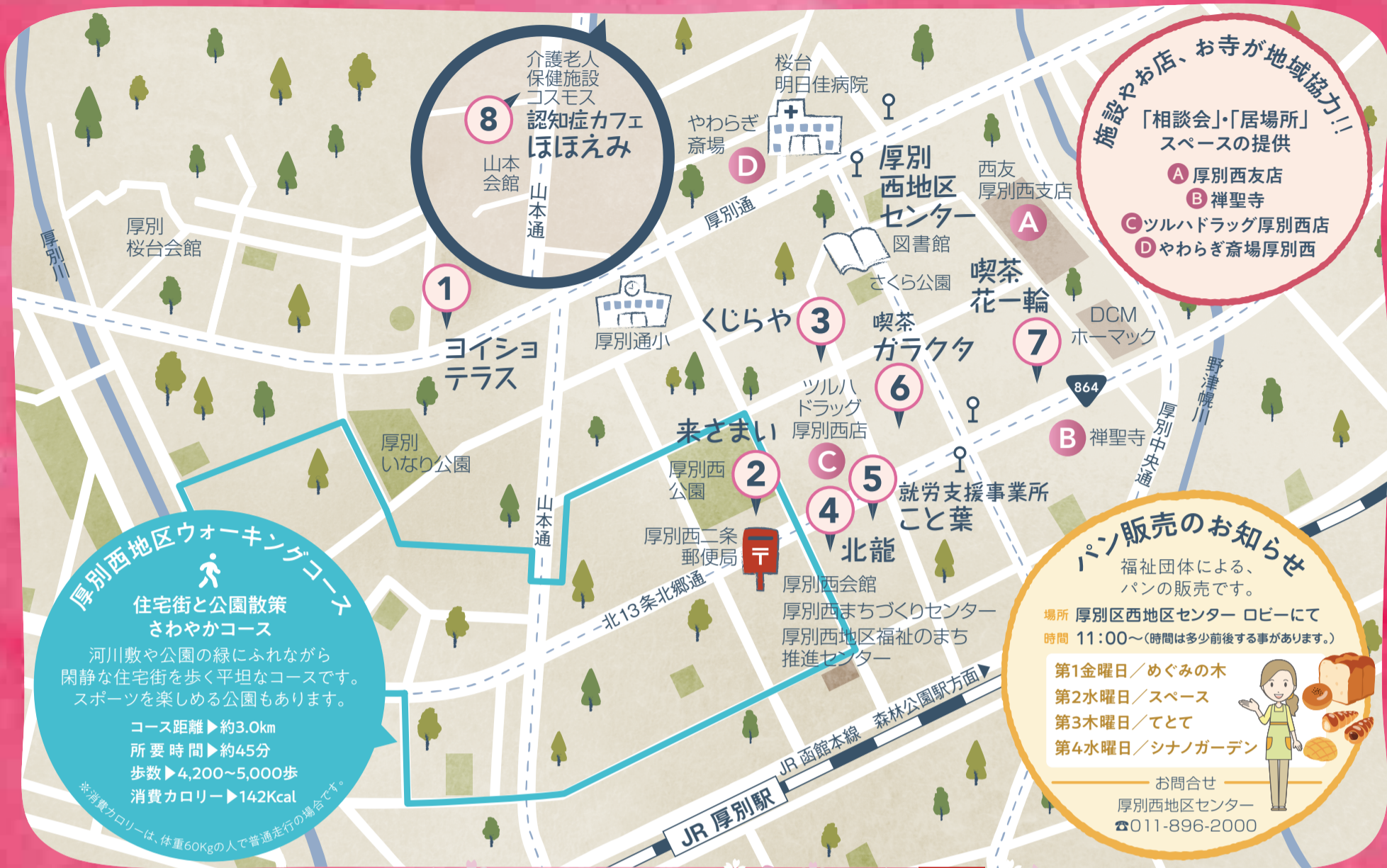


# ふれあいMAP {厚別西地区} 厚別通り・北13条北郷通・山本通編 つどい・よりあい・ふれあいの場所



**厚別西地区ウォーキングコース さわやかコース**  
住宅街と公園散策  
さわやかコース  
河川敷や公園の緑にふれながら  
閑静な住宅街を歩く平坦なコースです。  
スポーツを楽しめる公園もあります。  
コース距離▶約3.0km  
所要時間▶約45分  
歩数▶4,200~5,000歩  
消費カロリー▶142Kcal  
※消費カロリーは、体重60Kgの人で普通走行の場合です。

**パン販売のお知らせ**  
福祉団体による、  
パンの販売です。  
場所 厚別区西地区センター ロビーにて  
時間 11:00~(時間は多少前後する事があります。)  
第1金曜日/めぐみの木  
第2水曜日/スペース  
第3木曜日/てとて  
第4水曜日/シナノガーデン  
お問合せ  
厚別西地区センター  
☎011-896-2000

