

藻岩下地区 通いの場マップ

「通いの場」とは、サロンや老人クラブなど、地域の方々が主体となって行う集まりのことです。通いの場に参加することで、要介護や認知症になるリスクを減少させることができます。また日常的に健康を意識するようになるなど、介護予防・フレイル予防のさまざまなメリットがあります。

名前	開催日	参加対象	料金	主な内容	問合せ先
①ハートハウスもいわした(南区南32条西8丁目1番15号)					
もいわした オレンジカフェ	開催不定期 要問合せ	藻岩下 地区の方	1回 100円	認知症 カフェ	ハートハウス もいわした ☎572-8500
②藻岩下地区会館(南区南34条西9丁目2-1)					
健康教室	毎月第3水曜日 13:30~	高齢者	無料	転倒予防 体操	介護予防センター ☎581-1294
藻寿会	第1・3土曜日 10:00~	高齢者	無料	老人 クラブ	まちづくりセンター ☎581-2001
うたごえ サロン	毎月第3土曜日 11:00~	どなたでも	歌集代 100円	アコーディ オン演奏に 合わせた歌	まちづくりセンター ☎581-2001
③楽ゆう館36(南区南36条西10丁目)					
あるカフェ36	毎月第2金曜日 13:30~	南区の方	1回 100円	認知症 カフェ	楽ゆう館36 ☎581-2300

※認知症カフェは「認知症の方、ご家族の方、認知症に関心のある方、専門職の方など、どなたでも気軽に参加でき集う場」です。認知症に関する相談をすることも可能です。

マップに関する問合せ先:南区介護予防センターまこまない(☎581-1294)



藻岩山スキー場

