

東旭川・千代田圏域 通いの場マップ〔令和4年度版〕

千代田



*東旭川・千代田圏域 通いの場マップについて

このマップは、主に東旭川・千代田圏域にお住まいの高齢者の方などが参加できる、地域住民により実施されている活動（ふれあいサロン、老人クラブ、介護予防自主サークル）について、東旭川・千代田地域包括支援センター・旭川市地域まると支援員が把握している情報について整理し掲載したものです。

活動によって、参加できる対象者などが異なりますので、活動の詳細などについて知りたいという方は、東旭川・千代田地域包括支援センターまたは旭川市地域まると支援員までお問い合わせください。

①会場：東部東陽町内会館

住所：東光5条8丁目4-10

活動(1)東陽クラブ

内容：ストレッチ、筋肉アップ
健康体操、脳トレなど

活動(2)東部シルバークラブ

内容：脳トレ、健康体操、リズム体操
川柳、筋力体操、健康麻雀
花札、例会、レク大会
パークゴルフなど



②会場：めばえ会館

住所：東光14条7丁目3-10

活動(1)めばえ健康クラブ

内容：脳トレ（グーパー運動）、筋力増強体操
リズム体操など

活動(2)ふまねっとセンター旭川東光めばえ教室

内容：ふまねっと運動

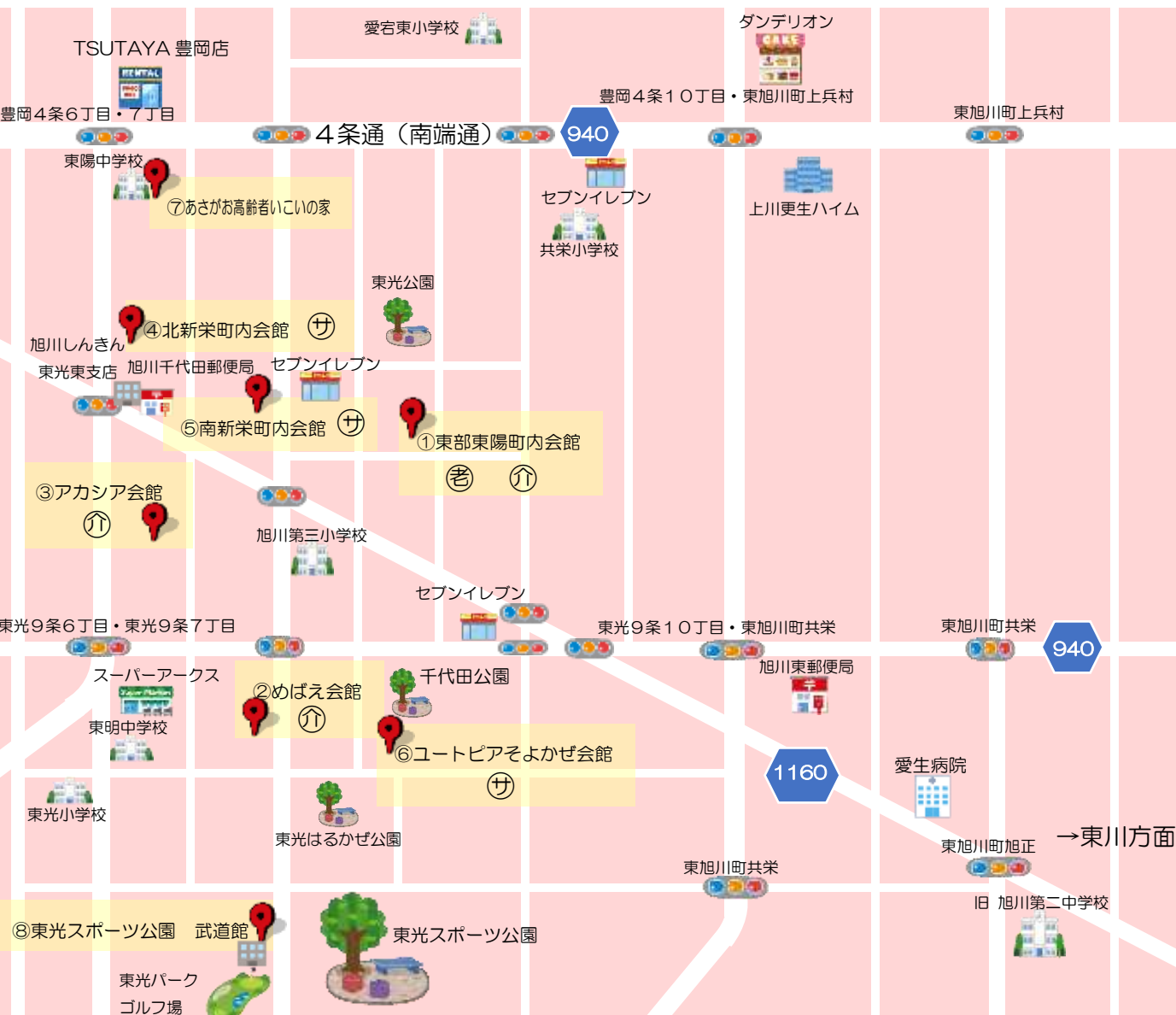


③会場：アカシア会館

住所：東光8条7丁目

活動：アカシアクラブ

内容：ふまねっと、健康教室
ストレッチ、茶話会



- ③ … ふれあいサロン 地域住民が気軽に集える仲間づくりや健康づくりの場
- ④ … 老人クラブ 概ね60歳以上の方を対象とした交流や健康づくり、地域貢献活動を実施
- ⑤ … 介護予防自主サークル 介護予防や閉じこもり解消、仲間づくりなどを目的とした体操や運動を実施

