

これで安心！ さよう生活べんり帳



佐用町

さよう生活べんり帳について

この冊子は、高齢のかたが予防段階から心身の状態に合わせて利用できる相談先や制度・サービスをまとめたものです。必要に応じてご覧いただき、各問合せ先にご連絡ください。

また、地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口ですので、お気軽にご相談ください。

地域のみなさまにお願いしたいこと

佐用町の高齢化率は39.3%（H29.2月末）と県下で最も高く、10年後には2人に1人が65歳以上になると予測されています。また高齢者の7人に1人が認知症であり、今後も増えていくと言われています。

高齢になっても住み慣れた地域で暮らし続けるためには、地域のみなさまのご理解とご協力が必要です。

困った時には気軽に相談、見守り合い、支え合い、助け合いなど安心して生活できる「やさしい地域づくり」にご協力ください。

佐用町高年介護課

もくじ

1. 予防・備え (1～2ページ)
2. 見守り支え合う (3～6ページ)
3. 認知症についての相談先 (7～8ページ)
4. 医療の相談先 (9～10ページ)
5. 介護の相談先・介護保険サービス (11～14ページ)
6. 地域サービス (15ページ)
7. その他 (16ページ)
8. 介護・医療 資源マップ

1. 予防・備え

1-1 いきいき百歳体操

いきいき百歳体操は、高齢者の筋力維持・向上に大変効果のある体操です。イスに腰掛け自分の体力に合わせたおもりを手首や足首につけて体操します。DVDを観ながら椅子に座ってゆっくりと行うので、誰でも簡単に転びにくい身体づくりを行うことができます。

いきいき百歳体操の実施を希望するグループには、地域包括支援センターが活動のお手伝い（初回4回、3か月後、6か月後、1年後）をさせていただきます。（16ページに体操グループを紹介しています。）

【問合せ先】

佐用町地域包括支援センター（☎0790-82-2079）

1-2 頭と体の健康教室

読み書き・計算で脳の活性化を促し、学習後はいきいき百歳体操を行い、心身共に健康になる教室です。また受講者や教室サポーターとの交流も持っています。

【対象者】

軽い体操ができる町内在住の65歳以上のかた

【問合せ先】

佐用町地域包括支援センター（☎0790-82-2079）

1-3 食生活改善活動

食を通して、自分の健康、家族の健康について考え、生がいにおける健康づくり活動を推進しています。

◆いずみ会活動

食育ボランティアとして、生活習慣予防の料理教室をはじめ、伝承料理や子どもの料理教室などを開催しています。

◆おしゃべりクッキング

参加者とボランティアと一緒に料理を作り、会食をすることで交流を深める料理教室。

【問合せ先】

いずみ会について：健康福祉課健康福祉推進室（☎0790-82-0661）

おしゃべりクッキングについて：佐用町社会福祉協議会

（☎0790-78-0830）

1-4 運動ができる場所

※町内の市外局番は(0790)です。

	名称（愛称等）	場所	問合せ先
体操教室	健康体操（健生会）	町内各会場	—
	太極拳	下徳久1005-1 南光文化センター	82-3872
	デンマーク体操	福吉681-1 幕山地区センター	—
	生命の貯蓄体操	町内各会場	—
ウォーキングができる場所	—	町内の河川周辺	—
	南光スポーツ公園 （若あゆランド）	林崎839	78-0101（平日） 78-0102（休日）
	三方里公園	乃井野1720	—
体育館	上月体育館（ホテルドーム）	上月1080	86-0441
	上月介護予防施設 （笹ヶ丘ドーム）	円光寺423-11	88-0149 （笹ヶ丘荘）
	石井介護予防館 （ゆうあいドーム）	上石井757-1	85-0100 （ゆう・あい・いしい）
	南光生きがいドーム （ひまわりドーム）	東徳久1943	78-0101（平日） 78-0102（休日）
公園	笹ヶ丘公園	円光寺423-11	88-0149 （笹ヶ丘荘）
	西はりま天文台公園	西河内407-2	82-0598
	大いちょう公園	佐用3140	—
	南光スポーツ公園 （若あゆランド）	林崎839	78-0101（平日） 78-0102（休日）
	三方里公園	乃井野1720	—
プール	町民プール あめんぼ	佐用287	82-0123



