

北区サロンマップ

みどり台、長都駅前、勇舞、北信濃、あずさ、北光、富丘、花園、末広、都、釜加、長都、上長都、高台、北陽のふれあい交流の行われているサロンの情報と場所を紹介しています。

千歳市社会福祉協議会
☎ 0123-27-2525

1 ちとせモール

げんき茶屋

- ① 福祉用具の展示試乗会
健康介護等の相談
資料配布
- 🕒 毎月第4火曜日
10:00 ~ 11:30

2 ゆうまいホール

ゆうまいふれあいサロン

- ① レクリエーション
- 🕒 年4回
10:00 ~ 12:00
- 👤 65歳以上の勇舞町内会員

3 長都駅前町内会館

介護予防サロン

- ① 介護予防体操
西川体操、脳トレ
- 🕒 火曜日
10:00 ~ 12:00
- 👤 高齢者

4 おさつタウンセンター

老人クラブ七曜会

- ① 介護予防体操、ゲーム、
茶話会、カラオケ、
パークゴルフ
- 🕒 土曜日
9:30 ~ 12:00
- 👤 老人クラブ七曜会員

介護予防サロン

- ① 介護予防体操
クラブ体操、茶話会
- 🕒 土曜日
9:30 ~ 10:15
- 👤 おさつ団地町内会員

5 ひばりヶ丘町内会館

介護予防サロン

- ① 介護予防体操、茶話会
ノルディックウォーキング
- 🕒 火・金曜日
10:00 ~ 11:00
- 👤 高齢者

ひばりヶ丘扇寿クラブ

- ① 介護予防体操、茶話会
ふまねっと、カラオケ
- 🕒 第1・2・3水曜日 月3回
13:00 ~ 15:00
- 👤 ひばりヶ丘扇寿クラブ会員
- ¥ 2,500 円

6 千歳市民病院

市民健康講座

- ① 医師・医療関係者
による医療情報の提供
- 🕒 月1回
13:00 ~ 14:00
- 👤 千歳市民

7 静和町内会館

いきいき百歳体操

- ① 介護予防体操
ノルディックウォーキング
茶話会、脳トレ
- 🕒 金曜日
13:30 ~ 15:00
- 👤 60歳以上の方

8 富丘3丁目北町内会館

ふれあいサロン

- ① 茶話会・食事会(年5回)
- 🕒 水曜日
10:00 ~ 14:00
- 👤 熟年会会員

いきいき百歳体操・かみかみ体操

- ① 介護予防体操、茶話会
- 🕒 金曜日
10:00 ~ 11:30
- 👤 富丘3丁目北町内会員

9 富丘集会所

いきいきサロン

- ① 介護予防体操
脳トレ、茶話会
ノルディックウォーキング
- 🕒 月曜日
10:00 ~ 12:00
- 👤 高齢者

ふれあいサロン

- ① 介護予防体操
高齢者いきいき体操
茶話会、ミニゲーム、
出前講座(年1回)
- 🕒 火曜日
10:00 ~ 12:00
- 👤 富丘4丁目東町内会員

10 富丘コミュニティセンター

いきいき百歳体操教室サロン

- ① 介護予防体操、茶話会
- 🕒 第1・3水曜日
10:00 ~ 11:30
- 👤 富丘1丁目南町内会員

富丘クラブ

- ① 介護予防体操、茶話会
ふまねっと、麻雀花札
パークゴルフ
食事会、出前講座
日帰り温泉旅行等
- 🕒 水曜日
冬 10:00 ~ 12:00
夏 13:00 ~ 15:30
- 👤 富丘クラブ会員

11 高台町内会館

介護予防健康サロン

- ① 介護予防体操
クラブ体操
ふまねっと、茶話会
ノルディックウォーキング
- 🕒 火曜日
13:30 ~ 15:30
- 👤 高齢者

12 末広中区町内会館

喜楽会

- ① 介護予防体操
ふまねっと、茶話会
食事会(400円/人)
出前講座、清掃活動
- 🕒 金曜日(月2回)
13:00 ~ 14:30
- 👤 喜楽会員など

アイコンについて

地図表記

- 🚉 駅
- 🏫 小・中学校
高校
- 🌳 公園
- 🏥 病院
- 🛒 スーパー
- 🕒 24h コンビニ

サロン表記

- ① …内容
- 🕒 …開催日・時間
- 👤 …対象者
- ¥ …会費



A カフェ&シフォン JUJU



D カフェふう庵



E 結工房



G ミルティーロ



I 武道館



J 交通公園



L そなえる



A カフェ&シフォン JUJU

B nanairo なないろ

C chiisaname ちいさなめ

D カフェふう庵

E 結工房

F 駄菓子屋ポッケ

G ミルティーロ

H リサイクル&カフェ ピリカアミブ

I 武道館

J 交通公園

K まちライブラリー@ちとせ

L そなえる

千歳駅

13 北コミュニティセンター

14 花園コミュニティセンター

15 花園町内会館

介護予防サロン

- ① 介護予防体操他
- 🕒 毎月第2・4木曜日
10:00 ~ 11:00
- 👤 65歳以上の方