

## 岡山市中区地域包括支援センター 高島分室

高齢者や家族の総合相談窓口です。  
地域で暮らす高齢者を支えます。

岡山市中区国府市場32-12

☎086-275-3205

鶴居・藤本（財田）、

内田・川西（幡多）、野代（竜之口）

## 岡山市ふれあい介護予防センター

住み慣れた地域で、いつまでも元気に暮らすために。

皆さんの“介護予防”を支援します。

岡山ふれあいセンター2階

岡山市中区桑野715-2

☎086-274-5211（山口）

## 岡山市社会福祉協議会 中区事務所

（岡山市支え合い推進員 ※岡山市より受託）

「福祉のまちづくり」を目指して、住民主体の「支え合い活動」を支援しています。

中区福祉事務所内

岡山市中区赤坂本町11-47

☎086-238-9200（酒井・柳瀬）

## 地域づくり支援ネットワーク

# あたたか竜操応援隊

## 中区保健センター

赤ちゃんから高齢者まで  
地域の方の健康づくりを応援します。

岡山ふれあいセンター1階

岡山市中区桑野715-2

☎086-274-5164

山吹（財田・竜之口）、

有本・黒木（幡多）



私たちは地域の応援団です。  
お気軽にお声かけください。

## 岡山市立東公民館

地域の課題を解決するための活動を支援します。

岡山市中区高屋344-1

☎086-271-1911（畑口）

## 福祉交流プラザさいでん

赤ちゃんからお年寄りまで、地域の憩いの場となることをめざしています。

岡山市中区神下133-3

☎086-279-2753

（太田・山本・斎藤）

（裏面につづく）

令和7年度版

# 地域に支え合いの花を咲かせよう

あったか竜操応援隊のネットワークが皆様の「やってみよう！」をサポートします。

できることから  
やってみませんか？

## 見守り活動

あいさつや声かけ、あんしんカプセル配布、ちょっと気にかけるなど。困りごとを早期に発見し、専門機関につなぎます。



## 通いの場

『ふれあい・いきいきサロン』や『あつ晴れ！もも太郎体操』『認知症カフェ』など。孤立を防止し、地域のつながりをつくります。



## 困りごと支援

電球の交換やごみ出しなど、ちょっとした日常の困りごとを住民同士で助け合う活動です。



## 話し合いの場

いま学区にどのような支え合いが必要か、どんなことができそうか、みんなで情報を持ち寄り、話し合います。



支え合いの活動