2. 見守り支え合う

2-1 ふれあいサロン

地域のかたと集まって楽しい時間を過ごし、見守り支え合う地域にしましょう。

【問合せ先】

ふれあいサロンについて：佐用町社会福祉協議会（☎0790-78-0830）

2-2 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症のかたやその家族を応援するのが「認知症サポーター」です。認知症サポーターになるための「認知症サポーター養成講座」を実施しています。

【問合せ先】

佐用町地域包括支援センター

（☎0790-82-2079）



認知症サポーターのあかし
オレンジリング

2-3 認知症カフェ

認知症の人やその家族、医療や介護の専門職、地域のみなさんなど、誰もが気軽に参加できる「集いの場」であり、認知症の人やその家族が安心して過ごせる「地域の居場所」です。また専門職員に認知症の相談もできます。

※町内の市外局番は(0790)です。

名称	事業者	開催場所	問合せ先
オレンジカフェ	佐用町社会福祉協議会	東徳久1946	78-0830
オレンジカフェ ひだまり	朝陽ヶ丘荘	平福138-1	83-2008
オレンジカフェ みかづきんちゃん	サンホームみかづき	志文515-1	79-3145
オレンジカフェ 祐あい	祐あいホーム上月	福吉721	87-0011



2-4 家族会・介護者のつどい等

高齢化が進む現在、介護は社会全体で支え、対応すべき課題となっています。

介護に役立つ技術や知識を学んだり、また介護をされているかた同士の気持ちや悩みを話し合え、相談できる場です。

※町内の市外局番は(0790)です。

名称	事業者	開催場所	問合せ先
認知症「家族会」	佐用町高年介護課	佐用2611-1	82-2079
家族介護者のつどい	佐用町社会福祉協議会	東徳久1946	78-0830
家族介護教室	佐用町社会福祉協議会	東徳久1946	78-0830
介護予防教室	サンホームみかづき	三日月1110-1	79-3145

2-5 介護マーク

介護中であることを周囲にわかりやすくするための名札型マークを配布しています。

【配布窓口・問合せ先】

高年介護課 (☎0790-82-2079)

上月支所 (☎0790-86-1210)

南光支所 (☎0790-78-0101)

三日月支所 (☎0790-79-2981)



2-6 認知症高齢者等の見守り・SOSネットワーク

◎ 事前登録制度

見守りが必要と思われるかたの事前登録により、所在不明になった場合の早期発見・保護を図ります。「ピカッとシューズステッカー」を配布し、靴に貼っていただきます。

◎ 緊急ネットワーク

所在不明になった場合、警察等関係機関とネットワーク協力機関が捜索を行います。

ピカッとシューズステッカーを捜索の目印にできます。

◎ 日常的な見守りネットワーク

地域において、日頃からの見守りや気配りをします。

【登録先・問合せ先】

佐用町地域包括支援センター (☎0790-82-2079)



2-7 消費生活センター

商品の販売方法、契約内容、品質トラブルなど消費生活に関する相談を受け付け、問題解決のお手伝いをしています。

【問合せ先】

佐用町消費生活センター（佐用町役場商工観光課内 ☎0790-82-0670）

西播磨消費生活センター（☎0791-58-0993）

2-8 日常生活自立支援

在宅で生活されている判断能力に不安のある高齢者や知的・精神的な障害のある方などが、地域で自立した生活を送ることができるよう福祉サービスの利用援助、日常的金銭管理、通帳・印鑑の預かりなどのお手伝いをします。

