

介護予防の通いの場(サロン) 日常生活圏域「西区」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
1	介護予防サロンいきいき百歳体操 (北斗2丁目自治会)	北斗2丁目自治会館 北斗2丁目14	毎週木曜日 13:00~14:00	町内会員高齢者	介護予防体操
2	北斗2丁目寿楽会 (老人クラブ)	北斗2丁目自治会館 北斗2丁目14	毎週月曜日 13:30~14:30 年数回 茶話会 不定期	老人クラブ会員	ふまねっと
3	北斗3丁目サロン会 ①介護予防体操 ②ふまねっと ③サロン独自	北斗3丁目町内会館 北斗3丁目5	毎週月曜日 10:00~11:30 第2日曜日 11:00~12:00 年2回 不定期 10:00~14:00	町内会員 老人クラブ 万年青会 町内女性部と共催	いきいき百歳体操 ふまねっと 茶話会・オセロゲームなど (無料)
4	北斗3丁目万年青会 (老人クラブ)	北斗3丁目町内会館 北斗3丁目5	①毎月第2日曜日 11:00~14:00 ②毎月第2・第4月曜日 13:30から16:00 ③第2・第4水曜日(4月~10月) 9:00~12:00	万年青会員	①予防体操・ふまねっと ②カラオケ ③パークゴルフ 第2日曜日の翌日に町内会と近郊の ゴミ拾い
5	いきいきサロン (北斗北町内会)	北斗北町内会館 北斗6丁目4-8	毎月第1~第4月曜日 9:00~10:00	町内会員	介護予防体操 月1回茶話会
6	北斗北星会 (老人クラブ)	北斗北町内会館 北斗6丁目4-8	①毎週月曜日 10:00~11:00 ②第2日曜日 10:00~14:00	老人クラブ会員	①介護予防体操・ふまねっと 百歳体操 ②食事会・茶話会
7	ふれあいサークルアジサイ (北斗北町内会)	北斗北町内会館 北斗6丁目4-8	毎週火曜日 10:00~15:00	女性町内会員	茶話会・手芸
8	子育て支援「遊ひろば」 (第7地区民生委員児童委員協 議会)	ほくおう児童館 北斗5丁目6-10	毎月第3水曜日 10:30~11:30	子育て中の親子	お話会他

通いの場(サロン)

介護予防の通いの場(サロン) 日常生活圏域「西区」 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
9	歌声サロン自由ヶ丘	自由ヶ丘町内会館 自由ヶ丘3丁目13-11	第2・第4月曜日 (12月は第2月曜日) 13:30~15:30	高齢者 独居者 介護者	童謡・唱歌・脳トレ ナツメロをアカペラで楽しむ会
10	桜寿会 (老人クラブ)	自由ヶ丘町内会館 自由ヶ丘3丁目13-11	毎月第2・第4日曜日 10:00~14:00	60歳以上の 老人クラブ会員	ふまねっと 食事会・カラオケ・将棋 地域活動
11	いきいき100歳体操 (桜木町内会)	桜木町内会館 桜木1丁目7	毎月第2・第4木曜日 13:00~15:00	高齢者 町内会員	介護予防体操 出前講座
12	①介護予防サロン会 (北栄南町内会)	北栄南町内会館 北栄1丁目24-4	毎週火曜日 8月は3回で他月は4回 10:00~11:00	65歳以上高齢者	介護予防体操 食事会など(無料)
	②ふれあいサロン (北栄南町内会)		年1回(11月) 11:00~13:00	65歳以上高齢者	出前講座・ゲーム・歌声喫茶 ビンゴ大会(無料)
	③カラオケ会 (北栄南町内会・老人クラブ)		毎週水曜日 13:00~15:00	65歳以上高齢者	カラオケ・茶話会(無料)
	④長寿会誕生会 (北栄南町内会・老人クラブ)		年4回(3ヶ月ごと) 11:00~13:00	65歳以上高齢者	出前講座・歌声喫茶・ビンゴ大会 年会費2,400円 行事ごと200円/1回
13	北栄東カラオケサロン	北栄東町内会館 北栄2丁目11	毎週火曜日・水曜日 10:00~12:00 13:00~15:00 毎週木曜日(町内会員のみ) 13:00~15:00 毎週月曜日 13:30~15:00	町内会員他	カラオケ 有線放送代として1,000円/月 (町内会員以外) 百歳体操
14	カラオケ愛唱会 (新富東町内会)	新富東町内会館 新富2丁目2	毎週金曜日 13:00~15:00	町内会員	カラオケ・茶話会
15	いきいきサロン (新富東町内会)	新富東町内会館 新富2丁目2	毎週火曜日 10:00~11:30 毎月最終水曜日 11:00~12:00	高齢者	介護予防体操 茶話会

通いの場(サロン)

介護予防の通いの場(サロン) 日常生活圏域「西区」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
16	新富西町内会サロン	新富西町内会館 新富1丁目23	年2回 5月・11月 9月は敬老会 11:00~13:30	60歳以上町内会員	茶話会・食事会
17	新富西共生クラブ介護予防サロン (老人会)	新富西町内会館 新富1丁目23	①第2土曜日11:00~13:00 ②第4日曜日11:00~13:00	老人会会員	①健康体操・お誕生会・ゲームなど ②介護予防体操
18	みんなで体操いきいきサロン (新富中町内会)	北新コミュニティ センター 新富2丁目1-21	毎週水曜日 9:30~11:30	高齢者	介護予防体操 茶話会・脳トレ
19	ふれあいサロン (新富北町内会)	新富北町内会館 新富3丁目14	年6回 4・5・7・8・10・2月 13:30~15:00	高齢者	茶話会
20	新富北寿楽会定例会 (老人クラブ)	新富北町内会館 新富3丁目14	年8回 不定期 4.5.7.8.10.11.2.3月実施 金曜日 10:00~13:00	老人クラブ会員	介護予防体操 茶話会・食事会・ふまねっと 脳トレ
21	信濃1丁目女性部サロン	信濃連合町内会館 信濃2丁目18-5	年2回 6月・7月 11:30~13:30	町内会女性	茶話会 (町内会女性部の活動として実施)
22	いきいきサロン (富士町内会)	富士町内会館 富士4丁目7-8	毎月第3日曜日 10:00~14:00	町内会員	介護予防体操・茶話会 ノルディックウォーキング 食事代 300円/1回
23	おたのしみサロン (信濃3丁目町内会)	信濃連合町内会館 信濃2丁目18-5	年3回 不定期	どなたでも	お花・麻雀・出前講座・パークゴルフ 実費程度の負担あり
24	ホームサロン陽だまり (信濃4丁目町内会)	サロン代表者自宅 信濃4丁目11-14	第1・第3火曜日 1月・8月・12月は除く 10:00~15:00	高齢者 町内会員	茶話会(昼食は各自で用意) 情報交換 参加費 200円/1回 研修旅行など
25	子育てサロン「ばるーん」 (第6民生委員児童委員)	しなの児童館 富士2丁目3-4	毎月第3金曜日 10:30~11:30	0歳から就学前 までの親子	あそび。お話、絵本、体操など

通いの場(サロン)