

通いの場（サロン）【向陽台区圏域】

掲載地域:若草、白樺、里美、柏陽、文京

若草

サロン名	サロン内容	活動場所	開催日	開催時間	参加対象者
① 若草いきいき100歳 体操 (若草町内会)	介護予防体操・ふまねっと	若草町内会館 (若草3丁目2-7)	毎週金曜日	14:00 ~16:00	町内会員 他町内会の方 でも可

白樺

サロン名	サロン内容	活動場所	開催日	開催時間	参加対象者
① 明日への幸せ ふれあいサロン白樺 (白樺町内会)	茶話会・出前講座	白樺町内会館 (白樺3丁目7-15)	第1木曜日	10:00 ~12:00	高齢者 町内会員
② 白樺美寿々会 (老人クラブ)	①食事会300円	白樺町内会館 (白樺3丁目7-15)	毎週水曜日	13:00 ~14:00	美寿々会会員
	②例会100円		毎週金曜日	13:00 ~15:00	
	③麻雀1,000円/年		毎週火・水 曜日	10:00 ~12:00	
	④手芸		都度開催		
	その他:旅行(年3回) 交通安全運動・公園の 清掃(年2回)		毎週木曜日	13:00 ~15:00	

里美

サロン名	サロン内容	活動場所	開催日	開催時間	参加対象者
① 里美町内会介護予防サロン	介護予防体操・茶話会 脳トレ	里美町内会館 (里美4丁目3-10)	毎週金曜日	13:30 ~15:00	町内会員
② 北海道千歳リハビリテー ション大学 健康増進教室	介護予防体操・脳トレ	北海道千歳リハビリ テーション大学3階 (里美2丁目10)	年9回	17:00 ~18:30	どなたでも

サロン名	サロン内容	活動場所	開催日	開催時間	参加対象者
③ 歌声喫茶「歌の散歩道」	懐メロをみんなで歌う 参加費100円	泉沢向陽台 コミュニティセンター (里美2丁目9-2)	第4金曜日	13:00 ～15:00	向陽台在住の 高齢者
④ 子育てサロン ハッピーひろば (第10地区民生児童委員)	子育て支援	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金曜日	10:00 ～11:30	どなたでも参加可 子育て中親子参加可
⑤ 介護予防教室 (千歳市介護予防 センター)	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	泉沢向陽台 コミュニティセンター センター (里美2丁目9-2)	年間の計画日	受付9:30～ 10:00 ～12:00	高齢者 千歳市民 ※要事前予約

柏陽

サロン名	サロン内容	活動場所	開催日	開催時間	参加対象者
① ふれあいサロン (柏陽町内会)	茶話会・出前講座	柏陽町内会館 (柏陽2丁目2-3)	年5回	10:00 ～12:00	どなたでも
② 介護予防百歳体操 (柏陽町内会)	介護予防体操	柏陽町内会館 (柏陽2丁目2-3)	毎週火曜日	10:00 ～12:00	どなたでも

文京

サロン名	サロン内容	活動場所	開催日	開催時間	参加対象者
① 文京1丁目シニア クラブ悠悠会 (老人クラブ)	ウォーキング ※年2回春と秋に遠足を 実施	向陽台地域	毎週 月曜・木曜	13:00 ～11:00	町内会員 シニアクラブ会員
	介護予防体操 ふまねっと	Wing13集会室	毎月 第1・3 火曜日	13:00 ～11:00	
② 花咲くカフェ (文京町内会)	工作・お菓子作り ゲーム大会	文京町内会館 (文京5丁目4-1)	毎月(奇数月) 第3土曜日	13:00 ～15:00	町内会会員 子育て中親子
③ ぶんぶん食堂 (文京町内会)	食事会	文京町内会館 (文京5丁目4-1)	毎月(奇数月) 第3土曜日	11:30 ～13:30	町内会会員 子育て中親子
④ ぶんぶん健康サロン (文京町内会)	介護予防体操 ふまねっと 食事会	文京町内会館 (文京5丁目4-1)	毎週月曜日	13:00 ～15:00	60歳以上の 町内会員