

移動支援	
スマイルサポート	080-6846-2525
ハンディキャブゆづり葉	042-389-2677
アニー介護タクシー	042-400-5815 080-4297-5835
ノアさんの介護タクシー	0800-500-7315
ケアタクシー つるまき	080-4657-4110
配食サポート	
きっちん空	042-316-9927
キッチンぴっこら	042-372-5729
花ぐるま	042-389-5138
まごころ弁当府中国分寺店	042-400-0592
生活協同組合コープみらい	デイリーコープ受付センター 0120-502-160
株式会社レバスト	0120-47-0089
やまほうし	042-674-8005
ライフデリ多摩店	042-400-0973
ワタミの宅食 東京多摩南野営業所	0120-321-510
宅配 COOK123	042-376-7221
家事支援	
ほっとセンター多摩	042-311-4338
多摩生活サポートセンター	042-338-3303
たすけあい有償活動 (多摩市社会福祉協議会)	042-389-3344
多摩市シルバー人材 センター	042-371-3580
ネコサボ(固定電話から) (携帯電話から)	0120-545425 0570-051054
NPO法人ACT多摩たすけ あいワーカーズ つむぎ	042-376-3973
ライフケアサービス㈱	042-339-7777



認知症カフェ	
認知症の人と家族、地域住民、専門職等の誰もが参加でき、集う場です。事前にお問い合わせの上、お立ち寄りください！(予約が必要な場合有)	
ふらっとカフェ 【ふらっと麻の葉】 (落合 6-1-1-108 鶴牧商店街内)	042-339-6825 (第2土曜 12:00~15:00)
からきだ匠カフェ 【kitchen ティス】 (唐木田 1-6-4)	042-376-2941 (第4水曜 15:00~17:00)

移動販売	
京王ほっとネットワーク ・グリーンメゾン鶴牧	…毎週水曜 14:15~14:50
・エステート鶴牧	…毎週木曜 15:25~16:00
・ゆいま〜る中沢	…毎週月曜 14:15~14:50

高齢者の総合相談窓口 多摩センター 地域包括支援センター

鶴牧・落合・南野 2~3丁目
唐木田・中沢・山王下 担当

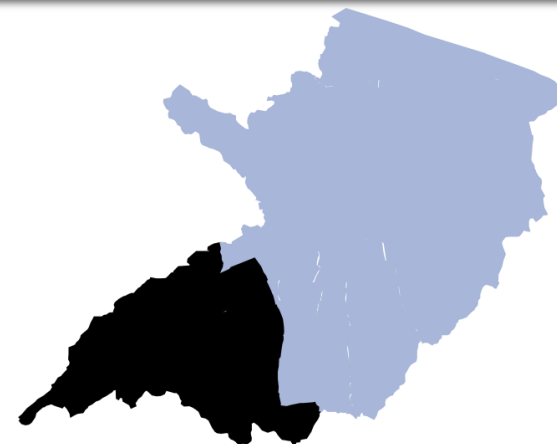
地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の皆さんを総合的に支援する相談窓口です。お困りの事などがありましたら、お気軽にご連絡ください。

☎ : 042-376-2941

山王下 1-18-2(社会福祉法人 楽友会内)
(祝日を除く月~土 9時~17時)

鶴牧・落合・南野・ 唐木田・中沢・山王下 エリア

地域活動・支えあいリスト



このパンフレットは該当エリアの活動のうち、地域包括支援センターや社会福祉協議会が把握している高齢者の介護予防・生活支援に関する活動をまとめたものです。詳細は直接お電話にて活動団体もしくは下記にご確認ください。



問い合わせ

多摩市社会福祉協議会
まちづくり推進担当

(多摩市第2層生活支援体制整備事業受託団体)

☎ : 042-373-5616

FAX : 042-373-6629

※掲載希望の団体は上記までご連絡ください。

【南野地区】

	活動名	いつ	どこで	連絡先
交	南野3丁目 ふれあい サロン	第3土曜	南野 集会所	373-5616 (社協)
交	たまデフ サロン	第3または 第4月曜	総合福祉 センター他	
体	脳力 運動の会	第2.4 月曜	総合福祉 センター	090-4438 -8300
体 食	すみれ グループ	第1水曜	総合福祉 センター	080-3126 -5885

