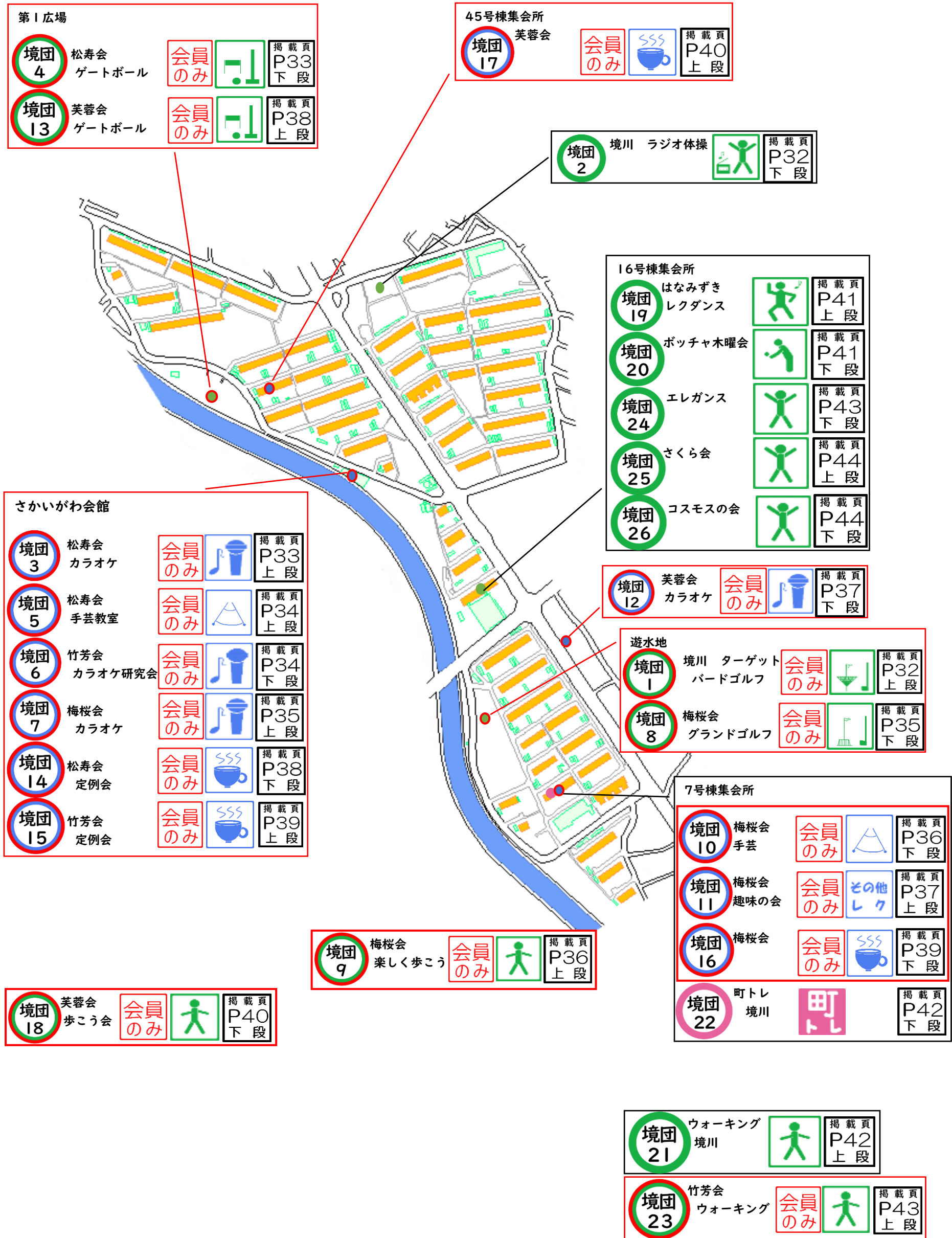
木曽あんしん相談室

電話 042-792-1105

電話 042-794-7901



境川団地 いきいきお役立ちお役立ちマップ



※この地図は国土地理院『基盤地図情報』より加工し作成しています。



町トレ



ウォーキング



ポール
ウォーキング



ボール体操



ラジオ体操



ヨガ



ダンス・踊り



ボッチャ



太極拳



吹き矢
ダーツ



ゲートボール



ターゲットゴルフ



グランドゴルフ



卓球



その他の
体操・運動



カラオケ



コーラス



詩吟



調理



脳トレ



製作



茶話会



映画鑑賞



音楽鑑賞



絵手紙



折り紙



編み物
手芸



朗読



学ぶ



囲碁
将棋
麻雀



その他の
レクリエーション



読書会



Dカフェ



ボランティア



相談



買い物支援



外出支援



生活支援
手伝い等



会員
のみ
会員限定
サービス（要入会）



その他
サービス
その他の
サービス



境川 ターゲットバードゴルフ



内容

老人クラブ

活動（営業）日

火、木 12:30 - 15:00

費用・報酬等

2,000円 / 年入会金 1,000円

所在地

境川団地 11号棟横の遊水地
木曾東 2-8

お問い合わせ先

080-1170-9810
神田 義光



境川 ラジオ体操



内容

仲間でコンサートに行ったり、歩きに出かけています！

活動（営業）日

