

No.	校区	管轄 ささえりあ	サービス運営者名	主たる活動場所	訪問	移動支援	通所	送迎あり		取組内容	利用料	開設日時	事業開始日
								送迎あり	元来くらぶ				
1	尾ノ上	ささえりあ 尾ノ上	暮らし支援協力隊	熊本市東区山ノ神	○	○				訪問：生ゴミ出し、買い物代行、電球交換、掃除、調理等 移動支援：各種介助、通院、買物、役所手続等	2時間以内500円	9:00～17:00	H31.4.1
2	古町	ささえりあ 花陵	二本木ボランティア会	熊本市西区二本木3丁目3番5号 古町老人憩の家			○			百歳体操等	100円/回(茶菓子代)	毎週月曜8:30～12:00	H31.4.1
3	託麻北	ささえりあ 託麻	だってんかつてん番んなっせ	熊本市東区弓削町			○	○		・健康体操・趣味活動(カラオケ)・茶話会等 ・移送支援あり	200円/回	毎週金曜13:00～16:00	H31.4.1
4	託麻南	ささえりあ 託麻	みんないっしょクラブ	熊本市東区長嶺東		○				いきいきサロン、おしゃべり会への移動支援	無料(今後変更有)		H31.4.1
5	古町	ささえりあ 花陵	古町さくら会	熊本市西区二本木4丁目9-62 古町地域コミュニティセンター			○			健康体操(ストレッチ、筋力アップ、下半身体操など)、読本誌を使った踊り、ゲーム(橋サッカー、ポッチャ等)、カラオケ、コーラス。出前講座、茶話会	100円/回	毎週木曜13:00～16:00	R1.5.1
6	泉ヶ丘	ささえりあ 江津湖	広木よかばい元気くらぶ	熊本市東区広木町22-8 広木公民館			○		○	百歳体操、カラオケ	100円/月	毎週月曜9:00～12:00	R1.5.30
7	麻生田	ささえりあ 新地	麻生田5町内地域交流かたらん会	熊本市北区麻生田4丁目11-25 旭ヶ丘老人憩の家			○			健康100歳体操、バンド体操、趣味活動(マージャン、オセロ、トランプ、百人一首、チャレンジ脳トレ体操)、出前講座、手品講習、茶話会	500円/月(軽食有り)	毎週月曜10:00～16:00	R1.7.29
8	城西	ささえりあ 井芹	石神水曜くらぶ	熊本市西区島崎			○			健康体操(屋外レクリエーション)、法話、ビデオ鑑賞(DVD)、趣味活動(手芸、折り紙、パズル、将棋等)、出前講座、講和、茶話会	100円/回	毎週水曜9:30～12:30	R1.8.1
9	黒髪	ささえりあ 子飼	黒髪4町内地域お助け隊	熊本市中央区黒髪	○					樹木の剪定、雑草刈り、ゴミ出し分別、包丁研ぎ、屋根根掃除、布団カーペット日光干し、タンスやベッド等の移動(比較的軽易作業)	支援者1名:1時間 200円		R1.8.1
10	河内	ささえりあ 金峰	なかよクラブ	熊本市西区河内町白浜955 白浜公民館			○			健康体操、脳トレ、レクリエーション、出前講座、茶話会	無料	毎週月曜13:00～16:00	R1.10.1
11	力合	ささえりあ 熊本南	白藤団地元気カフェ	熊本市南区白藤3丁目4-5-1 白藤団地集会所			○			百歳体操、茶話会、サロン、脳トレ、ペタンク、輪投げ、ポッチャ、手話体験、折り紙、手芸、歌、出前講座、お菓子づくり実演会	無料	毎週水曜9:00～12:00	R1.11.6
12	富合	ささえりあ 富合	とみあいば支え合い隊	熊本市南区富合町清藤465-1 富合地域コミュニティセンター			○	○		脳の健康教室、健康体操、趣味活動(折り紙、絵画、おじや遊び、コーラス等)、出前講座、茶話会等移送支援あり	2,500円/月(教材費2,200円含む)	毎週金曜13:30～16:30	R1.12.6
13	日吉東	ささえりあ 熊本南	上近見健康カフェ	熊本市南区近見3丁目6-15 上近見公民館			○		○	百歳体操、趣味活動(折り紙、トランプ、輪投げ等)、映画鑑賞、茶話会等	無料	毎週月曜9:00～12:00	R2.4.1
14	秋津	ささえりあ あさひば	秋津1町内元気くらぶ	熊本市東区沼山津3丁目4-33 秋津校区第1公民館			○		○	健康体操、趣味活動(お花・囲碁・将棋・手芸・カラオケ等)、出前講座、茶話会等	200円/月	毎週水曜12:30～15:30	R2.4.1
15	池田	ささえりあ 井芹	銀杏会いきいきくらぶ	熊本市西区池田1丁目10-31 池田八幡老人憩の家			○		○	いきいき百歳体操、かみかみ百歳体操、ゴムバンドストレッチ、おしゃべり会、歌謡カラオケ	500円/月	毎週水曜10:00～14:30	R2.4.1
16	桜木東	ささえりあ あさひば	桜木東元気くらぶ	熊本市東区花立6-17-43 桜木東地域コミュニティセンター			○		○	健康体操(百歳体操、脳トレ等)、趣味活動(手芸、工作、歌)、健康・認知・歯科等の講話、茶話会	200円/月	毎週月曜13:30～16:30	R2.4.1
