北区 おでかけ情報

Ⓐ カフェ&シフォン ＪＵＪＵ
住所：みどり台南1丁目4-3　☎：31-2080　Ⓟ５台

営業時間：10：10～20：10　定休日：火・水曜日
★ジャズが流れる落ち着いた空間では、店主がゆっくり丁寧にドリップしたコーヒーやシフォンケーキなどのスイーツが楽しめます。

Ⓑ nanairo　なないろ
住所：勇舞1丁目6-19　☎：23-1978　Ⓟ３台

営業時間：10：00～19：00　定休日：第1月曜日・木曜日
★アレルギーに対応したケーキの提供もしてくれます。子育て特典カード提示でバースデーケーキ５％OFF。

Ⓒ chiisaname　ちいさなめ
住所：勇舞4丁目2-19　☎：25-8411　Ⓟ２台

営業時間：10：00～18：00　定休日：日・月曜日
★住宅街中にある隠れ家的な人気店。各食パンはニーズに合わせてカットしてくれます。

Ⓓ カフェふぅ庵
住所：富丘4丁目26-2　☎：25-9247　Ⓟ３台

営業時間：11：00～15：00　定休日：月・火・土・日・祝日
★靴を脱いでまるで自宅にいるような雰囲気でくつろいでお茶やランチがいただける隠れ家風民家カフェ。

Ⓔ 結工房
住所：勇舞8丁目4-10　☎：080-3230-7461　店舗前 Ⓟ５台

営業時間：10：30～15：00　定休日：土・日・祝日
★子育てママが気兼ねなくくつろげる民家カフェ。6畳ほどのキッズルームがあり貸し切りも対応可能。

Ⓕ オープンカフェゆみな
住所：花園1丁目1-1　☎：42-0303　Ⓟ５台

営業時間：9：00～16：00　定休日：土・日・祝日
★ふわふわパンや焼き菓子などを製造販売。コーヒーを飲みながら広いイートインスペースでゆっくりくつろげます。移動販売も行い地域の皆さんから愛されています。

Ⓖ ミルティーロ
住所：長都２　☎：23-5323　Ⓟ50台

営業時間：11：00～18：00
★広大なオーガニックブルーベリー農園の景色を楽しみながら、16種類のイタリアンジェラートや旬の果物を使った季節限定ジェラートが味わえます。

Ⓗ リサイクル＆カフェ　ピリカアミプ
住所：北光1丁目4-16　☎：47-9723

営業時間：10：00～18：00　定休日：土・日・月・祝日
★リサイクル商品の他、着物を小物入れや壁飾りなどにリメイクした手作り商品が販売されています。また、店内には落ち着いた雰囲気でひと時を過ごせるプチカフェが併設されています。

Ⓘ 武道館
住所：あずさ1丁目3-1　☎：22-2100　Ⓟ260台

営業時間：9：00～21：00　定休日：第2月曜日
★武道競技をはじめとして様々な運動に取り組める施設です。トレーニング室や室内のランニングコースでウォーキングなど、多くの市民に活用されています。

Ⓙ 交通公園
住所：花園1丁目6　☎：24-8848　Ⓟ公園内に有

営業時間：9：30～17：00(5月～10月)　定休日：月曜日
★子どもが楽しみながら交通の知識やルールを身に付けることができる公園です。自転車やゴーカートが無料で利用でき、9月の【交通安全フェア】ではゲームや体験で楽しく交通安全を学べます。

Ⓚ キッズＵＳランド
住所：勇舞8丁目1-1ちとせモール2階
☎：49-4100　Ⓟちとせモールに有

営業時間：10：00～20：00
★店内のカラオケやゲーム等で自由に楽しめます。食べ物持ち込みOK。大人数で楽しめるカラオケルームもあります。シニアは490円(税抜)で遊び放題。他障がい者割引有。

Ⓛ そなえーる
住所：千歳市北信濃631-11
☎：26-9991/FAX：26-9992

開館時間：10：00～17：00　定休日：月曜・毎月最終火曜・年末年始
★千歳市防災学習交流センターは災害を「学ぶ・体験する・備える」がテーマの施設です。

私たちが作りました

ＳＯＭＰＯケア千歳

住所：北陽1丁目13-17溝ビルＸ・2001B-F
電話：40-3386（ケアマネジャー）
40-6338（ヘルパー）

ケアマネジャーとヘルパーの事業所が併設されています。

ゆうしんかん・らいふ

住所：みどり台北2丁目5-15
電話：21-8195

北区エリアのケアマネジャーの事務所です。

子ども食堂スキップ

総合福祉センターで月2回「美味しく楽しく」をモットーにこども食堂を開催しています。季節の料理や土地の食材など使って、食を通して子どもたちが色々な経験ができるように献立を考えており、保護者の方もホッと一息つけるような居心地の良い場所作りを目指しています。