毎朝 6:30 - 6:45

費用・報酬等

200円 / 年
電池代として

所在地

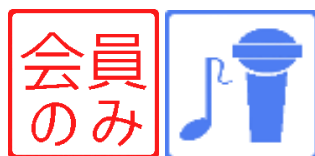
境川団地 33号棟横の公園

お問い合わせ先

042-794-7901
木曾山崎あんしん相談室



松寿会カラオケ



内容

老人クラブ

活動（営業）日

月2回 第1、第3月曜日

費用・報酬等

200円/1回につき

所在地

さかいがわ会館
木曾東2-10-2

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



松寿会ゲートボール



内容

老人クラブ

活動（営業）日

水・土・日9:00-12:00

費用・報酬等

無料

所在地

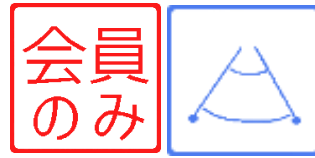
第1広場
木曾東2-12

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



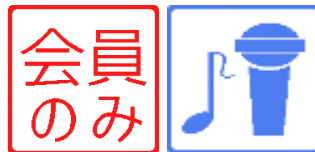
松寿会手芸教室



内容	老人クラブ
活動（営業）日	第1、第3木曜 13:00-15:00
費用・報酬等	無料
所在地	さかいがわ会館和室 木曾東2-10-2
お問い合わせ先	042-792-0225 境川団地自治会事務所



竹芳会カラオケ研究会



内容	老人クラブ
活動（営業）日	第3土曜日 12:30-15:00
費用・報酬等	100円/月
所在地	さかいがわ会館 木曾東2-10-2
お問い合わせ先	042-792-0225 境川団地自治会事務所