【対象者】在宅で生活をされている判断能力に不安のある高齢者や知的・精神障害のある方

【利用料】500円／30分

【内容】福祉サービスの利用手続き、公共料金のお支払い、預貯金の出し入れ
預金通帳や年金証書、印鑑などのお預かり など

【問合せ先】 佐用町社会福祉協議会（☎0790-78-0830）

2-9 成年後見制度

認知症や知的障害、精神障害などにより、判断能力が不十分な場合に代わって、成年後見人等が財産の管理や様々な契約やサービスの手配を行い、本人の生活を支援する制度です。

成年後見制度には「法定後見制度」と「任意後見制度」の2種類があります。また、「法定後見制度」では、本人の判断能力の程度により3つの区分に分けられます。

法定後見制度	区分	本人の判断能力	援助者
認知症や知的障害、精神障害などにより、判断能力が不十分であり、支援が必要な場合	後見	全くない	成年後見人
	保佐	著しく不十分	保佐人
	補助	不十分	補助人
任意後見制度	任意後見	—	任意後見人
将来、認知症等で判断力が低下した時のために、あらかじめ後見人等になってくれる人を自分で決めておく場合			

※成年後見人等は、財産管理や各種手続き等のサービスを調整することが役割であり、直接介護や家事を行う人ではありません。

【問合せ先】

佐用町地域包括支援センター（☎0790-82-2079）

西播磨成年後見支援センター（☎0791-72-7294）

2-10 まごころサービス

まごころサービスとは、地域の皆さんの参加と協力による住民相互の支え合い（住民参加型の生活支援サービスです。ホームヘルプサービスでは対応できないことやちょっとした困りごと（概ね1時間程度のお手伝い）に対して、利用者（利用会員）と協力者（協力会員）が一緒に取り組むお互いさまの有償の助け合い活動です。

【対象者】 要支援1・2と認定された方、チェックリストで事業対象と認定された方

【利用日】 月曜～土曜（祝日も含む） 午前8時30分～午後5時30分まで

【利用料】 500円（1時間）※30分延長毎に250円

【問合せ先】 佐用町社会福祉協議会（☎0790-78-0830）

2-11 高齢者福祉サービス

※町内の市外局番は(0790)です。

住み慣れた地域で生活できるために、助成やさまざまなサービスがあります。

○外出支援サービス…病院や買い物などに、ご自宅、停留所などから目的地まで、みなさんの外出を支援します。

・ さよさよサービス…問合せ先：佐用町社会福祉協議会（☎78-0830）

予約専用ダイヤル（☎78-8034）

・ 江川ふれあい号 …江川地域にお住まいのかた限定の移送サービス

予約専用ダイヤル（☎090-1248-0034）

・ タクシー助成事業…タクシー運賃を最大2,000円まで割引

問合せ先：健康福祉課健康福祉推進室（☎82-0661）

・ 移送サービス事業…自力で外出が困難なかたを病院などへ移送するサービス

問合せ先：佐用町社会福祉協議会（☎78-0830）

以下のサービスのお問い合わせは、高年介護課高年介護室（☎82-2079）まで

○緊急通報システムの設置

○配食サービス（食の自立支援事業）

○ふとんクリーニング（寝具類洗濯乾燥消毒サービス）

○訪問理美容サービス

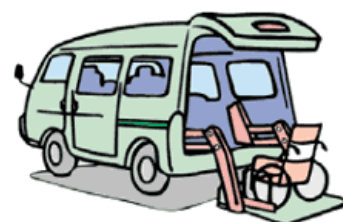
○家族介護用品支給事業

○高齢者住宅改造費助成事業（人生80年いきいき住宅助成事業）

○日常生活用具給付等事業

○介護手当の支給（在宅老人介護手当）

○福祉車両の貸し出し



3. 認知症についての相談先

3-1 気になった時の相談先

地域包括支援センター（高年介護課内） ☎0790-82-2079

地域包括支援センターは認知症相談センターとして、認知症の総合相談窓口となっています。

認知症が心配になったら、または家族やご近所に認知症の気になるかたがおられたら、お気軽にご相談ください。相談の内容によっては、専門機関をご紹介します。

ご自身のこと、ご家族のこと、近所のかたのことなど、秘密は必ず守りますので、まずはご相談ください。

◎認知症初期集中支援チームの訪問相談

認知症の専門チーム（医療と福祉の専門家）が認知症の気になるかたやご家族を訪問し、どうしたらよいかを相談させていただきます。病院受診のご案内、介護が必要な場合は、介護保険の手続き方法の説明やお手伝い、認知症予防や生活上の工夫など、必要な助言をさせていただきます。