## 1 ヨイショテラス

食事・喫茶

高齢者住宅の食堂を地域のサロンや会合に開放(高齢者の食事時間提供時間除く)4144+Kitchenは、高齢者住宅の中にあり地域や高齢者の皆さんから安心感が伝わる。



住所:厚別区厚別西5条2丁目18-25 電話:011-807-0502  
定休日:木曜 営業時間:7:00~23:00

## 2 来さまい

食事処

店主は地元育ち!地域住民やサロンなどの集いの場所として提供。地域のお困りごとは皆で解決することを信条に!あつべつ☆ぶらネット会議の場所の提供。



住所:厚別区厚別西3条3丁目4-28  
電話:011-892-4834  
定休日:日・月・火曜  
営業時間:11:00~22:00

## 3 くじらや

おそうざい

調理師が地元の食材にこだわり、季節に合わせたおそうざいを提供!!  
注文に合わせたオードブル・カロリー食もOK。



住所:厚別区厚別西3条4丁目4-20  
電話:011-577-5543  
定休日:不定休  
営業時間:11:00~19:00  
(なくなり次第終了)

## 4 北龍

食事処

地元で愛されて30年!  
町内会会合後の皆さんの立ち寄り場所。



住所:厚別区厚別西2条4丁目2-17  
電話:011-892-5656 定休日:水曜  
営業時間:11:00~22:00

## 5 就労支援事業所 こと葉

パン屋

厚別南から転居してきて皆さん頑張っています。子ども会行事に協力。

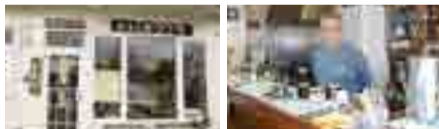


住所:厚別区厚別西2条4丁目2-18  
電話:011-896-0100 定休日:水・日曜  
営業時間:12:00~19:00(なくなり次第終了)

## 6 喫茶ガラクタ

喫茶

白石で10年、厚別で30年!店主の趣味の骨董品が迎えてくれます。常連客や地域の方の隠れ家的存在。子ども会行事に協力。



住所:厚別区厚別西8条4丁目4-25 電話:011-893-3858  
定休日:無休 営業時間:9:00~19:00

## 7 喫茶花一輪

喫茶

2017年8月にオープン。好きな音楽、手作り、花壇づくりなどを生かして地域の方と気軽に交流していきたいと始めた民家型喫茶店。一人でもグループでもふらっと立ち寄ることができる場所になっている。店内は店主の好きな赤でコーディネートされている。



住所:厚別区西4条5丁目9-20 電話:090-3391-3735(宮川順子)  
営業時間:10:00~17:00 定休日:日曜・水曜(その他)

## 8 認知症カフェ ほほえみ

お寺

札幌市認証のカフェで家族やご本人、地域の方が自由に集まり珈琲や手づくりスイーツでゆっくり過ごす時間をとっている。カフェでは認知症についての専門職がいて気軽に相談ができたり、知識を深める場所となっている。



住所:厚別区厚別町山本1063-28 介護老人施設コスモス  
電話:011-895-1110  
開催日:月1回(第3土曜日) 開催時間:14:00~15:30

## B 禅聖寺

お寺

建立S53年。現住職が一代目。昔はお寺が集いの場であり町内会の会合や子どもたちのそろばん教室などに使われていたとのこと。現在は介護予防のためのサロン(月数回)の場所の提供を行っている。



住所:厚別西2条5丁目2-12  
電話:011-891-0630

**札幌市生活支援体制整備事業**  
地域の皆さんと一緒に解決方法を考えます。

- 社会資源の把握 困りごとに関するサービスの情報整理
- 生活支援ニーズの把握・共有 聞き取り・アンケート調査など
- 担い手の育成・発掘 ボランティア講座・住民座談会など

困りごとに対する情報提供

紹介 ケアマネージャーなど  
既存の社会資源・サービス新たに開発した社会資源  
相談 ひとり暮らし高齢者

地域を歩いてみてわかったこと!!

地域の商店会や福祉施設、就労支援事業所の方々が地域のことを真剣に考え、つながっていることがわかりました。東部胆振地震時は午後3時に電気が復旧した地域でした。ありたけの食材で食事を作って提供したり、段ボールに「お風呂食事あります」「携帯の充電できます」と見えるところに貼りだしたところ地域の夫婦が利用したり、近所の高齢者の為にパンを買っていった、など反響や助け合いが生まれたそうです。ほかにも豊かな支えあいが行われていると思います。地域のお宝をもっともっと発掘し情報を発信していきます。

ふれあいマップ西地区版を見て他地区の方からの反響が多く寄せられました。現在、中央地区版・もみじ台地区版・厚別東地区版が完成しています。(区内6地区作成予定)西地区更新版は新たに3か所アップしました。掲載情報は地域の大切なお宝です。広く活用していただけると幸いです。

※営業時間および掲載内容が変更になる可能性があります。ご確認の上お立ち寄りください。