梅桜会カラオケ



老人クラブ

内容

活動（営業）日 第2、4月曜 13:00-17:00

費用・報酬等 200円/回

所在地 さかいがわ会館
木曾東2-10-2

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



梅桜会グランドゴルフ



老人クラブ

内容

活動（営業）日 (第3金曜を除く) 毎週金曜 10:00-11:30

費用・報酬等 無料

所在地 境川団地11号棟横の遊水地

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



梅桜会楽しく歩こう



内容

老人クラブ

活動（営業）日

水曜 10:00※11月より変更

費用・報酬等

無料

所在地

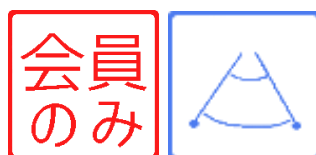
境川橋出発

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



梅桜会手芸



内容

老人クラブ

活動（営業）日

第1、3月曜13:00-16:00

費用・報酬等

無料

所在地

境川団地7号棟集会所
木曾東2-8

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



梅桜会趣味の会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

木曜 13:00-17:00

費用・報酬等

無料

所在地

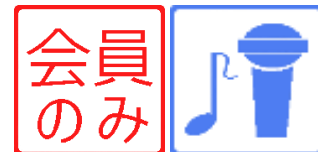
境川団地7号棟集会所
木曾東2-8

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



芙蓉会カラオケ



内容

老人クラブ

活動（営業）日

第2、第3、4金曜（月3回）
12:00-16:00

費用・報酬等

基本会費より負担 ※但し、飲食代別

所在地

福ちゃん
木曾東1-36-10

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



芙蓉会ゲートボール



内容

老人クラブ

活動（営業）日

月曜 9：00 - 12：00

費用・報酬等

無料

所在地

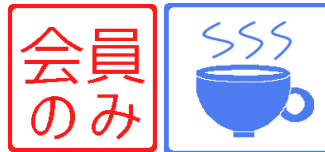
第1広場
木曾東2-12

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



老人クラブ 松寿会定例会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

第3, 第4火曜日 12：00 - 16：00

費用・報酬等

200円/月※誕生日の方は無料

所在地

さかいがわ会館
木曾東2-10-2

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



老人クラブ 竹芳会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

第3土曜日 12:00-16:00

費用・報酬等

100円/月

所在地

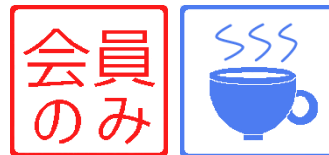
さかいがわ会館
木曾東2-10-2

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



老人クラブ 梅桜会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

第3金曜 13:00-16:00

費用・報酬等

100円/月※時々300円

所在地

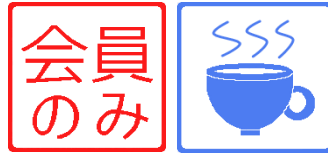
境川団地7号棟集会所
木曾東2-8

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



老人クラブ 芙蓉会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

第3水曜 12:00-14:00

費用・報酬等

300円/月

所在地

境川団地45号棟集会所
木曾東2-11

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



芙蓉会歩こう会



内容

老人クラブ（芙蓉会）

活動（営業）日

毎週火曜 10:00から1時間※体調等に合わせて実施

費用・報酬等

無料

所在地

不確定

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



はなみずきレクダンス



内容

懐かしいメロディーからJ-POPまで、
様々な曲に合わせて踊れる楽しいレクダンス
です。

活動（営業）日

第1、2、3、4火曜10:00-12:00

費用・報酬等

1,600円（月4回）

所在地

境川団地16号棟コミュニティサロン

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



ボッチャ木曜会



内容

みんなで仲良くやっています。

活動（営業）日

第2、4木曜

費用・報酬等

なし

所在地

境川団地16号棟集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



ウォーキング境川



内容

歩く場所はその時に行きたい場所へ。そんな気軽さが長続きの秘訣。

活動（営業）日

第1火曜

晴れの日 10:00-12:00

雨の日 11:00 集合

費用・報酬等

無し

所在地

町田市内の公園など横浜や新宿御苑まで行くことがあります。

お問い合わせ先

042-792-1105

忠生第2高齢者支援センター



町トレ境川



内容

町トレ

活動（営業）日

毎週火曜 9:30-11:30

費用・報酬等

当面無料

所在地

境川団地7号棟集会所

お問い合わせ先

042-792-1105

忠生第2高齢者支援センター



竹芳会ウォーキング



内容

老人クラブ

活動（営業）日

毎週金曜 9:00-10:00

費用・報酬等

無料

所在地

境川ゆっくりロード

お問い合わせ先

042-792-0225
境川団地自治会事務所



エレガンス



内容

健康体操など

活動（営業）日

毎週火曜 13:45-15:15
必要なもの バスタオル、上履き、ヨガマットはあればそれぞれバックに入れてお持ち下さい。

費用・報酬等

1,300円/月

所在地

境川団地16号棟集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



さくら会



内容

健康体操など

活動（営業）日

毎週木曜 10:00-11:30
※第1、3、4木曜のみ講師あり

費用・報酬等

1,500円/月 初回500円

所在地

境川団地16号棟集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



コスモス会



内容

健康体操など

活動（営業）日

毎週土曜 10:00-11:30
※第1、3、4土曜のみ講師あり

費用・報酬等

1,500円/月 初回500円

所在地

境川団地16号棟集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター

本冊子発行後、活動日が変更や休止、会費等が変更となっている団体もあります。まずは忠生第2高齢者支援センターもしくは木曾あんしん相談室へお問い合わせ下さい。

見守り講座のご案内

～地域の見守りについて一緒に学びませんか？～

「ミニ講義ができました！」



地域の中で、1人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯が増え続けています。地域によっては2人に1人が高齢者というところもあります。「見守り」とは高齢者の異変に早やく気づき、必要な支援につなげていくことです。今まで行ってきた約90分のレギュラー講座に加え、地域の皆さまが受講しやすいよう、30分程度の「見守りミニ講座」が開始となりました。



