

在宅地域支援施設 手稲ゆうゆう 札幌市手稲区介護予防センター 稲穂・金山・星置

介護予防センターとは…

札幌市の委託を受け、設置されている公的機関です。

ご高齢の方が住み慣れた地域で、元気に長く生活ができるよう、地域における介護予防事業の普及・啓発活動を日々行っています。

① 地域の身近な相談窓口

介護予防に関する事や介護保険制度など、福祉に関するご相談をお受けしています。お悩みや気になる事、「こんなこと聞いても良いのかな？」という事でも、お気軽にご連絡ください。

② すこやか倶楽部（介護予防教室）の開催

地域の皆さまが介護予防に取り組むきっかけづくりの場です。
すこやか倶楽部では「運動」をメインに、介護予防に関する講話等様々な内容を月1回「元気に」「楽しく」行っています。

○ 星置地区すこやか倶楽部

第1月曜日 10:00～11:00 星置地区センターにて

○ 稲穂地区すこやか倶楽部

第2月曜日 10:30～11:30 稲穂会館にて

○ 金山地区すこやか倶楽部

第3水曜日 13:30～14:30 金山会館にて



※ 時間及び場所は変更する場合があります

※ 詳細についてはお問い合わせください

③ 自主運動グループの応援

地域の皆さまが自主的に活動される運動グループ（通称「通いの場」）において、活動を継続できるようお手伝いをしています。

老人クラブやサロンなど、介護予防に関する運動及び講話のご依頼もお受けしています。また、新たに運動を行いたい方や、運動のグループを作りたい方も大歓迎です。どうぞご相談ください。

ご相談やお問い合わせは

「札幌市手稲区介護予防センター稲穂・金山・星置」まで

住所：手稲区稲穂5条2丁目6-5 在宅地域支援施設 手稲ゆうゆう内

TEL:011-685-8366 FAX:011-681-7375

担当：田崎、清原