

# 清田区の集いの場情報！！

## ～ いきいきサロン・地域交流サロン編 ～

ふれあい・いきいきサロンとは、地域で身近な住民同士が集い、つながりを深める自主活動の場です。

こちらでは、清田区内にあるサロンの情報(活動場所・活動時間・活動内容や参加費)を掲載しております。地区ごとに色分けしておりますのでご参照ください。

北野地区

平岡地区

清田中央地区

清田地区

里塚・美しが丘地区

### いきいきサロン一覧

地区名	サロン数	掲載ページ
北野地区	3サロン	P37
平岡地区	11サロン	P38～P40
清田中央地区	4サロン	P41～P42
清田地区	2サロン	P43
里塚・美しが丘地区	8サロン	P44～P45

### 地域サロン一覧

サロン名	住所	掲載ページ
お茶の間カフェふらっと	平岡9条1丁目13-13	P46
地域サロン ぽっけ	清田1条2丁目2-2	P46

## 北野まきば結の会（福祉推進委員会茶話会）

- 活動場所/〒004-0866 清田区北野6条1丁目13-25(まきばサロン)
- 活動時間/2か月に1回 13:00~15:00 土日除く
- 活動内容や参加費  
活動内容：おしゃべり、健康づくり、教養（講座）、折り紙、歌唱  
参加対象：北野まきば町内会の70歳以上の一人暮らし・80歳以上の高齢者  
参加費：100円

## 北野サントウンいきいきサロン

- 開催場所/〒004-0865 清田区北野5条4丁目1(北野サントウン管理棟)
- 活動時間/月1回（第2火曜日）10:00~12:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：住民交流、ラジオ体操、外部講師による講話、花見等  
参加対象者：町内会に住む高齢者  
参加費：無料

## ぐりんサロン

- 開催場所/〒004-0864 清田区北野4条2丁目8-28(北野連合会館)
- 活動時間/月1回（第3金曜日）10:00~12:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：お話し合い等の交流活動  
参加対象者：概ね自治会居住の高齢者（徐々に若年層にも拡充）  
参加費：300円

## ふれあいサロン どんぐり

- 開催場所/〒004-0871 清田区平岡1条6丁目1-20（平岡南団地自治会集会室）
- 活動時間/毎月第3金曜 13:00~16:00  
毎月20日ランチ会 11:30~14:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：①茶話会 ②専門機関による健康の豆知識や簡単なストレッチ等  
③参加者のニーズに合わせて自由に内容を検討④毎月20日にみんなでランチ  
参加者対象：団地住民（平岡南団地自治会）  
参加費：100円

## カンパニユラ平岡

- 開催場所/〒004-0875 清田区平岡5条1丁目1-40（プラッツシュヴァービング）
- 活動時間/週1回（月曜）※開催日によって時間変更あり
- 活動内容や参加費  
活動内容：機能改善体操、茶話会、交流会、地域仲間づくり活動  
参加対象：特になし  
参加費：500円

## アクティブ平岡

- 開催場所/〒004-0879 清田区平岡9条4丁目2-10（平岡公園会館）
- 活動時間/月5回（第1・3・5火曜日、第2・4水曜日）10:00~11:30
- 活動内容や参加費  
活動内容：ロコモティブ・シンドロームの予防を主目的にストレッチ運動  
参加対象：平岡公園町内会会員  
参加費：100円

## リラガサロン

- 開催場所/〒004-0874 清田区平岡4条3丁目3-15（平岡春風台会館）
- 活動時間/月2回（第2・4月曜日）10:00~12:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：体操、ストレッチ、茶話会  
参加者対象：平岡各町内会近隣に住む50代以上  
参加費：500円

## 平岡三条団地すまいるサロン

- 開催場所/〒004-0873 清田区平岡3条3丁目26-1-101（平岡三条団地集会室）
- 活動時間/月1回（第3金曜日）13:00～15:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：健康体操、おしゃべり、茶話会、脳トレーニング、手足の運動  
参加者対象：60歳以上の高齢者  
参加費：無料

## 平岡公園町内会ふれ愛サロン

- 開催場所/〒004-0879 清田区平岡9条4丁目2-10（平岡公園会館）
- 活動時間/月1回（第4金曜日）10:00～13:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：お茶会、囲碁、麻雀等を通じた交流  
参加者対象：特になし  
参加費：無料