☆☆見守りミニ講座☆☆

対象：見守りについて学んでみたい方や自主活動グループ（自治会、老人クラブ、地域の団体、町トレグループなど）

人数：5名以上

内容：「見守り」とはなにか？異変への気づきのポイントなど

費用：無料

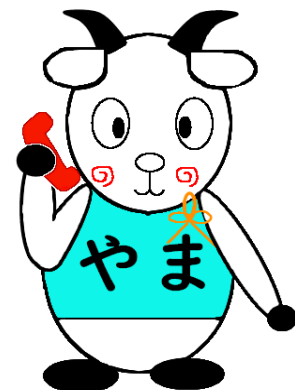
普段の活動の前後にご利用いただけますので、ぜひご検討ください！

お問合せ先

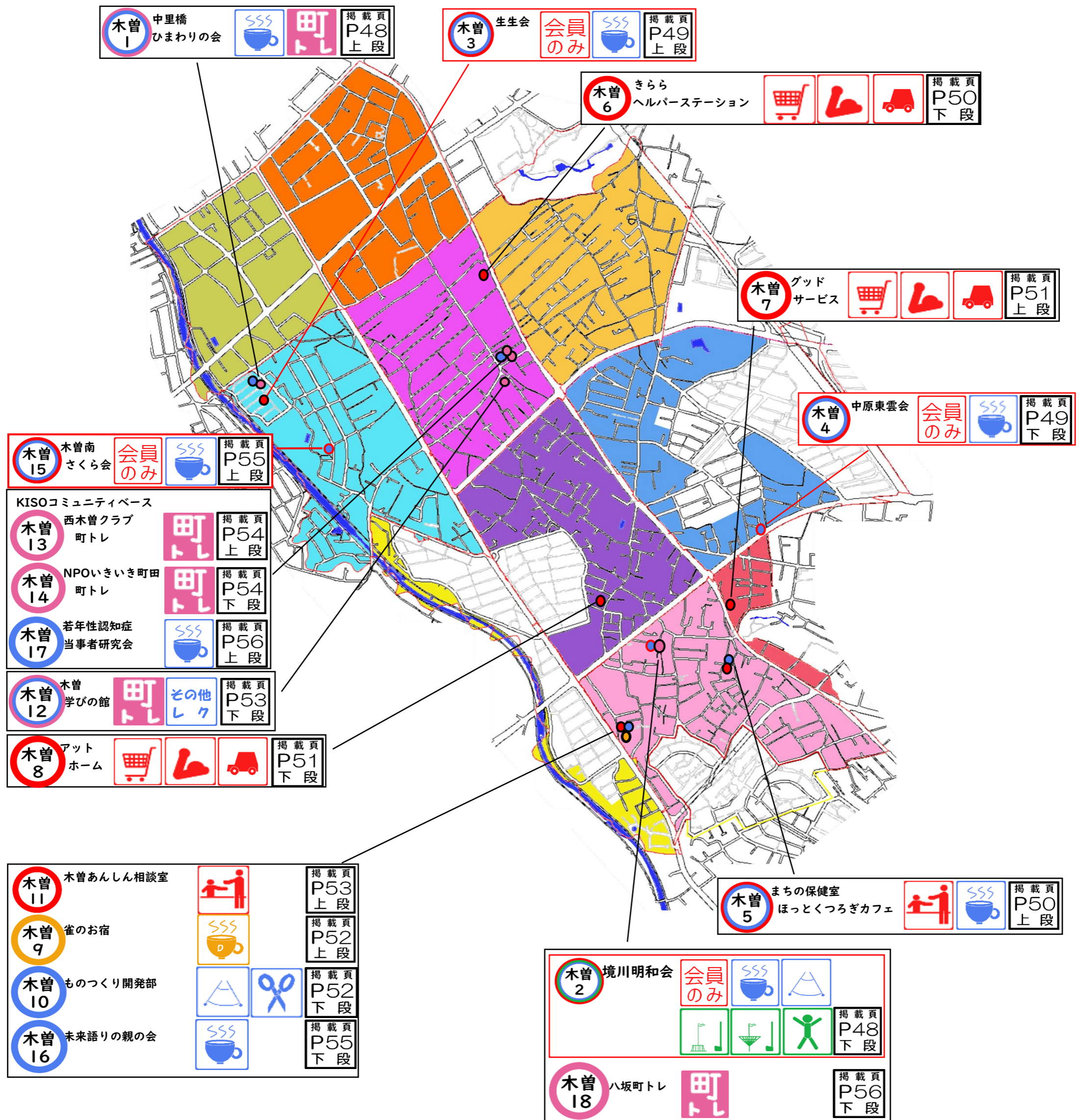
忠生第2高齢者支援センター

042-792-1105

8:30～17:00（日曜、祝日休み）



木曽地区 いきいきお役立ちマップ



※この地図は国土地理院『基盤地図情報』より加工し作成しています。



町トレ



ウォーキング



ポール
ウォーキング



ボール体操



ラジオ体操



ヨガ



ダンス・踊り



ボッチャ



太極拳



吹き矢
ダーツ



ゲートボール



ターゲットゴルフ



グランドゴルフ



卓球



その他の
体操・運動



カラオケ



コーラス



詩吟



調理



脳トレ



製作



茶話会



映画鑑賞



音楽鑑賞



絵手紙



折り紙



編み物
手芸



朗読



学ぶ



囲碁
将棋
麻雀



その他の
レクリエーション



読書会



Dカフェ



ボランティア



相談



買い物支援



外出支援



生活支援
手伝い等



会員
のみ
会員限定
サービス（要入会）



その他
サービス