◎もの忘れ健康相談

専門医による無料相談です。（完全予約制）

年9回開催、会場は佐用町保健センター（原則）

3-2 気になった時の相談先②（8ページへ続く）

名 称	内 容	電話番号
認知症コールセンター ※電話相談のみ	お住まいの地域の相談機関や 医療機関の紹介など (年末年始・祝日を除く)	なぜなぜダイヤル #7070 または 0791-58-1106 相談時間 10~12時、13~16時
兵庫県民 総合相談センター ※電話相談のみ	・認知症・高齢者相談 (年末年始・土日祝日を除く) ・家族会会員による相談 (月・金曜日) ・看護師等による相談 (水・木曜日)	078-360-8477 相談時間 10~12時、13~16時

3-2 気になった時の相談先②

名 称	住 所	電話番号
もの忘れ専門医療相談 (兵庫県立リハビリテーション西播磨病院)	たつの市新宮町光都 1丁目7-1	0791-58-1050 (代表)
佐用町社会福祉協議会 きらめきケアセンター	佐用町東徳久1946	0790-78-1717
〃 佐用	佐用町平福138-8	0790-83-2946
〃 上月	佐用町久崎283-2	0790-88-0001
〃 三日月	佐用町下本郷647-1	0790-79-2994
朝陽ヶ丘荘 認知症対応型通所介護事業所	佐用町平福138-1	0790-83-2008
小規模多機能型居宅介護事業所 やすらぎの家さよう	佐用町佐用2838-2	0790-82-3688
小規模多機能型居宅介護事業所 ほほえみ	佐用町米田410-3	0790-78-8877
いこいの家 三河 (小規模多機能型居宅介護)	佐用町上三河127	0790-77-0960
サンホームみかづき 小規模多機能 志文の里	佐用町志文515	0790-79-3145
小規模多機能型居宅介護事業所 きずな	佐用町上月571-1	0790-86-8010
認知症対応型共同生活介護 サンホームみかづきグループホーム	佐用町志文515	0790-79-3145

3-3 若年性認知症相談窓口

65歳未満で発症する認知症を若年性認知症と言います。

【若年性認知症に関する相談先】

佐用町地域包括支援センター (☎0790-82-2079)

ひょうご若年性認知症生活支援生活相談センター (☎078-242-0601)

3-4 認知症専門医療機関

認知症の鑑別診断や治療が受けられます。認知症の症状が悪化した場合や、認知症の行動・心理症状(BPSD)でお困りの時にも相談できます。

【問合せ先】

西播磨認知症疾患医療センター(兵庫県立リハビリテーション西播磨病院内)

☎0791-58-1050(代表) 住所: たつの市新宮町光都1-7-1

※西播磨認知症疾患医療センターの受診には、かかりつけ医の紹介が必要です。

4. 医療の相談先

4-1 かかりつけ医

からだの調子が悪いときは、まずかかりつけ医を受診しましょう。

※町内の市外局番は(0790)です。

名 称	住 所	電話番号
佐用共立病院	佐用 1 1 1 1	8 2 - 2 3 2 1
佐用中央病院	佐用 3 5 2 9 - 3	8 2 - 2 1 5 4
花房内科クリニック	長尾 7 6 8	8 2 - 2 8 0 1
岡本医院	家内 4 2	8 8 - 0 6 0 5
長田クリニック	久崎 4 8	8 8 - 1 1 1 1
尾崎病院	上三河 1 4 1 - 4	7 7 - 0 2 2 1
尾崎内科医院	上三河 1 4 5 - 1	7 7 - 0 4 4 7
岡尾医院	米田 4 1 0 - 2	7 8 - 0 0 3 4
織田医院	三日月 2 8 0 - 1	7 9 - 2 2 0 6