17	河内	ささえりあ 金峰	あかつき会	熊本市西区河内町船津3227 河内地域コミュニティセンター			○			健康体操、脳トレ、レクリエーション、出前講座、カラオケ、茶話会等	無料	毎週水曜9:00～12:00	R2.4.1
18	出水南	ささえりあ 水前寺	和会	熊本市中央区出水6丁目43-26 出水南7町内老人憩の家			○			健康体操(いきいき百歳体操)、趣味活動(手芸、生け花、食事会)、講和、茶話会	1,500円/年	毎週月曜9:00～12:00 第4金曜日9:00～12:00	R2.4.1
19	春竹	ささえりあ 本荘	八王寺すこやかクラブ	熊本市中央区八王寺町13-17 八王寺公民館		○	○	○	○	ストレッチ、百歳体操、カミカミ体操等の健康増進、機能回復体操、歌、ゲーム、出前講座(お口の健康等)、情報提供(豆知識)、仲間づくり、交流会	100円/月	毎週月曜9:00～12:00	R2.4.1
20	菱形	ささえりあ 植木	大和地区生活支援サポートセンター	熊本市北区植木町大和	○					家事支援(ゴミ出し、掃除、洗濯、料理、買い物、衣類の整理等)、外出支援(買い物や散歩の付添等)、軽作業(電灯交換等)、その他(草取り等)	1時間300円	8:00～17:00	R2.4.1
21	芳野	ささえりあ 金峰	岳本村げんき会	熊本市西区河内町岳517 岳本村公民館			○			百歳体操、趣味活動(小物づくり・カラオケ・脳トレ等)、出前講座、茶話会等	無料	毎週月曜9:00～12:00	R2.7.1
22	飽田南	ささえりあ 飽田	会富町いきいき元気クラブ	熊本市南区会富町1226 会富公民館			○			いきいき百歳体操、脳トレ、脳トレ、出前講座、趣味活動(伝承遊び及び四季行事等)、茶話会等	無料	毎週水曜13:00～16:00	R2.10.1
23	黒髪	ささえりあ 子飼	黒髪西地域お助け隊	熊本市中央区 黒髪校区14・15・17町内	○					樹木の剪定、雑草刈り、ゴミ出し分別、電球交換、比較的軽易作業	支援者1名:1時間 200円		R3.3.1
24	出水南	ささえりあ 水前寺	出水南校区6町内いきいきクラブ	熊本市中央区出水7丁目30-30 出水南地域コミュニティセンター			○			健康体操(いきいき百歳体操)、趣味活動(スマートローリング・健康麻雀・手芸・生け花・囲碁・将棋)、講話(出前講座)、茶話会	100円/月	毎週水曜日13:00～16:00	R3.4.1
25	城北	ささえりあ 新地	堀川うごこう会	熊本市北区八景水谷4丁目1番6号			○			健康体操(くまもん百歳体操)、趣味活動(カラオケ等)、プロゴルフ等	事業対象者及び要支援者:500円/月	毎週金曜、土曜日9:00～15:00	R3.4.1
26	向山	ささえりあ 本荘	世安クラブ	熊本市中央区世安町550 世安公民館			○		○	健康体操(百歳体操、カミカミ体操他)、カラオケ、映画鑑賞、童謡合唱、ゲーム、仲間づくり、出前講座、古新聞アミビ回収支援	300円/月	毎週月曜日、水曜日9:00～12:00	R3.4.1
27	桜木東	ささえりあ あさひば	ふれあい会	熊本市東区桜木3丁目4-1 桜木老人憩の家			○		○	健康体操(百歳体操、ロングプレス、お手玉体操)、DVD鑑賞、笑いヨガ、カラオケ、茶話会	200円/月	毎週金曜日13:00～16:00	R3.5.1
28	向山	ささえりあ 本荘	十禅寺サロン	熊本市中央区十禅寺4-30 ハウベスト十禅寺一番館 集会場			○		○	健康体操、趣味活動(合唱、カラオケ、手芸等)、出前講座、茶話会	200円/月	毎週水曜日13:00～17:00	R3.1.1
29	黒髪	ささえりあ 子飼	くろかみ'にこにこ'応援団	熊本市中央区子飼本町15-20 黒髪地域コミュニティセンター			○			健康体操、スマホ座談会、趣味活動(以後、将棋、手芸等)、出前講座、茶話会など	100円/回	毎週月曜日9:00～12:00	R4.4.1
31	託麻	ささえりあ 託麻	たえさん"家"	熊本市東区戸島西			○			健康づくりの体操、趣味活動(囲碁、オセロ、園芸等)、茶話会	100円	毎週木曜日9:30～12:30	R4.5.1
32	小島	ささえりあ 熊本西	かわせみ会	熊本市西区西松尾町4456-1番地 旧松尾西小学校教室 ささえりあ熊本西分室「かわせみ」			○	○		健康体操、趣味活動、出前講座、茶話会		毎週金曜日9:00～12:00	R4.6.1
33	桜木	ささえりあ あさひば	桜木ケアガーデン あっぶっぶ	熊本市東区桜木・花立・秋津・東野・若菜	○	○				訪問：家事支援(買い物代行、掃除、電球交換等)、移動支援：送迎前後の付き添いを含む通院・買い物同行、地域の集いの場への送迎	訪問:1時間以内300円 利用料金:1時間以内500円、送迎のみ(1回100円、往復200円)	月～土9時～17時	R4.6.1