その他の
サービス



中里橋ひまわりの会



内容

折り紙やお手玉や手芸、体操など様々なことに取り組んでいます。お茶を飲んで会話を楽しみながら活動をしています。

活動（営業）日

毎週水曜 13:00-15:00

費用・報酬等

100円/回（町トレのみ無料、お茶参加の場合）

所在地

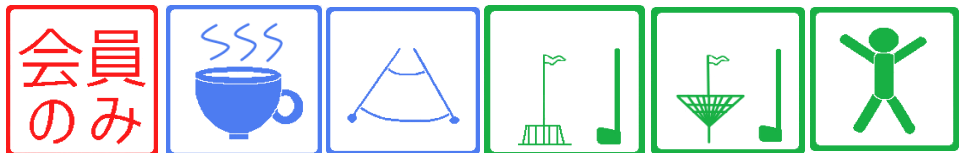
都営中里橋第2集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



境川明和会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

定例会：第2水曜日 10:00から
あみもの・手芸：第2、第4月曜日 13:30から
マットス：火曜日：13:30
グランドゴルフ：月曜日・水曜日・金曜日 9:00~11:00
バードゴルフ：火曜日、木曜日 9:00もしくは9:30より

費用・報酬等

1,200円/年

所在地

主に八坂会館

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



生生会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

要確認

費用・報酬等

要確認

所在地

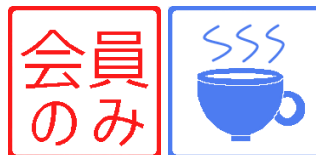
主に都営中里橋第2集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