4-2 歯科医院

健康はおいしく食べるところから。

※町内の市外局番は(0790)です。

名 称	住 所	電話番号
あづみ歯科医院	佐用 1 3 2 - 1	8 2 - 0 2 0 2
小林歯科クリニック	佐用 5 0 7 - 1	8 2 - 4 6 1 8
佐用共立病院歯科	佐用 1 1 1 1	8 2 - 2 3 2 1
たけうち歯科	佐用 3 8 1 - 1	8 2 - 0 0 3 4
池田デンタルクリニック	上月 5 7 7	8 6 - 0 0 8 0
尾崎病院歯科	上三河 1 4 1 - 4	7 7 - 0 1 1 8
南光歯科保健センター	下徳久 1 0 0 5 - 1	7 8 - 1 1 8 0
小笹歯科医院	三日月 1 1 1 4 - 2	7 9 - 3 3 7 7

4-3 薬局

お薬について相談ができます。

※町内の市外局番は(0790)です。

名 称	住 所	電話番号
ゴダイ調剤薬局三河店	上三河138-1	77-8501
みつわ薬局	佐用2827-18	82-4148
ゴダイドラッグ佐用店	佐用1023	81-2850
共栄薬局	佐用222-4	81-2525
かつはら薬局佐用店	佐用1188	82-3111
ニコニコ薬局	佐用3018-10	82-2304
薬局あい	佐用82-1	82-0720
有限会社佐用調剤薬局	佐用3536-5	81-2288
南光薬局	米田52-7	78-8686
幸生堂薬局	久崎49-4	88-8088
サンミ調剤薬局	家内39-2	88-1085
ファミリーファーマシー 三日月店	三日月277-2	79-3383



5. 介護の相談先・介護保険サービス

◎介護保険サービスには以下のようなものがあります。

居宅サービス（在宅で受けることができるサービス）

<p>訪問サービス</p> <p>訪問を受けて利用するサービスです。買い物や掃除などの生活支援、移動・外出・食事・排泄・入浴などの身の回りのお手伝いのほか、リハビリテーション、健康管理や生活指導などの看護や専門職による指導などが受けられます。</p>	<p>訪問介護（ホームヘルプ） 訪問入浴介護 訪問リハビリテーション 訪問看護 居宅療養管理指導</p>
<p>通所サービス</p> <p>送迎車で施設に通って利用するサービスです。食事や入浴などの介護、健康管理などの看護、レクリエーション、リハビリが日帰りで受けられます。</p>	<p>通所介護（デイサービス） 通所リハビリテーション (デイケア)</p>
<p>短期入所サービス</p> <p>施設に短期間入所して、食事や入浴などの介護、リハビリなどが受けられます。</p>	<p>短期入所（ショートステイ）</p>
<p>その他のサービス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・福祉用具貸与・特定福祉用具購入 福祉用具のレンタル、特定福祉用具を購入できます。 ・住宅改修 手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修の費用が支給されます。（上限あり） ※事前に申請が必要になります。 ・特定施設入所者生活介護 有料老人ホームなどに入居しているかたが介護をうけられます。 	

地域密着型サービス

<p>小規模多機能型居宅介護</p>	<p>住居型の施設で、通いを中心としながら、訪問、短期間の宿泊などを組み合わせ、食事や入浴などのサービスを受けることができます。</p>
<p>認知症対応型通所介護</p>	<p>認知症のかたを対象に、食事や入浴、専門的な支援を日帰りで受けることができます。</p>
<p>認知症対応型共同生活介護 (認知症高齢者向け グループホーム)</p>	<p>共同生活をする住宅で介護を受けながら食事や入浴、リハビリを受けることができます。</p>

