



すこやか通信

札幌市厚別区介護予防センター大谷地
厚別区大谷地東 5 丁目 7-10
介護老人保健施設ナーシングヴィラ大谷地内

令和8年度 秋号

電話：011-894-6110



介護予防センターの活動についてご案内いたします

介護予防センターとは？

札幌市の委託事業で、介護予防教室の定期的な開催や介護予防に役立つ情報の提供、地域の皆様方と協力をして高齢の方々がこれからも住み慣れた地域で、いきいきと生活していけるようお手伝いをしています。介護、医療、福祉についてのご相談や、町内会、マンション自治会、老人クラブ、サロンなどの支援も行っております。介護予防センター大谷地は、市内 53 か所あるうちの一つで、「**厚別南・上野幌・大谷地東・大谷地西**」を含む、**厚別南地区**を担当しております。

★**地域の身近な相談窓口**（介護保険や福祉に関する様々な相談）

★**介護予防教室の開催**（すこやか倶楽部、転倒予防教室など）

★**地域の皆様の活動への協力**（転倒予防や認知症に関する事などの出前講座）

★**地域の自主的な集まりへの応援**（効果的な介護予防の方法、継続する為のヒントを伝授）

～介護予防教室の日程～

（各教室毎月1回の開催）

☆すこやか倶楽部

- ・報恩会～第1月曜日10時～11時
- ・光陽団地～第2水曜日10時～11時
- ・やわらぎ～第4水曜日10時～11時

☆福まちミニサロン

- ・厚別南会館～第2火曜日10時～11時半

☆サロンあえ～る

- ・厚別南会館～第3水曜日10時～11時半

介護予防センター大谷地

高齢者・福祉に関する 総合相談窓口

介護予防センターでは介護予防に関する
ことや介護保険制度についてなど、様々な
お悩み・相談に対応しております。
お気軽にお問い合わせください。

例えばこんなこと…

- 介護予防教室への参加について
 - 地域のサロン・サークルについて
 - 介護保険の申請について
 - 心配な認知症について
- などなど…まずはお電話を！

介護予防センター大谷地

☎ 011-894-6110

担当：加藤・村川



※上記、介護予防教室の他にも地域では
たくさんの自主サロンが活動しています。
まずはお気軽にお問い合わせください！