

介護予防の通いの場(サロン) 日常生活圏域「南区」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	しののめふれあいサロン (東雲4・5丁目町内会)	東雲町連合会館 朝日町7丁目22	毎月第1・第3木曜日 第3日曜日 12:00~13:00	高齢者 町内会員	介護予防体操 年2回茶話会
2	会館開放サロン (朝日町東自治会)	朝日町東自治会館 朝日町8丁目1206-295	毎月20日(1月2月は休み) 10:00~12:00	町内会員	茶話会・食事会
3	茶話会 (栄町東町内会)	栄町東町内会館 栄町5丁目5	毎月不定期	町内会員	茶話会・食事会 町内会館の清掃の後に実施
4	バーベキューパーティ (清水町6丁目町内会)	清水町スポーツ広場 清水町6丁目	12:00~13:30	町内会員	介護予防体操
5	錦生クラブ (錦町4丁目老人クラブ)	錦町寿の家町内会館 錦町3丁目7-1	第1土曜日 11:00~15:00 第3土曜日 13:00~15:00	高齢者 老人クラブ会員	第1土曜日 誕生会 第3土曜日 茶話会・食事会 年1回2泊の旅行あり、希望者のみ
6	さくら会 (栄町西区町内会)	栄町西区町内会館 栄町1丁目20-10	年2回 9・2月 12:00~14:00	高齢者	食事会・演芸・カラオケなど
7	和美会(老人クラブ) (緑町2丁目町内会)	みどり団地集会所 緑町2丁目7	第1・第3水曜日 13:00~14:00	老人クラブ会員	いきいき百歳体操百歳体操 かみかみ百歳体操・脳トレ
8	やまとサロン(うたごえ喫茶) (やまとの杜団地自治会)	やまとの杜団地集会所 大和4丁目1-25	年2回 6・10月 13:30~15:30	高齢者 子育て中の親子	茶話会・歌を歌う アコーディオンの伴奏により全員 で歌う うたごえ喫茶の他にも新年会・敬老会 クリスマス会など行っている
9	清流会 (春日町1・2・3丁目老人会)	スポーツセンター 真町176-2番地	①毎月第3月曜日 13:00~15:00 ②不定期月1回~3回	老人クラブ会員	①介護予防体操・茶話会・食事会 ②公園の草刈り・花壇の手入れ ラジオ体操等

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「南区」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
10	春日町3丁目 あったかサロン・夕方サロン	サーム春日集会所 春日町3丁目2-1	月1回 木曜日 (第3木曜日) あったかサロン(年12回) 12:30~14:00 夕方サロン(年4回) 18:00~20:00(5.8.12.2月)	町内会員	茶話会・食事会・麻雀 (夕方サロン) アルコールを含むサロン 500円/1回
11	桂木・新星・蘭越白寿会 (桂木・新星・蘭越老人クラブ)	桂木町内会館 桂木4丁目6-2	第1・第3火曜日 10:00~12:00 第2・第4火曜日 不定期	老人クラブ会員	カラオケ 介護予防体操
12	桂木ふれあい健康麻雀サロン (桂木5・6丁目町内会)	桂木町内会館 桂木4丁目6-2	第3木曜日 10:00~15:00	高齢者 (新星・桂木1~6丁目参加可能)	麻雀 昼食代300円/1回 参加賞代200円/500円
13	新星町内会		不定期年1~2回 午前2時間	町内会員	ウォーキング
14	支笏湖畔クラブ (老人クラブ)	支笏湖市民センター 支笏湖温泉3番地	毎月第2木曜日 13:00~14:00	老人クラブ会員	ふまねっと
15	千歳認知症の人と共にあゆむ会	北ガス文化ホール 北栄2丁目2 他公共施設	第3木曜日 13:30~15:30	はまなすの会員 認知症に関心のある方	認知症に関する相談 情報交換・勉強会・交流 年会費1,500円
16	認知症予防サロン 「すっきりクリア」 (クリアコート千歳)	クリアコート千歳 桂木1丁目5-7	毎月第1金曜日 13:00~14:30	認知症予防に興味のある方	ふまねっと・予防に関する講話 作品作り・調理など 作品作りは材料費負担あり
17	介護予防サロン「なでしこ会」 (大和1丁目町内会)	市立千歳公民館 真町176-3	毎月第1・第3木曜日 10:00~12:00	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
18	介護予防サロン (大和3丁目町内会)	大和3丁目町内会館 大和3丁目6-24	毎週月曜日 10:00~12:00 月曜日が祝日の時は休み	高齢者	介護予防体操・茶話会 ノルディックウォーキング

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「南区」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)	20	ボランティアセンター ランチデー (千歳市社会福祉協議会)	千歳市社会福祉協議会 東雲町1丁目11	年3回	千歳ボランティア センター登録 ボランティア	ボランティア同志の交流
	21	いぶすき茶屋 (いぶすき公園・ラッキー千歳店)	5月～10月 指宿公園 大和4丁目3	5月～10月 毎月第2水曜日 10:00～11:30	どなたでも	握力測定・健康相談・スマホ相談 脳トレなど
			11月～4月 ラッキー千歳錦町店2階	11月～4月 毎月第4水曜日 10:00～11:30		
	22	大人の折り紙サロン (千歳市社会福祉協議会)	千歳市社会福祉協議会 2階会議室2.3 東雲町1丁目11	基本毎月第3金曜日 1部 10:00～11:30 2部 13:00～14:30	どなたでも 各回定員15名 (先着順) ※事前申込み必要 申込先:社協 ☎0123-27-2525	皆でたのしく折り紙に取り組む事で 指先の運動、脳トレによる介護予防 効果を目指します。 【持ち物】お好きな折り紙約30枚 程度 スティックのり、はさみ
		大人のかんたん 切り絵サロン (千歳市社会福祉協議会)	千歳市社会福祉協議会 2階会議室2.3 東雲町1丁目11	基本毎月第3月曜日 1部 10:00～11:30 2部 13:00～14:30	どなたでも 定員10名 (先着順) ※事前申込み必要 申込先:社協 ☎0123-27-2525	皆でたのしく切り絵に取り組む事で 指先の運動、脳トレによる介護予防 効果を目指します。 【持ち物】デザインカッター カッター版、スティックのり ホチキス、はさみ
	23	介護予防教室 (千歳市介護予防センター) 東雲町1丁目11番地	総合福祉センター 東雲町2丁目34番地	10:00～11:00 1時間 令和5年度の予定 4/10・5/8・6/12・7/10・8/21 9/11・10/16・11/13・12/11 1/15・2/19・3/11	65歳以上の 千歳市民 事前の参加予約が 必要 介護予防センター 0123-23-0012	いきいき百歳体操・健康や生活 に役立つ情報に関するミニ講話等
24	介護予防教室 (千歳市介護予防センター) 東雲町1丁目11番地	ダイナックスアリーナ (スポーツセンター) 真町176番地の2	10:00～11:00 1時間 令和5年度の予定 4/21・5/19・6/16・7/21 8/18・9/15・10/20・11/17 12/15・1/19・2/16・3/15	65歳以上の 千歳市民 事前の参加予約が 必要 介護予防センター 0123-23-0012	いきいき百歳体操・健康や生活 に役立つ情報に関するミニ講話等	