開催日：第2木曜日、第4火曜日※要確認
参加料：お1人様100円※事前申込み制

千歳介護医療連携の会、北区地域包括支援センター、介護予防センター
蓮げ荘、セブンイレブン富丘２丁目店、富丘２丁目福祉委員
アリス認定こども園、子ども食堂スキップ、（有）えみなうらら家
生活支援コーディネーター

ヤマセミねっと　活動中！

高齢の方、障がいのある方、ひとり親世帯、介護、子育て世帯を対象に、暮らしの中の『ちょっと困った』を地域の住民同士で応援するサービスです。
●チケット制　１回 250 円（30 分）※詳細はお問い合わせ下さい。
千歳市社会福祉協議会　☎ 0123-27-2525

発行：社会福祉法人 千歳市社会福祉協議会　企画・編集：おさんぽなび作成チーム　デザイン：神田和音
2019年４月発行　TEL：0123-27-2525　FAX：0123-27-2528

千歳市生活支援体制整備事業

おさんぽなび
Navigation

北区版

2次元コードを読込んでアクセス！

北区圏域について

千歳市北区圏域は、JR千歳線北側、末広・花園・高台地区から長都・みどり台までのエリアです。
生活に欠かせない病院などの福祉・医療施設、鉄道やバスなど交通機関も圏域内で結ばれており、人々の行き来も多い状況です。
また恵庭市よりの勇舞・みどり台地区などは近年新しく住宅街が形成され、若い世代が多く移り住んでいるのも特徴です。

北区圏域人口：28,652人
65歳以上人口：4,969人
高齢化率：17.3%（千歳市全域:22.5%）
15歳未満人口：5,373人
年少人口率：18.8%

※H30.10.1日 現在
※掲載内容は変更される場合があります

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 北コミュニティセンター

ふれあいサロン
- 介護予防体操
  ふまねっと、茶話会
  食事会、ゲーム大会
  花見、温泉旅行等
- 毎月 15 日･30 日
  9:00 ～ 15:00
- 高齢者
- ¥ 3,000 円

2 ゆうまいホール

ゆうまいふれあいサロン
- ゲーム大会
  いきいき学芸会（秋）
  茶話会、食事会等
- 年４回
  10:00 ～ 13:00
- 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
- 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

介護予防サロン
- 介護予防体操
  西川体操、脳トレ
- 火曜日
  10:00～12:00
- 高齢者

介護予防サロン
- 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
- 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
- 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
- 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
- 介護予防体操
  茶話会、脳トレ
- 金曜日
  13:15 ～ 14:45
- 60 歳以上の方

8 富丘３丁目北町内会館

ふれあいサロン
- 茶話会・食事会
- 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
- 介護予防体操、茶話会
- 第２・４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
- 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
- 介護予防体操
  高齢者いきいき体操
  茶話会、カラオケ
  ミニゲーム
- 水曜日
  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

富丘１丁目げんき会サロン
- 介護予防体操
  ふまねっと、食事会
  茶話会、カラオケ
- 第２火曜日
  13:00 ～ 15:00
- げんき会会員

いきいき百歳体操教室サロン
- 介護予防体操
- 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
- 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 12:00～15:30
- 高齢者

11 高台町内会館

介護予防健康サロン
- 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
- 介護予防体操
  ふまねっと、茶話会
  食事会 (400 円 / 人)
- 年８回
  10:00 ～ 13:00
- 60 歳以上の喜楽会会員

13 末広東町内会館

サロン「えんがわ」
- 介護予防体操
  食事会・茶話会
  ふまねっと
- 毎週水・土曜日
- 高齢者

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
- コンビニ

＊サロン表記＊
- …内容
- …開催日・時間
- …対象者
- …会費

Ⓐ カフェ＆シフォン JUJU

Ⓓ カフェふぅ庵

Ⓔ 結工房

Ⓖ ミルティーロ

Ⓘ 武道館

Ⓙ 交通公園

Ⓚ キッズUSランド

Ⓛ そなえーる

Ⓐ カフェ＆シフォン JUJU
Ⓑ nanairo なないろ
Ⓒ chiisaname ちいさなめ
Ⓓ カフェふぅ庵
Ⓔ 結工房
Ⓕ オープンカフェゆみな
Ⓖ ミルティーロ
Ⓗ リサイクル＆カフェ ピリカアミプ
Ⓘ 武道館
Ⓙ 交通公園
Ⓚ キッズUSランド
Ⓛ そなえーる