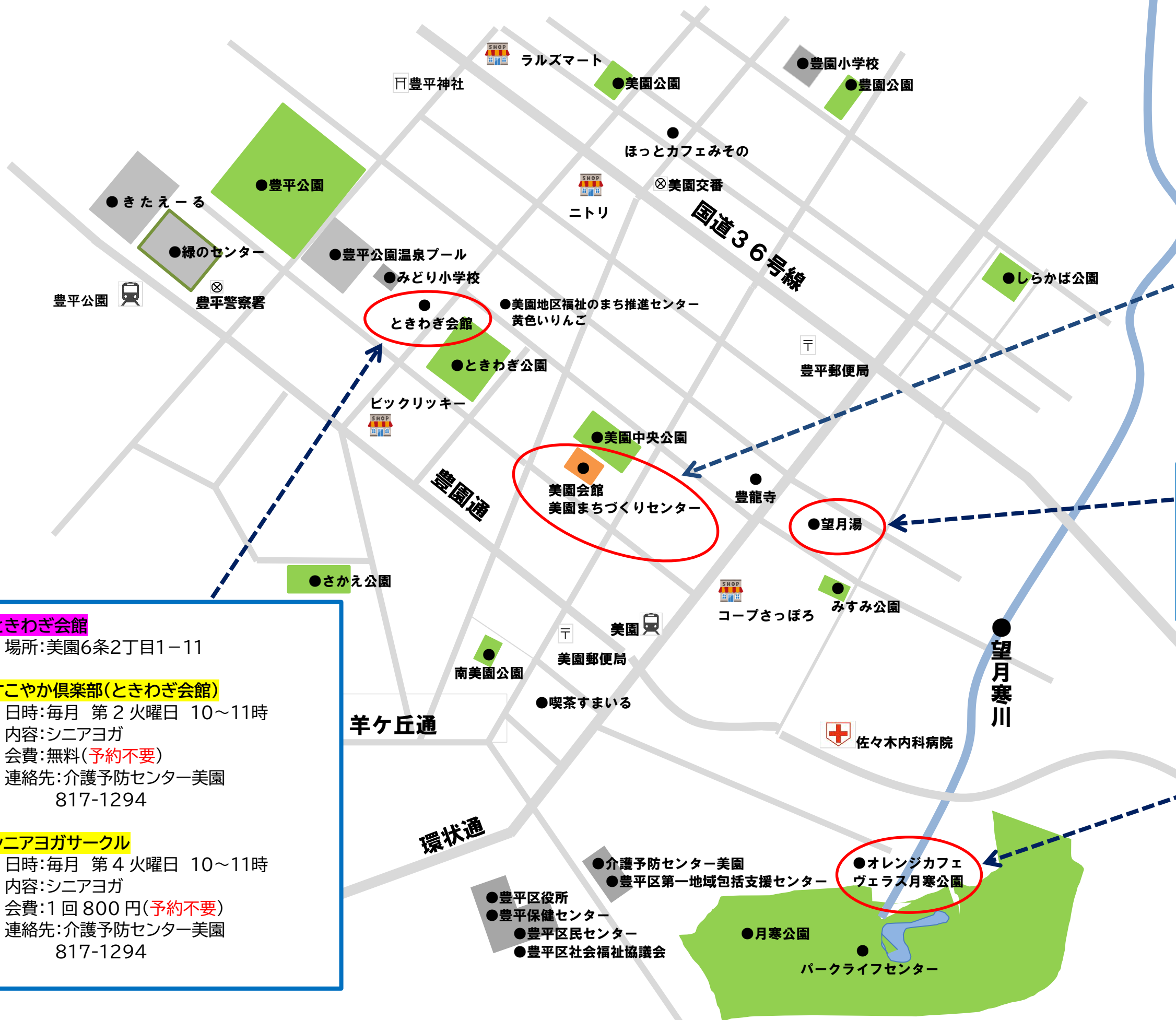


美園地区通いの場マップ



高齢者の皆様が利用できる場所です。



美園会館

場所:美園6条5丁目4-1

すこやか倶楽部(美園会館)

日時:月1回 水曜日 10~11時
 内容:体操・ゲーム・講話
 会費:無料(予約不要)
 連絡先:介護予防センター美園 817-1294

老人クラブ 美園和楽美会(みそのわらびかい)

日時:毎月8日・18日
 連絡先:豊平区役所 保健福祉課
 活動推進担当係 822-2451

向三軒両隣健康づくり教室

日時:毎週水曜日 10時30分~11時30分
 場所:望月湯(美園5条7丁目1-8)
 内容:体操・ストレッチ・筋トレ・脳トレなど。
※教室前後での入浴は不可。
 連絡先:介護予防センター美園 817-1294

オレンジカフェ・ヴェラス月寒公園(認知症カフェ)

日時:月1回 第3金曜日 13~15時
 内容:喫茶(コーヒー、紅茶など)・歓談・相談
 脳トレクイズ・歌謡曲合唱(アカペラ)など。
 参加費:100円
 場所:美園9条8丁目5-1光ハイツ・ヴェラス1F
 連絡先:光ハイツ・ヴェラス月寒公 824-8080
 (担当窓口:松原支配人)
 「どなたでも、お気軽にお越しください♪」

ときわぎ会館

場所:美園6条2丁目1-11

すこやか倶楽部(ときわぎ会館)

日時:毎月 第2火曜日 10~11時
 内容:シニアヨガ
 会費:無料(予約不要)
 連絡先:介護予防センター美園
 817-1294

シニアヨガサークル

日時:毎月 第4火曜日 10~11時
 内容:シニアヨガ
 会費:1回 800円(予約不要)
 連絡先:介護予防センター美園
 817-1294

【作成機関・マップに関するお問い合わせ】

札幌市豊平区介護予防センター美園

連絡先:817-1294 令和6年3月現在