居宅介護支援サービス

要介護1～5のかたの介護サービス計画（ケアプラン）を作成するケアマネジャー（介護支援専門員）を配置している機関です。

事業所名	所在地	電話番号
佐用共立病院	佐用1111	82-2321
佐用中央病院 居宅介護支援事業所	佐用3529-3	82-0322
朝陽ヶ丘荘 居宅介護支援事業所	平福138-1	83-2008
祐あいホーム上月 居宅介護支援事業所	福吉721	87-0011
岡本医院	家内42	88-1041
佐用町社協きらめきケアセンター	東徳久1946	78-8977
居宅介護支援事業所 いこいの家	上三河105-2	77-8421
居宅介護支援事業所 ほほえみ	米田410-3	78-8877
サンホームみかづき居宅介護支援ステーション	志文515	79-3145

介護予防支援サービス

要支援1～2のかたの介護予防サービス計画（予防ケアプラン）を作成する機関です。

事業所名	所在地	電話番号
佐用町地域包括支援センター	佐用2611-1	82-2079

居宅サービス

◆訪問介護・介護予防訪問介護（ホームヘルプサービス）

事業所名	所在地	電話番号
共立ヘルパーステーション	佐用1111	82-0380
J A兵庫西佐用介護センター	円応寺450	82-3533
佐用町社協きらめきケアセンター	東徳久1946	78-8955
サンホームみかづき訪問介護事業所	志文515	79-3145

◆訪問入浴介護・介護予防訪問入浴介護

事業所名	所在地	電話番号
佐用町社協きらめきケアセンター	東徳久1946	78-8955

◆訪問リハビリテーション・介護予防訪問リハビリテーション

事業所名	所在地	電話番号
佐用共立病院	佐用1111	82-2321
岡本医院	家内42	88-0605
尾崎病院	上三河141-4	77-0221
岡尾医院	米田410-2	78-0034

◆訪問看護・介護予防訪問看護

事業所名	所在地	電話番号
佐用共立病院	佐用1111	82-2321
佐用訪問看護ステーション	佐用3529-3	82-2111
岡本医院	家内42	88-0605
尾崎病院	上三河141-4	77-0221
岡尾医院	米田410-2	78-0034

◆通所介護・介護予防通所介護（デイサービス）【※地域密着型】

事業所名	所在地	電話番号
ともいきの郷	佐用3544-1	81-3965
佐用町社協きらめきケアセンター佐用	平福138-8	83-2947
祐あいホーム上月 ※	福吉721	87-0011
佐用町社協きらめきケアセンター上月	久崎283-2	88-0001
佐用町社協きらめきケアセンター	東徳久1946	78-1717
古民家デイひだまり ※	西下野777	77-0382
サンホームみかづきデイサービスセンター	志文515	79-3145
サンホームみかづきデイサービスセンター けんこうの里※	志文515-1	79-3315

◆通所リハビリテーション・介護予防通所リハビリテーション

事業所名	所在地	電話番号
佐用共立病院	佐用1111	82-2321
佐用リハビリステーション	佐用3529-3	82-0303
岡本医院	家内42	88-1041
岡尾医院	米田410-2	78-0095
尾崎病院	上三河141-4	77-0221
老人保健施設 ハイム・ゾンネ	林崎662-3	78-0001

◆居宅療養管理指導・介護予防居宅療養管理指導

事業所名	所在地	電話番号
佐用共立病院	佐用1111	82-2321
佐用中央病院	佐用3529-3	82-2154
岡本医院	家内42	88-0605
尾崎病院	上三河141-4	77-0221
岡尾医院	米田410-2	78-0034



施設サービス

◆介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

事業所名	所在地	電話番号
特別養護老人ホーム 朝陽ヶ丘荘	平福138-1	83-2008
特別養護老人ホーム 祐あいホーム上月	福吉721	87-0011
特別養護老人ホーム はなみずき	安川401	78-8003
特別養護老人ホーム サンホームみかづき	志文515	79-3145