中原東雲会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

要確認

費用・報酬等

要確認

所在地

主に中原自治会館

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



まちの保健室 ほっとくつろぎカフェ



内容

認知症の本人、その家族、地域の方々やボランティアの集まり。お互いに認め合い支え合う関係づくり。

活動（営業）日

第4日曜 13:00-15:00

費用・報酬等

所在地

デイサービスひまわりの隣（木曾東1丁目）

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



きららヘルパーセンター



内容

買物代行
介護保険と障害福祉のサービスを提供。重度障害や同行援護も実施。
外出支援、移動支援

活動（営業）日

費用・報酬等

自費：2,500円/時間
早朝夜間深夜日祝：3,150円/時間

所在地

木曾西4-35-41

お問い合わせ先

042-794-1661



グッドサービス



内容

買物代行
生活支援
外出支援

活動（営業）日 日曜、年末年始休み 9：00－16：00

費用・報酬等 2,502円／時

所在地 木曾町500

お問い合わせ先 042-729-1823



アットホーム



内容

1 買物代行
2 買物付き添い
電話で予約相談
3 生活支援
4 外出支援

活動（営業）日 年中無休

費用・報酬等 2,000円／時

所在地 木曾東3-15-13

お問い合わせ先 042-851-9252



雀のお宿



内容

認知症の人本人、介護している人、認知症のことが気になる地域の人が集って語り合うDカフェです。

活動（営業）日

第2、第4木曜日 14:00-16:00

費用・報酬等

所在地

木曾東1-34-10
ちひろマンション101

お問い合わせ先

042-794-7901
木曾あんしん相談室



ものづくり開発部



内容

手芸等 シニアや障害のある人が使って便利なものも開発しています。

活動（営業）日

毎週水曜日 14:00~

費用・報酬等

材料費のみ

所在地

木曾東1-34-10
ちひろマンション101
木曾あんしん相談室

お問い合わせ先

042-794-7901
木曾あんしん相談室



木曾あんしん相談室



内容

主に65歳以上の方のよろず総合相談窓口です。高齢者支援センターの一部として相談を受け、必要に応じて高齢者支援センター本体につなぐ機能を持っています。

活動（営業）日
費用・報酬等

月～土 8：30～17：00（祝日、年末年始を除く）

所在地

木曾東1-34-10
ちひろマンション101
木曾あんしん相談室

お問い合わせ先

042-794-7901



木曾学びの館町トレ



内容

町トレ、その他レクリエーション等

活動（営業）日
費用・報酬等

毎週木曜日 10：00～11：45※2グループ制
500円／月

所在地

木曾観音堂内（木曾観音学びの館）

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



西木曾クラブ



内容

町トレ

活動（営業）日

毎週木曜日 9:20~10:30

費用・報酬等

検討中

所在地

KISOコミュニティベース

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



NPOいきいきまちだ町トレ



内容

町トレ

活動（営業）日

毎週水曜日 10:00から

