

介護予防の通いの場(サロン) 日常生活圏域「向陽台区」実施状況一覧

	No.	サロン名	活動場所	活動日・活動時間	参加対象者	サロン内容
通いの場 (サロン)	1	若草介護予防サロン (若草町内会)	若草町内会館 若草3丁目2-7	毎週水曜日 第2・第3日曜日 13:00～15:00	高齢者 町内会員	介護予防体操 いきいき・かみかみ百歳体操 映画鑑賞・談話会・歌声喫茶 (歌声喫茶・談話会 200円/1回)
	2	明日への幸せ ふれあいサロン白樺 (白樺町内会)	白樺町内会館 白樺3丁目7-15	第1月曜日※8・1月を除く 10:00～12:00	高齢者	茶話会・市出前講座
	3	白樺美寿々会例会 (老人クラブ)	白樺町内会館 白樺3丁目7-15	第3月曜日は食事会 12:00～15:00 毎週金曜日は麻雀 13:00～16:00	老人クラブ会員	麻雀・食事会 麻雀 1,000円/年 食事会 300円/1回
	4	里美町内会介護予防サロン	里美町内会館 里美4丁目3-10	毎月第2・第4金曜日 13:30～16:00	高齢者 町内会員	介護予防体操 茶話会
	5	里美シニアクラブ (老人クラブ)	里美町内会館 里美4丁目3-10	第3日曜日 13:00～15:30	老人クラブ会員	食事会他 1月新年会、4月総会
	6	介護予防サロン (福住町内会)	福住町内会館 福住3丁目6	毎週金曜日 13:00～16:00	高齢者	介護予防体操 ノルディックウォーキング
	7	文京1丁目シニアクラブ悠悠会 (老人クラブ)	ウィング13集会室 文京1丁目2-3	毎週月曜・木曜日 10:00～11:00	老人クラブ会員で ウォーキングサー クル入会者	ウォーキング 年2回春と秋に遠足を実施
	8	ぶんぶん健康サロン (文京町内会)	文京町内会館 文京5丁目4-1	毎週月曜日 13:00～15:00	高齢者(文京3～ 6丁目在住の方) 町内会福祉部員	介護予防体操・茶話会 ふまねっと・食事会
	9	柏陽町内会サロン	柏陽町内会館 柏陽2丁目2-3	年7回・毎月20日 (5・6・7・8・10・11・12月) 10:00～14:00	町内会員	介護予防体操・茶話会 食事会・折り紙・物作り 出前講座
	10	北海道千歳リハビリテーション 大学健康増進教室	北海道千歳リハビリテー ション大学内3階 里美2丁目10	月2回(月曜日) 不定期 17:30～19:00	高齢者	介護予防体操・脳トレ 健康に関するレクチャー(無料)