【落合地区①】

	活動名	いつ	どこで	連絡先
体	落合元気 くらぶ	毎週月曜 13:30~ (第5週休)	トムハウス	373-5616 (社協)
他	さくらんぼの会	不定期	トムハウス	376-2941 (包括)
食	トムハウス 食事会	第2火曜 4.8.1月 (除く)	トムハウス	371-8806 (トムハウス)
体	健康スリッパの会	毎週金曜	東京医療 学院大学	080-5023 -4587
体	ヨガ体操の会	毎日 6:30~	宝野公園	373-5616 (社協)

交:交流等 体:体操等 趣:趣味活動等
食:食事等 他:その他

掲載している活動日や活動場所は
変更になる場合がございます。
ご不明な点がございましたら、
各活動団体にお問い合わせください。

【落合地区②】

	活動名	いつ	どこで	連絡先	
交	落合3-2自治 会ふれあい サロン	毎週 月・火曜	落合3-2 集会所	373-5616 (社協)	
交	三々五々の会	第1水曜	落合3-3 集会所		
交	木曜サロン	毎週木曜	落合3-4 集会所		
趣	落合4の3 園芸有志会	第1.3土 第2.4日	落合4-3 集会所他		
交	落合4の3 おはなし会	第2.4火	落合4-3 集会所		
体	ふれあいサロ ン結	毎週水曜	落合4-4 集会所		
交	おしゃべり 広場	第3火曜 第4月曜	グリーンコ ープ 落合団地 集会所		
体	みんなで元 気はつらつ会	毎週金曜	ゆわハウス落合5 集会所		
体 趣	落合3-5 自治会 コミュニティ あいあい	毎週木曜	落合3-5 集会所		
体	アルテ体操の 会	毎週水曜	アルテヴィータ マンション内		
趣	落合4-2団地 親睦サロン ウェルカム	毎週火曜 第2・4土	落合4-2 集会所		090-5508 -0739
体	健康集いの会	毎週水曜	落合4-2 集会所		090-3693 -3875
体	吹矢・体操	毎週土曜	落合管理 事務所2階		090-8568 -0735
体	ふれあいサロ ン仲間 健康体操	第2.4木	落合管理 事務所2階		
体	ながら運動の会	毎週土曜	東落合 小学校		090-4438 -8300
体	健康体操	第2.4金	多摩生活 サポート センター内	338-3303	

【鶴牧地区】

	活動名	いつ	どこで	連絡先	
交	グリーンソ ン 鶴牧3 環の会	毎週木曜 第1.3土 第3日曜	グリーンソ ン 鶴牧3 団地集会所	373-5616 (社協)	
交	鶴三会	第3木曜	ゆわハウス鶴牧3 集会所		
交	ブルリア シニアの会	第3水曜	ブルリア 多摩センター内		
交	喫茶 くすのき	第4木曜	ゆわハウス鶴牧4 集会所		
体	ツル4近トシ 会	毎週水曜	ゆわハウス鶴牧4 集会所		
交 体	鶴5東町会 親睦会	毎週月曜	鶴牧5丁目 集会所		
交	鶴5ふれあい サロン	毎週水曜 第1・3土	鶴牧5丁目 集会所		
交	ハイライズ 親睦の会	第2日曜	ハイライズ 管理事務所 集会所		
体	ラジオ体操	毎日 6:30~	鶴牧西公園		
体	わいがサロン	毎週木曜 13:30~ (第5週休)	からきだ 菖蒲館		
食	菖蒲館 食事会	不定期 4.8.1月を 除く	からきだ 菖蒲館		338-6333 (からきだ 菖蒲館)

【唐木田・中沢・山王下等地区】

	活動名	いつ	どこで	連絡先
食	オーブ キッチン	第2金曜	多摩ニュータ ウンキリスト協会	372-4666
交	どーまつ カフェ	奇数月 最終土曜	唐木田李久保 自治会館	373-5616 (社協)
体	中沢近トシ会	毎週水曜	エステート 中沢集会所	