

すこやか倶楽部

12月の予定

参加料：無 料
持ち物：飲み物・タオル

場 所	日 時	内 容
富丘 高台集会所 富丘3条6丁目2-8	12 / 5 (金) 10:00~	介護予防センター職員による 『クリスマス会』 ～笑って・笑って・楽しもう！～
富丘 西宮の沢会館 富丘2条2丁目1-1	12 / 11 (木) 10:00~	『クリスマス会』 ～笑って・歌って・楽しもう！～ 講師： 北村 和也 氏

【お問い合わせ先】

札幌市手稲区介護予防センター
新発寒・富丘・西宮の沢

【担当】
伊藤・柏谷 TEL

683-5561

手稲区西宮の沢4条3丁目3-40（特別養護老人ホーム愛輪園内）

介護予防センターの
情報はコチラから



詳細は裏面にて



すこやか俱楽部とは・・・

新発寒地区にお住いのおおむね65歳以上の方を対象とした
介護予防教室です。【参加無料】

『転倒予防』『認知症予防』『栄養改善』『口腔機能の向上』
などをテーマに、心と身体の健康づくりを目的としております。
参加されているみなさまが優しいので、初めての方も大丈夫！
みなさまのご参加を心よりお待ちしております。

※ご参加の際『飲み物』『タオル』『上靴』を忘れずに！

介護予防センターとは・・・

札幌市より、委託を受け設置された公正・中立な機関です。
高齢者の皆さまが住み慣れた地域で、いつまでも元気で暮らせる
ように以下の業務に取り組んでおります。

①介護予防などの相談窓口

・皆さまの身近な相談窓口として様々な相談をお受けします。

②介護予防教室【すこやか俱楽部】の実施

・詳細は表面にて

③地域の介護予防活動の支援

・身近な地域で介護予防活動は自主的に継続されるよう

普及啓発や技術支援、運営についての助言等を行ないます。

【介護予防に関する相談窓口】

札幌市手稲区
介護予防センター新発寒・富丘・西宮の沢

担当：伊藤・柏谷

TEL

683-5561

手稲区西宮の沢4条3丁目3-40（特別養護老人ホーム愛輪園内）

富丘・西宮の沢地区 介護予防活動マップ



すこやか俱楽部とは・・・

富丘・西宮の沢地区にお住いのおおむね65歳以上の方を対象とした
介護予防教室です。【参加無料】

『転倒予防』『認知症予防』『栄養改善』『口腔機能の向上』
などをテーマに、心と身体の健康づくりを目的としております。
参加されているみなさまが優しいので、初めての方も大丈夫！

みなさまのご参加を心よりお待ちしております。

※ご参加の際は『飲み物』と『タオル』を忘れずに！

介護予防センターとは・・・

札幌市より、委託を受け設置された公正・中立な機関です。

高齢者の皆さまが住み慣れた地域で、いつまでも元気で暮らせる
ように以下の業務に取り組んでおります。

①介護予防などの相談窓口

・皆さまの身近な相談窓口として様々な相談をお受けします。

②介護予防教室【すこやか俱楽部】の実施

・詳細は表面にて

③地域の介護予防活動の支援

・身近な地域で介護予防活動は自主的に継続されるよう

普及啓発や技術支援、運営についての助言等を行ないます。

【介護予防に関する相談窓口】

札幌市手稲区

介護予防センター新発寒・富丘・西宮の沢

担当：伊藤・柏谷 TEL

683-5561

手稲区西宮の沢4条3丁目3-40（特別養護老人ホーム愛輪園内）