## 平岡小学校前町内会茶話会

- 開催場所/〒004-0880 清田区平岡10条2丁目19-17（平岡小学校前会館）
- 活動時間/月1回（第4金曜日）13:00～15:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：茶話会、体力測定、転倒予防体操等を通じた交流  
参加者対象：特になし  
参加費：無料

## 平岡シュヴァービングふれあいサロン

- 開催場所/〒004-0875 清田区平岡5条2丁目1  
（平岡シュヴァービング町内会 集会場）
- 活動時間/月1回（第3日曜日）13:00～16:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：おしゃべりを楽しむ、茶話会、ゲーム、健康に関する外部講師講話等  
参加者対象：町内に住む70歳以上の高齢者及び参加希望者  
参加費：200円

## おしゃべりサロンたんぽぽ

- 開催場所/〒004-0879 清田区平岡9条4丁目2-10（平岡公園会館）
- 活動時間/月1回（4金曜日）10:00～12:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：茶話会及び外部講師による歌の会（2か月に1回）  
参加者対象：概ね町内会エリア内の65歳以上の高齢者  
参加費：300円

## テラカフェ

- 開催場所/〒004-0873 清田区平岡3条3丁目25-10  
真宗高田派本山「専修寺北海道別院」
- 活動時間/月1回（第2金曜日）11:00～14:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：おしゃべり、体操、運動など  
参加者対象：概ね60歳以上の近隣の方  
参加費：無料

## ロピアサロン

- 開催場所/〒004-0874 清田区平岡4条2丁目2-10  
（ロピア平岡Ⅱ 集会室）
- 活動時間/月1回（概ね水もしくは木曜日）13:00～15:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：おしゃべり、ゲーム、健康体操など  
参加者対象：ロピア平岡Ⅱの住民  
参加費：無料

いきいきサロン（清田中央地区）

## ゆうあいサロン

- 開催場所/〒004-0847 清田区清田7条2丁目16-18  
清武会館（元町町内会館）
- 活動時間/月8回（第1・2月曜日、第1・2・3・4火曜日、第2・4水曜日）  
9：00～12：00
- 活動内容や参加費  
活動内容：麻雀、カラオケ、カーリンコン、卓球、映画鑑賞など  
参加対象者：清田団地元町町内会在住者  
参加費用：200円

## しゃべりばサロン

- 開催場所/〒004-0843 清田区清田3条3丁目1-30（清田老人福祉センター）  
〒004-0844 清田区清田4条1丁目4-1（札幌国際大学）  
〒004-0844 清田区清田4条2丁目4（清田中央公園）
- 活動時間/週1回（不定期）
- 活動内容や参加費  
活動内容：茶話会、ゲーム、外出行事、クラフト作り、介護予防センターによる指導  
参加者対象：町内に住む65歳以上  
参加費：100円

## コスモス会

- 開催場所/〒004-0844 清田区清田4条2丁目10-1（清田中央会館）
- 活動時間/毎月2回 第2日曜日13:00~16:00、第3木曜日（不定期）
- 活動内容や参加費  
活動内容：健康麻雀、カラオケ、卓球、お茶会  
参加対象者：清田自治会・清田南若葉会の65歳以上  
参加費用：年間2,000円

## 若葉サロン

- 開催場所/ 〒004-0843 清田区清田3条3丁目1-30 清田老人福祉センター  
（〒004-0842 清田区清田2条2丁目10（個人宅））
- 活動時間/毎月1回（第1水曜日）13:00~15:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：一人一言コーナー、認知予防体操、トランプ、ゲームなど  
参加対象者：65歳以上の高齢者  
参加費：100円

## コモン アイシティ真栄

- 開催場所/〒004-0831 清田区真栄1条1丁目4-27（アイシティ真栄集会室）
- 活動時間/月4回（第1・3火曜）12：30～14：00  
（第3金曜）10：00～11：30  
（第4日曜）9：00～
- 活動内容や参加費  
活動内容：心身機能低下防止、親睦・ふれあい活動、健康麻雀、趣味の手工芸、お茶会、パークゴルフ、体操教室等  
参加者対象：マンション及び近隣居住の高齢者  
参加費：300円

## 清田 すくすく

- 開催場所/〒004-0832 清田区真栄2条2丁目1-57（真栄地区会館）
- 活動時間/毎月1回（第1木曜日）10：00～12：00
- 活動内容や参加費  
活動内容：絵てがみ スケッチ 展示  
参加対象者：年齢制限なし（男性歓迎）  
参加費：200円