④会場：北新栄町内会館

住所：東光3条7丁目2-21

活動：北新栄老人クラブ

内容：ものづくり、お茶飲み交流、パークゴルフ
囲碁、カラオケ、麻雀、一人踊り
介護予防体操



⑤会場：南新栄町内会館

住所：東光4条7丁目3-4

活動(1)南新栄実樹の会

内容：リズム体操、筋肉アップ、お茶会

活動(2)千代田地区ふれあいいいきいきサロン(中)

内容：お茶飲み交流、懇話、室内でだれでも
楽しめるスポーツ、タオル体操など



⑥会場：ユートピアそよかぜ会館

住所：東光15条8丁目3-12

活動：千代田地区ふれあいいいきいきサロン(南)

内容：お茶飲み交流、懇話、室内でだれでも
楽しめるスポーツ、タオル体操など



⑦会場：あさがお高齢者いこいの家

住所：豊岡2条7丁目5-19

内容：カラオケ、卓球
健康体操、軽スポーツ



⑧会場：東光スポーツ公園 武道館

住所：東光24条7丁目

内容：武道、トレーニング、会議、講習



【発行・問い合わせ先】

東旭川・千代田地域包括支援センター

住所：旭川市東旭川北1条6丁目2番3号

電話：36-5577 FAX：74-7220

メール：higashi-houkatsu@ecnt.net

旭川市地域まると支援員（A地域担当 菊池・堀川）

住所：旭川市5条通4丁目893番地1

電話：23-0742 FAX：23-0746

メール：seikatsu-shien@asahikawa-shakyo.or.jp

東旭川・千代田圏域 通いの場マップ〔令和4年度版〕

東旭川



- ①会場：屯田公園
住所：東旭川南1条6丁目
活動：健友会
内容：体操、脳トレ
口腔トレーニング



- ②会場：兵村記念館併設剣道場
住所：東旭川南1条6丁目
活動：健友会
内容：体操、脳トレ、口腔トレーニング



- ③会場：東部老人福祉センター
住所：東旭川南1条6丁目8-2
活動(1)いきいき体操
内容：体操、脳トレなど
活動(2)いきいきサークル
内容：脳トレ、運動、レクリエーション



(サ) … ふれあいサロン (老) … 老人クラブ (介) … 介護予防自主サークル

- ④会場：東旭川公民館
住所：東旭川町上兵村544番地
活動(1)東旭川中央地区ふれあいサロン
内容：福祉や健康、防犯などに関する講話、懇談など
活動(2)東旭川中央地区ランチ懇話会
内容：参加者同士での昼食、懇談ゲームなど



- ⑥会場：東旭川あおば公園
住所：東旭川南1条1丁目4-6
活動：あおば公園健康体操
内容：ストレッチ、リズム体操、脳トレ



- ⑦会場：豊岡キキョウ公園
住所：豊岡10条10丁目7-4
活動：キキョウ公園健康体操愛好会
内容：ストレッチ、脳トレ、リズム体操

- ⑧会場：豊岡ヒナゲシ公園
住所：豊岡7条10丁目
活動：ヒナゲシ公園健康体操
内容：ストレッチ、脳トレ



- ⑨会場：旭正忠別総合会館
住所：東旭川町旭正
活動(1)旭正地区ふれあいサロン
内容：お茶飲み交流、懇話、福祉や健康に関する講話など
活動(2)松葉会老人クラブ
内容：カラオケ、茶話会、パークゴルフ
ボッチャ、お楽しみ会(お話・運動)



- ⑩会場：東旭川公民館 日ノ出分館
住所：東旭川町日ノ出370番地
活動：日ノ出倉沼老人クラブ
内容：パークゴルフ(冬期は屋内)、踊り
カラオケ、旅行など



- ⑪会場：ぴあふる岩山
住所：東旭川町豊田296番1
活動(1)いきいきプラザ
内容：講師を招き陶芸や小物づくりなどの体験、コンサートなど
活動(2)冬場の健康づくり
※活動期間11月～3月
内容：ボッチャ
ふまねっと
カーリンコンなど



- ⑫会場：米原共和会館
住所：東旭川町米原
活動：米原瑞穂地区ふれあいサロン
内容：麻雀、手芸、お茶飲み交流



- ⑬会場：米原いこいの家
住所：東旭川町米原
活動：米原瑞穂地区ふれあいサロン
内容：麻雀、お茶飲み交流など



- ⑭上南部会館(清水の里)
住所：東旭川町瑞穂
活動：米原瑞穂地区ふれあいサロン
※活動期間：10月～3月
内容：手芸、お茶飲み交流



- ⑮東旭川公民館 瑞穂分館
住所：東旭川町瑞穂
活動：米原瑞穂地区ふれあいサロン
内容：手芸、お茶飲み交流