費用・報酬等

無料

所在地

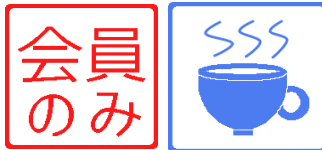
KISOコミュニティベース

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



木曾南さくら会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

第2土曜日

費用・報酬等

要確認

所在地

主に木曾南集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



未来語りの親の会



内容

生きづらさを抱える中高年のこどもと暮らす親どうしの交流の場です。引きこもり等のこどもの苦労も分かち合い、親どうしてつながりましょう。

活動（営業）日

毎月第1金曜日 14:00-16:00

費用・報酬等

無料

所在地

木曾東1-34-10
ちひろマンション101
木曾あんしん相談室

お問い合わせ先

042-794-7901
木曾あんしん相談室



若年性認知症当事者研究会



内容

65歳未満で認知症と診断された人が集まって仲間と話し合う場です。

活動（営業）日 毎月第3日曜日 11:00-15:00

費用・報酬等

所在地 KISOコミュニティベース

お問い合わせ先 090-5201-4584（松本）



八坂町トレ



内容

町トレ

活動（営業）日 毎週水曜 13:30より

費用・報酬等 無料

所在地 八坂会館

お問い合わせ先 042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター

本冊子発行後、活動日が変更や休止、会費等が変更となっている団体もあります。まずは忠生第2高齢者支援センターもしくは木曾あんしん

暮らしのミニ講座

介護保険等の様々な公的制度やその他日々の暮らしで役に立つ様々な情報など、毎月様々なテーマで行っています。

毎月 第2火曜 10:30より
※曜日変更等ある場合があります。
ポスターでご確認下さい。

場所:木曽団地1号棟コミュニティーサロン

シトラスの会

地域での事など一緒にお話ししましょう！

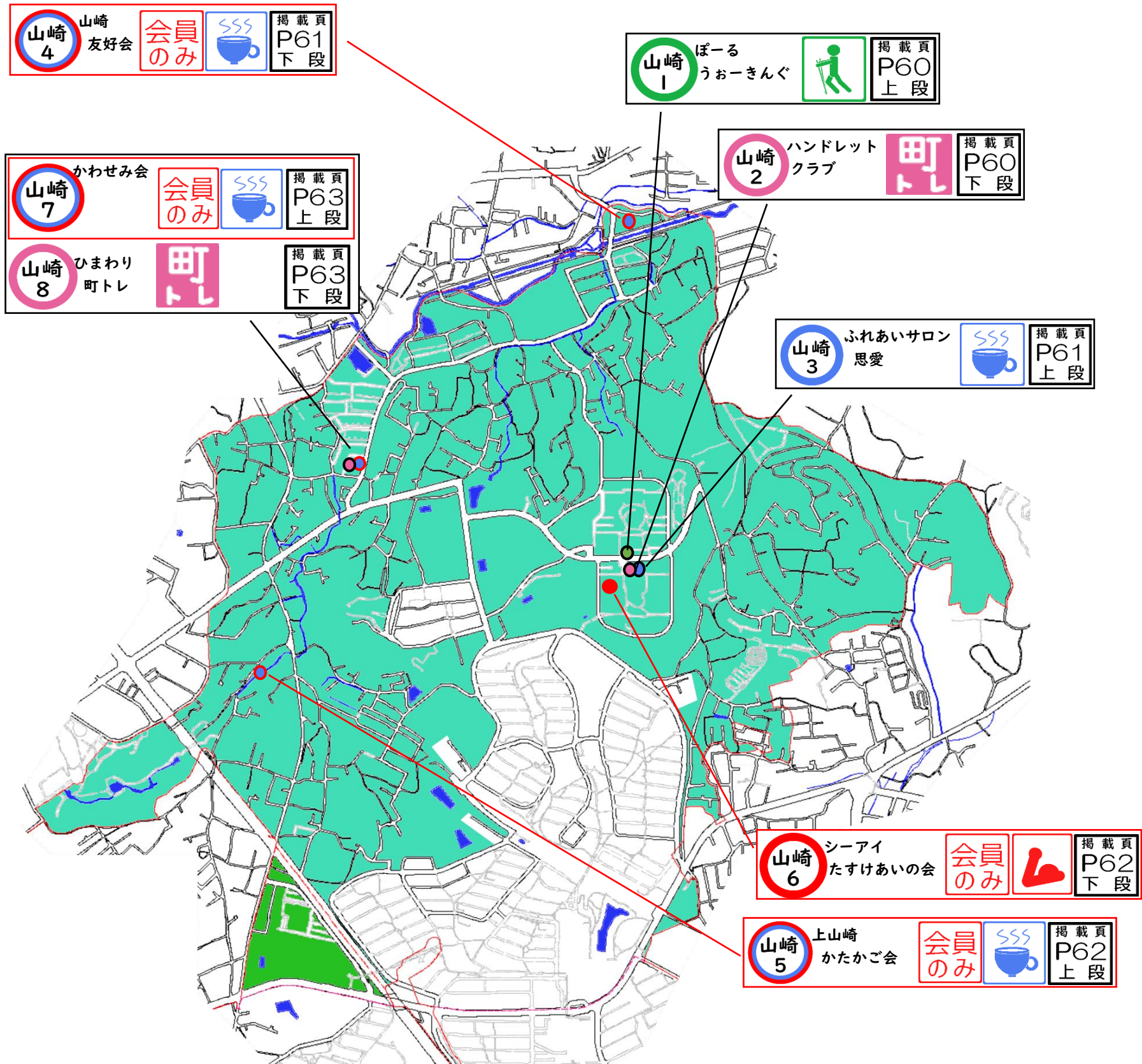
毎月 第4火曜 15:00より
※お茶代分費用負担あり

場所:ノーマライゼーションカフェ

お問合せ先
忠生第2高齢者支援センター
電話:042-792-1105



山崎町地区 いきいきお役立ちマップ



※この地図は国土地理院『基盤地図情報』より加工し作成しています。



町トレ



ウォーキング



ポール
ウォーキング



ボール体操



ラジオ体操



ヨガ



ダンス・踊り



ボッチャ



太極拳



吹き矢
ダーツ



ゲートボール



ターゲットゴルフ



グランドゴルフ



卓球



その他の
体操・運動



カラオケ



コーラス



詩吟



調理



脳トレ



製作



茶話会



映画鑑賞



音楽鑑賞



絵手紙



折り紙



編み物
手芸



朗読



学ぶ



囲碁
将棋
麻雀



その他の
レクリエーション



読書会



Dカフェ



ボランティア



相談



買い物支援



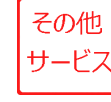
外出支援



生活支援
手伝い等



会員
のみ
会員限定
サービス（要入会）



その他
サービス
その他の
サービス



ぽーるうおーきんぐ



内容

ポールを持って山崎町の周辺を歩きます。

