

# 本府・中央地区 通いの場マップ

【令和7年4月現在】

## 【健康サロン】

日時：月1回（木曜）  
10:30～11:30  
場所：緑苑ビル  
（北3西7）



## 【札幌本府白寿会】

日時：不定期（概ね2か月に1回）  
場所：本府・中央まちづくりセンター  
（北1西2 時計台ビル10階）

札幌駅

介護予防教室

ふれあい・いきいきサロン

運動自主グループ

老人クラブ

## 〈すこやか倶楽部〉

日時：毎月第3金曜  
10:00～11:30  
場所：本府・中央まち  
づくりセンター（北1西2  
時計台ビル10階）  
体操や講話など毎月内容  
は変わります



## 【いきいきサロンえいと】

日時：月5回  
場所：緑苑ビル（北3西7）



さっぽろ 東急

創成川通り

本府・中央まちづくり  
センター

## 【中央どんぐりクラブ】

日時：年数回（不定期）  
場所：本府・中央まち  
づくりセンター  
（北1西2 時計台ビル10階）



趣味活動や茶話会  
などの交流

運動全般

介護予防センター  
主催

北海道大学  
植物園

北1条・宮の沢通り

大通

大通公園

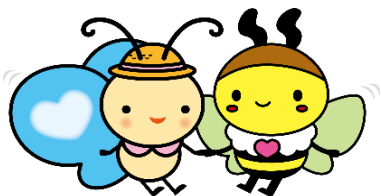
参加を希望される方は、事前下記までお問い合わせください。（平日8:45～17:15）

【介護予防教室・老人クラブに関するお問い合わせ】

介護予防センター大通公園 ☎271-1294

【サロンに関するお問い合わせ】

中央区社会福祉協議会 ☎281-6113





# 本府・中央地区の 介護・高齢者福祉の相談窓口



中央区第1地域包括支援センター

☎ 209-2939

介護保険・認知症・消費者被害や虐待などの  
高齢者の総合相談窓口



中央区介護予防センター大通公園

☎ 271-1294

介護予防教室の実施。介護予防・介護や福祉のご相談  
地域の自主的な介護予防活動の支援



中央区社会福祉協議会

☎ 281-6113

ふれあい・いきいきサロン、福祉除雪、ボランティア活動について

【第2層生活支援コーディネーター】

地域の生活支援・支えあいの活動支援



中央区役所 保健福祉課

☎ 231-2400 (代表)

介護保険などの各種制度、「あんしんコール」  
「配食サービス」等の高齢者向けのサービスについて



## 本府・中央地区 通いの場マップ

【作成：令和7年4月】

このマップは、おおむね65歳以上の方を対象とする本府・中央地区のみなさんが行きやすいサロンや運動グループ等の通いの場の情報を掲載したマップです。

今後も地域で安心して暮らせるよう、外出や交流機会の一助になれば幸いです。

費用や活動内容の詳細、定員制限などを  
設けている場合もございますので、  
**事前に各問合せ先までご確認ください。**

(問い合わせ先につきましては裏面に記載しています)

### 《 作成 ・ お問い合わせ 》

○介護予防センター大通公園

○第2層生活支援コーディネーター

(中央区社会福祉協議会)

