

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		サロン内容
若草	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 13:30~15:30	町内会員 他町内会の方 参加可	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	毎週水曜日 10:00~11:30	高齢者	介護予防体操・茶話会・出前講座
白樺	3	白樺美寿々会 (白樺老人クラブ)	白樺町内会館 白樺3丁目7-15	①毎月第3月曜日(偶数月) 12:00~14:00(8月休み) ②毎月第3月曜日(奇数月) 13:00~15:00 ③毎週木・金曜日 12:00~14:00(12月~3月) ④毎週水曜日 13:00~15:00 (12月~3月休止)	美寿々会会員	①食事会 300円 ②例会 100円 ③麻雀 1,000円/年 ④手芸 その他:旅行(年3回) 交通安全運動・公園の清掃(年2回)
里美	4	里美町内会介護予防サロン (里美町内会)	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	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
	6	歌声喫茶「歌の散歩道」	泉沢向陽台 コミュニティセンター 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 入会時歌集500円
	7	子育てサロン ハッピーひろば 第10地区民生委員児童委員	泉沢向陽台 コミュニティセンター 里美2丁目9-2	毎月第3火曜日 10:00~11:30 年9回程度	1歳~3歳児と 母	おもちゃ・乗り物で体育館をまわる 折り紙など

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	サロン内容	
里美 8	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9-2	10:00~11:00 1時間 令和6年度の予定 4/23・5/28・6/25・7/23・8/27 9/24・10/22・11/26・12/24 1/28・2/25・3/25	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
柏陽 9	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
10	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
文京 11	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	①毎週月曜・木曜日 10:00~11:00 ②毎月第1・第3火曜日 13:30~15:30	町内会員 シニアクラブ会員	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
12	花咲くサロン (文京町内会)	文京町内会館 文京5丁目4-1	5月~2月まで10回程度 毎月第3土曜日 13:00~16:00	高齢者 子育て中の親子	茶話会・工作・お菓子作り ゲーム大会など
13	ぶんぶん健康サロン 文京あららぎの会(老人クラブ) (文京町内会)	文京町内会館 文京5丁目4-1	毎週月曜日 13:00~14:30	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 あららぎの会では日帰り旅行や誕生会 花壇づくりなども行っています