

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
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	毎週金曜日 14:00~16:00	高齢者 町内会員	介護予防体操・ふまねっと
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木曜日 9:30~12:00	高齢者	介護予防体操・茶話会・出前講座
3	白樺美寿々会 (老人クラブ)	白樺町内会館 白樺3丁目7-15	①4月~10月 毎週金曜日 ②11月~3月 毎週木・金曜日 3月~例会・食事会 13:00~15:00	老人クラブ会員	食事会・麻雀 麻雀会費1,000円/年
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	毎週金曜日 13:30~終了時間はその時 によって変わる	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	文京1丁目シニアクラブ悠悠会 (老人クラブ)	ウイング13集会室 文京1丁目2-3	①毎週月曜・木曜日 10:00~11:00 ②毎月第2・第4火曜日 14:30~15:30	老人クラブ会員で ウォーキングサー クル入会者	①ウォーキング 年2回春と秋に遠足を実施 ②介護予防体操・ふまねっと
7	歌声喫茶「歌の散歩道」	向陽台コミュニティー センター 里美2丁目9-2	毎月第4金曜日 13:00~15:00	向陽台在住で歌の 好きな高齢者	懐メロをみんなで歌う
8	花咲きサロン (文京町内会)	文京町内会館 文京5丁目4-1	2・4・6・8・10・12月 第3土曜日 13:00~16:00	高齢者 子育て中の親子	手芸など
9	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
10	柏陽町内会ふれあいサロン	柏陽町内会館 柏陽2丁目2-3	年5回・各月20日 (3・6・8・10・12月) 10:00~12:00	町内会員	茶話会・出前講座・映画 物作りなど

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「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
11	介護予防サロン (柏陽町内会)	柏陽町内会館 柏陽2丁目2-3	毎週火曜日 10:00~12:00	高齢者	いきいき百歳体操
12	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	年3クール 1クール:月1回×3ヶ月 17:00~19:00	高齢者	介護予防体操・脳トレ
13	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	泉沢向陽台 コミュニティーセンター 里美2丁目9番地の2	10:00~11:00 1時間 令和5年度の予定 4/25・5/23・6/27・7/25・8/22 9/26・10/24・11/28・12/19 1/23・2/27・3/26	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