

いぶすき茶屋

in
しゃきょう

📍 千歳市社会福祉協議会 2F 会議室

どなたでも“気軽に相談・交流できる場”

・日々の健康づくりや暮らしをサポート・

血圧・握力測定



介護・認知症に関する相談



コーヒーを飲みながら交流



・毎月のお楽しみ企画・

5/13(水) 10:00~12:00

明治安田生命による
骨ウェーブ&
血管年齢測定会

超音波を手首に伝播させ、投下した波の形から骨の強さを約40秒で算出します。靴下やストッキングを脱がないで、気軽に骨の健康度チェックが可能です。手のひらをセンサーに当てるだけで『血管年齢測定』も体験いただけます！

体力測定
&
カローリング体験

千歳市スポーツ振興課による「体力測定」と氷の代わりに床の上で楽しむ、カローリングを元にした室内軽スポーツの体験会を行います♪
ぜひ一緒に遊んでみましょう！



・いぶすき茶屋とは？・

【問い合わせ先】

千歳市社会福祉協議会

0123-27-2526 (直通)

千歳市東雲町1丁目11番地

いぶすき茶屋とは？

～これまで歩んできた歴史と、新しいステージへの想い～

「いぶすき茶屋」は、地域の高齢者のみなさまが「ふれあい、生きがい、健康づくり」を楽しみ、「引きこもりを防止すること」を目的とした集いの場です。

令和元年7月、いぶすき公園内のパークゴルフ場入り口から「いぶすき茶屋」の歴史は始まり、これまで2つの場所を拠点にしていました。

- いぶすき公園：パークゴルフを楽しまれる元気な方が多く、「今の体力を維持したい」という介護予防への意欲にあふれた交流が行われてきました。
- ラッキー千歳錦町店：「お買い物ついで」に、お一人でも気軽に立ち寄れるのが特徴で、「ゆっくりとお話しをする場」として、地域のみなさまに親しまれてきました。

令和8年度より、新たな拠点へ

これまで大切にしてきた「地域住民の集いの場」としての役割をさらに広げ、より多くの方が集いやすい環境を整えるため、令和8年度からは「千歳市社会福祉協議会」へと開催場所を移しました。場所は変わっても、これまでの「いぶすき茶屋」の温かさはそのままに、新しい拠点でもみなさまをお迎えします。

いぶすき茶屋でできること

新しい場所でも、これまでの活動を大切に継続していきます。

- 気軽な健康チェック：血圧測定や握力測定、健康相談を気軽に行えます。
- 心と体の健康づくり：脳トレ、体操、管理栄養士による栄養のお話、ヨガや体力測定など、月ごとに楽しみながら学べるメニューを用意しています。
- つながる喜び：専門スタッフだけでなく、民生委員も参加し、「また来たい」と思える温かなコミュニティを目指しています。

・ 今後の日程 ・

- 7月15日（水）
 - 9月9日（水）
 - 11月11日（水）
 - 1月13日（水）
 - 3月10日（水）
- 全日共通 10：00～11：30

【問い合わせ先】

千歳市社会福祉協議会

0123-27-2526（直通）
千歳市東雲町1丁目11番地