

身近な場所で、気軽に集える 居場所づくりを応援します

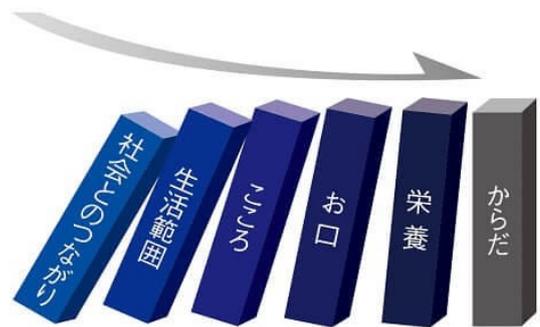
石巻市では、高齢者の要介護状態の予防、地域活動を通じた役割や生きがい作り、社会的孤立感の解消、地域での支え合い体制を推進し、いつまでも住み慣れた地域で暮らせるための活動を応援します。

サロン活動等の社会参加は、元気の特効薬！

自らの意思で社会参加をすることで、新しい友人に出会えたり、地域とのつながりができたり、社会貢献によるこころの充実感を得られ生きがいを感じられるなど、心身に良い影響を及ぼすと言われています。

フレイル（加齢により心身が衰えた状態）は、社会とのつながりを失うことが入り口となり進行していきます。

自分のため、仲間のため、地域のために、住み慣れた地域でのサロン活動を始めてみませんか？



ドミノ倒しにならないように！

5

活動内容

- 実施回数 月2回以上の実施
(6か月以上継続実施)
- 実施時間 1回2時間程度
- 参加対象者 65歳以上の高齢者が
5人以上参加していること
(高齢者以外も参加可能)
- 注意
自主活動（主催）に対する補助金です。
地域包括支援センターが主催する教室や
多団体主催の行事、町内会主催の行事への
参加だけでは、自主活動にはなりません。
(共催であれば可能)
- 活動例
高齢者が参加しやすい場所で、楽しく活動
できるような内容で実施してください。
 - ・料理教室、健康講座
 - ・体操（いきいき100歳・ダンベル等）
 - ・手芸、ものづくり
 - ・囲碁、麻雀
 - ・畑作り、草取り、花作りなどの園芸
 - ・パークゴルフやグラウンドゴルフ
 - ・その他（コーラス、季節の行事、お茶のみ等）

助成額 (1会場あたり)

- 1回につき1,000円
(月上限10,000円)
会場費、消耗品費などにあてられます。

手続きについて

- まずは、介護福祉課、各総合支所市民福祉課に
お問い合わせください。

所定の様式を記載の上、提出していただきます。
(様式は、石巻市のホームページよりダウン
ロードすることもできます。)

書類の提出先

- 介護福祉課 高齢福祉係
- 各総合支所市民福祉課
- ※市ホームページで各団体の活動内容や申請方法を
確認できます。
また、様式のダウンロードもできます。

高齢者の介護予防・健康づくりや生活支援などのご相談は

石巻市地域包括支援センター

担当地域	名 称	住 所	電話番号
中央	石巻市中央地域包括支援センター	石巻市門脇町一丁目 2-21	0225-21-5171
稲井 住吉	石巻市稲井地域包括支援センター	石巻市大瓜字箕輪 17	0225-93-8166
蛇田	石巻市蛇田地域包括支援センター	石巻市蛇田字小斎 61-1	0225-92-7355
山下・釜・ 大街道	石巻市山下地域包括支援センター	石巻市山下町二丁目 1-5	0225-96-2010
渡波 荻浜	石巻市渡波地域包括支援センター	石巻市新成一丁目 7-1	0225-25-3771
湊	石巻市湊地域包括支援センター	石巻市緑町二丁目 1-1	0225-90-3146
河北	石巻市河北地域包括支援センター	石巻市大森字内田 1-28	0225-61-1252
雄勝	石巻市雄勝地域包括支援センター	石巻市雄勝町小島字和田 123	0225-61-3732
河南	石巻市河南地域包括支援センター	石巻市鹿又字八幡前 15	0225-86-5501
桃生	石巻市ものう地域包括支援センター	石巻市桃生町中津山字八木 46-3	0225-76-5581
北上	石巻市北上地域包括支援センター	石巻市北上町橋浦字大須 215	0225-61-7023
牡鹿	石巻市牡鹿地域包括支援センター	石巻市鮎川浜清崎山 7	0225-44-1652

介護保険に関するお問合せ・ご相談は

介護福祉課・各総合支所市民福祉課

名 称	住 所	電話番号
石巻市役所 介護福祉課	石巻市穀町 14 番 1 号	0225-95-1111(内 2444)
河北総合支所 市民福祉課	石巻市相野谷字旧会所前 12 番地 1	0225-62-2117
雄勝総合支所 市民福祉課	石巻市雄勝町雄勝字下雄勝 12 番地 42	0225-57-2113
河南総合支所 市民福祉課	石巻市前谷地字黒沢前 7 番地	0225-72-2112
桃生総合支所 市民福祉課	石巻市桃生町中津山字江下 10 番地	0225-76-2111 (代表)
北上総合支所 市民福祉課	石巻市北上町十三浜字小田 93 番地 4	0225-67-2113
牡鹿総合支所 市民福祉課	石巻市鮎川浜鬼形山 1 番地 13	0225-45-2113

地域でのサロン活動やボランティア活動・福祉に関する困りごとのご相談は

石巻市社会福祉協議会

名 称	住 所	電話番号
石巻市社会福祉協議会	石巻市穀町 15 番 2 号	0225-96-5290