## ふれあいいきいきサロン美里

- 開催場所/〒004-0802 清田区里塚2条4丁目15-27（美里町内会館）
- 活動時間/月2回（第2・4木曜日）10:00～15:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：講習会、お茶会、ゲーム、囲碁、麻雀、花札  
参加者対象：町内に住む65歳以上  
参加費：100円

## 壱番街桜クラブ

- 開催場所/〒004-0813 清田区美しが丘3条6丁目1-6（美しが丘壱番街管理棟）
- 活動時間/毎月第3土曜日 12:00～14:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：茶話会、ラジオ体操、卓球、他町内会行事参加等  
参加対象：壱番街自治会の住民の方  
参加費用：年間約8,000円

## ライブヒルズサロン

- 開催場所/〒004-0882 清田区平岡公園東3丁目11-1（ライブヒルズ町内会館）
- 活動時間/月2回（第1・3月曜日）10:00～12:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：ふれあい、趣味活動、健康講話、軽運動  
参加対象：町内会の高齢者  
参加費用：無料

## 貳番街サロンはまなす会

- 開催場所/〒004-0813 清田区美しが丘3条6丁目10-2  
（パシフィック美しが丘貳番街自治会集会室）
- 活動時間/週1回（土曜日）9:30～11:30
- 活動内容や参加費  
活動内容：茶話会、ミニゲーム、お食事会、外出行事、趣味活動  
参加対象者：美しが丘貳番街自治会の65歳以上  
参加費：年間2,000円

いきいきサロン（里塚・美しが丘地区）

## 緑ヶ丘げんきサロン

- 開催場所/〒004-0805 清田区里塚緑ヶ丘 10 丁目 4-17(里塚緑ヶ丘町内会館)
- 活動時間/月 2 回（第 1・水曜日）10:00~11:30
- 活動内容や参加費  
活動内容：お茶会、ミニ講話、ふまねっと等  
参加者対象：町内に住む 60 歳以上の高齢者  
参加費：100 円

## にじいろサロン

- 開催場所/〒004-0801 清田区里塚 1 条 4 丁目 6-6(公営住宅団地里塚集会場)
- 活動時間/週 1 回（水曜日）10:00~11:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：おしゃべり、体操等  
参加者対象：里塚団地自治会の方及び近隣の方  
参加費：無料

## サロンジュリエット

- 開催場所/〒004-0802 清田区里塚 2 条 6 丁目 21-5（美容室ジュリエット）
- 活動時間/毎週月～金 15:00~17:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：茶話会、困り事相談、スマホ教室等  
参加者対象：歩いてこられる方  
参加費：無料

## さとサロン

- 開催場所/〒004-0811 清田区美しが丘 1 条 8 丁目 7-3（里塚町内会館）
- 活動時間/週 1 回（水曜日）10:00~11:00
- 活動内容や参加費  
活動内容：茶話会、体操、カラオケ  
参加者対象：町内会にお住まいの高齢者  
参加費：無料

## お茶の間カフェふらっと

- 運営団体/特定非営利活動法人 たすけ愛ふくろう清田
- 開催場所/〒004-0879 清田区平岡9条1丁目13-13
- 連絡先/011-889-2960
- 活動内容や参加費



活動内容	活動時間	参加費
スマホ教え合い、ふまねっと、太極拳、ヨガ、絵手紙、切り絵、パッチワーク、ウクレレ、オカリナなど	月曜～金曜 10:00～16:00	1回200円 (茶菓付)
ひらおか子ども食堂@ふらっと	毎月第3土曜日 11:00～13:00	子ども(中学生まで)100円 家族200円

## 地域サロン ぽっけ

- 運営団体/特定非営利活動法人ワーカーズ・ぽっけ
- 開催場所/〒004-0841 清田区清田1条2丁目2-2
- 連絡先/011-883-6300
- 活動内容・活動時間・参加費

活動内容	活動時間	参加費
ラジオ体操	毎日 14:30～15:00	無料
ぽっけ・こども食堂 ①皆で食べる「こども食堂」 ②「おすそ分け」食材をお渡し	①偶数月の第3土曜日 11:30～13:00 ②毎月第3水曜 10:00～18:00	①小/中学生 100円 保護者/高校生 200円 70歳以上 300円 ②無料

上記以外で、足温浴(常設で15分30円)を常設していますので、お仲間をお誘いください。