活動（営業）日

毎週水曜、金曜 9：30～12：00

費用・報酬等

無料

所在地

山崎公園入口前

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



ハンドレッドクラブ



内容

町トレ

活動（営業）日

毎週火曜 10：00～12：15
第4のみ 14：00～16：15
2グループに分けて各60分（入れ替え時間15分）

費用・報酬等

無料（シーアイハイツ住民）

所在地

シーアイハイツ集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



内容

ふれあいサロン思愛



ふれあいサロン

活動（営業）日

第4水曜
13:00-15:30

費用・報酬等

100円/回

所在地

シーアイハイツ第2集会棟
山崎町1356

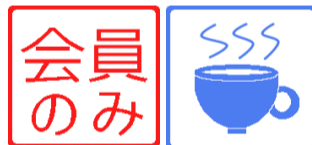
お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



内容

山崎友好会



老人クラブ

活動（営業）日

要確認

費用・報酬等

要確認

所在地

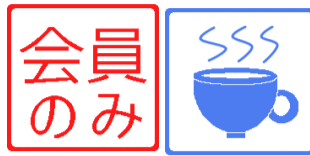
都営山崎アパート1号棟集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



上山崎かたかご会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

要確認

費用・報酬等

要確認

所在地

上山崎

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター



シーアイたすけあいの会



内容

※要相談（内容）

活動（営業）日

※要相談

費用・報酬等

所在地

たすけあい事務局
シーアイ集会棟1F D室

お問い合わせ先

090-2441-4100



かわせみ会



内容

老人クラブ

活動（営業）日

毎日午後にお茶会

費用・報酬等

要確認

所在地

都営山崎第2アパート第2集会所

お問い合わせ先

042-792-1105



ひまわり町トレ



内容

町トレ

活動（営業）日

毎週水曜 13:30より

費用・報酬等

200円/月

所在地

都営山崎第2アパート第2集会所

お問い合わせ先

042-792-1105
忠生第2高齢者支援センター

本冊子発行後、活動日が変更や休止、会費等が変更となっている団体もあります。まずは忠生第2高齢者支援センターもしくは木曾あんしん相談室へお問い合わせ下さい。

エリア外

※記載以外の団体やサービス等もありますので、詳細は高齢者支援センターもしくはあんしん相談室へご相談下さい。



町田健康吹き矢サークル



内容

腹式呼吸のゆったり動作で十分に体内の気力を高めます。吹き矢を印にあてて点数を競うことができます。健康増進とコミュニティづくりにとっても良いです。まずは見学、無料の体験会へどうぞ！

活動（営業）日

木曜 13:00 - 17:00

費用・報酬等

3,200円（4回×800円）

所在地

忠生市民センター
忠生3-14-2

お問い合わせ先

042-792-0316
090-9340-8406



ましゅまろ



内容

1 買物代行
2 買物付き添い

活動（営業）日

日曜、夏季年末年始休み 9:00 - 18:00

費用・報酬等

2,500円/時

所在地

本町田2886

お問い合わせ先

042-727-7445