◆介護老人保健施設

事業所名	所在地	電話番号
介護老人保健施設 浩陽園	佐用3529-3	82-0321
介護老人保健施設 ハイム・ゾネ	林崎662-3	78-0001

地域密着型サービス

◆認知症対応型通所介護

事業所名	所在地	電話番号
朝陽ヶ丘荘認知症対応型通所介護事業所	平福138-1	83-2008

◆小規模多機能型居宅介護・介護予防小規模多機能型居宅介護

事業所名	所在地	電話番号
小規模多機能型居宅介護事業所 やすらぎの家さよう	佐用2838-2	82-3688
小規模多機能ホーム きずな	上月571-1	86-8010
小規模多機能型居宅介護事業所 ほほえみ	米田410-3	78-8877
いこいの家 三河	上三河127	77-0960
サンホームみかづき小規模多機能 志文の里	志文515	79-3145

◆認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

事業所名	所在地	電話番号
サンホームみかづきグループホーム	志文515	79-3145

◆介護老人福祉施設入所者生活介護

事業所名	所在地	電話番号
祐あいホーム上月(ユニット型部分のみ)	福吉721	87-0011

サービス付き高齢者向け住宅

事業所名	所在地	電話番号
ヒルハウス ひとは	佐用1122	81-2377
きずな	上月571-1	86-8010
サンホームみかづき 八重の里	志文515	79-3145

6. 地域サービス

6-1 配食サービス

自宅にお弁当を届け、安否確認してくれます。

※町内の市外局番は(0790)です。

名 称	配食地域	電話番号	配食日
佐用町社会福祉協議会	町内全域 ※サービス利用については 各種条件があります。	78-0830	火・金 ※祝祭日 の場合は 前日
祐あいホーム上月	幕山地域：祐あいホーム上月 周辺集落まで	87-0011	月～金
サンホームみかづき	事業所から半径16km以内	79-3145	月～金
米食堂 おいでな	三日月地域：真宗、志文	79-8055	木・金・土
楽農工房 あぐり	三日月地域：東本郷	79-2194	月～金

6-2 移動販売サービス

移動販売車が各集落を回ります。

※町内の市外局番は(0790)です。

名 称	販売地域	電話番号
小寺商店	久崎（多賀・西新宿方面含む） 幕山・海内・石井地域	88-0028
くめだ食品	佐用・江川・長谷 三日月（東本郷・志文谷方面）地域	82-2046
マルサ鮮魚	三河・中安地域	78-1234

※訪問日及び販売場所については、事業者にお問い合わせください。



7. その他

7-1 いきいき百歳体操グループ

いきいき百歳体操は高齢者向け筋力運動です。
体操をはじめて心も身体も元気になりましょう！

グループ	開催場所	開催日
川原町教室	川原町公民館	毎週木曜日 10:00～
栄町教室	栄町公民館	毎週火曜日 13:30～
横坂教室	横坂集会所	毎週水曜日 10:00～
長谷教室	ふれあい長谷	毎週木曜日 14:00～
平福教室	佐用町地域福祉センター	毎週水曜日 14:00～
江川教室	江川文化センター	毎週月曜日 9:00～
海内・桑野教室(若杉)	若杉館	毎週水曜日 13:30～
大垣内教室	大垣内公民館	毎週月曜日 13:30～
上月教室	上月文化会館	毎週水曜日 14:00～
早瀬教室	早瀬公民館	毎週金曜日 13:30～
久崎教室	子育てほっとステーション久崎	毎週火曜日 13:30～
上秋里教室	上秋里公民館	毎週火曜日 13:30～
南光教室	南光文化センター	毎週水曜日 13:30～
下徳久教室	下宿集会所	毎週木曜日 13:30～
林崎教室	林崎コミュニティセンター	毎週水曜日 13:30～
上三河教室	三河ふれあいセンター	毎週水曜日 13:30～
茶屋教室	茶屋クラブ	毎週水曜日 14:00～
乃井野教室	乃井野クラブ	毎週火曜日 13:30～
田此教室	田此クラブ	毎週水曜日 13:30～

順次教室は増えていきます。

詳しくは高年介護（☎82-2079）にお問い合わせください。

