

掃除・ゴミ出し支援サービス

企業・団体名	住所	電話番号	サービス内容	利用料金
ライフレスキュー24	平岸4条2丁目6-12	312-0253	不用品処分・部屋の片付け・ハウスクリーニング・引越し・運搬等	不用品処分 600円～ 引越し3000円～ (各種サービス内容により料金異なる)
ペンリー札幌美園店	美園3条5丁目1-15	0120-319-039	クリーニング・水廻り・壁の手入れ・引越し・家具移動・害虫駆除等	要問合せ
Heart	西岡2条11丁目23-15	0120-954-443	部屋の掃除・洗濯・アイロン掛け・買物代行等	・スポット 3時間以上の利用で12000円/3時間 ・定期(3ヶ月以上)の利用 1ヶ月1回3時間～12700円/回 2回以上2時間30分～9625円/回 4回以上2時間6700円/回
便利マン	豊平1条4丁目1-13	812-2711	ゴミ処分・家具家電の取付・話し相手・買物代行 等	ごみ処分2500円～ キャンセル料金有
(株)キムラ	豊平5条2丁目2-2木村ビル1F	814-6766	ゴミ、不用品、家電回収処理・除雪・ハチ駆除・各種代行等	1R～1LDK 45000円～135000円
ニチライフ(札幌支店)	中央区北5条西2丁目2-5JRタワーオフィスさっぽろ18F	0120-212-295	お掃除代行サービス・お手伝いサービス・シニアお手伝いサービス・高齢者障がい者ケアサービス有	北海道はBエリア(料金) ・スポット1回5400円/時間 ・月1回～1回3564円/時間 ・週1回～1回2808円/時間
ハートサポートなかよし	美園3条7丁目1-1エコビル美園403	0800-800-7200 598-8001	スタンダードコース…利用者様の自宅内道具使用 スペシャルコース…プロ仕様オプションコース…除雪・草むしりなど屋外作業	スタンダードコース1回2時間～2000円/時間 他にスペシャルコース・オプションコース有 要問合せ
(株)きれい屋巻番	東区北41条東10丁目1-21	0120-89-9018	掃除・洗濯・洗い物・アイロンがけ等 家事代行	・スポット1回2時間6000円 1回5000円 週1回～4000円/時間 ・2週に1度～ 週1回～4000円/時間
コープくらしの助け合いの会	西区発寒11条5丁目10-1 コープさっぽろ本館内	671-5718	家事支援 ・子育て支援、産前産後支援 ・通院、外出介助 ・訪問理美容 ・メディアワークサービス ・リーディングサービス ※コープさっぽろ組合員加入が条件	年会費1000円・登録料500円(初回のみ)・利用料1時間900円+交通費(実費) ※利用時間>10時～17時(時間外・日・祝は要相談)※コープさっぽろ組合員加入が条件
NPO法人 札幌微助人倶楽部	中央区北5条西6丁目1-23北海道通信ビル8F	241-9228	家事援助 ・育児サポート ・介護、介助 ・移動サービス ・除雪、庭仕事 ・パソコン支援隊	入会金5000円・チケット1枚700円・1時間に付きチケット1枚(作業内容により枚数異なる)
家事代行のアルファベリ(北海道札幌市支店)	中央区南1条西2丁目南1条Kビル	0120-040-457	ゴミ出し・掃除・窓ふき 各種家事代行 組合せ自由	・スポット1回2時間～5000円 ・定期(週1回以上)1回2000円～/時間 ※交通費1000円(全て税抜)
ダスキン メリーメイド	平岸1条9丁目6-20ダスキン平岸支店	823-4444	一般向けの家事代行	家事おてつだいサービス 1回2時間7560円(税込) 定額サービス6480円(税込)
ダスキン ライフケア	白石区栄通11丁目3-18 2F ホームインテグ'白石ステーション	0120-30-5101	シニア向け家事代行(65歳以上対象)	シニア向け家事代行(65歳以上対象)・月8時間以上利用で1回2時間9400円・スポット1回2時間7560円(税込)・移動費540円
株式会社ヘアース札幌支店	中央区北1条西7丁目3おおわだビル7F	218-7501 0120-552-445	掃除・料理・買物など 組合せ自由のオーダーメイド 1時間から対応可能	定期プラン3300円～/時間 スポットサービス4000円～/時間 アクティブシニアサポートプラン(60歳以上対象) 掃除・料理・洗濯等 ・スポット1回1時間6500円(税抜)2時間8000円 (月2回以上)1回3時間～3300円(税抜)/時間 各種プラン別途交通費あり
ラーテルホームサービス(カジカク)	東区北11条東10丁目4-14	214-1077 0120-309-998	日常清掃・洗濯・整理整頓・買物・各種家事代行	・スポット1回2200円/時間 ・定期(月2回以上)1回2000円/時間 960円～/時間 別途交通費・紹介料有
お手伝いのキュービット	北区北15条西2丁目1-5	011-738-5835	家事代行・ハウスクリーニング	

食事・配食支援サービス

企業・団体名	住所	電話番号	サービス内容	利用料金
配食のふれ愛 札幌店	手稲区曙4条3丁目7-20	590-0677	前日までの注文で翌日配食 *詳細は各店にお問い合わせください	・小町(低カロリー・塩食)小:320円～+税 ・普通食:450円(おかずのみ)～+税 ・カロリー調整食:600円(おかずのみ)～+税 ・たんぱく調整食:700円(おかずのみ)～+税 ・ムース食:540円(おかずのみ)～+税 ・やわらか食:700円(おかずのみ)～+税 *全ておかずとご飯も有ります。
宅配クック123 札幌中央店	清田区里塚3条2丁目5	882-0123	昼食・夕食 1食から可 前日18時まで注文	1食540円～(税込)
まごころ弁当 札幌中央店	北区北27条西5丁目1-12	214-1802	前日までの注文で翌日配食 昼食:10時ころ～12時ころ 夕食:15時ころ～18時ころ *詳細は各店にお問い合わせください	・小町(低カロリー・低塩食):410円(税込) ・普通食:560円(税込) ・低カロリー調整食:822円(税込) ・たんぱく調整食:874円(税込) ・ムース食:702円(税込) *全ておかずのみも有ります
けんたくん 札幌中央店 (株)フレアサービス 札幌美園サテライト (株)DAICHO FOODEX(本長)	西区山の手1条13丁目5-27 美園7条3丁目4-21 中央区北1条西19丁目塚本ビル1F	050-7300-0754 816-8981 0120-39-8981 633-7111 0120-020-017	一食から可 7日前までに予約 朝食・昼食・夕食 4日前の前日までに予約 昼食・夕食 1食無料お試し有 前日17時まで予約(新規は19時) 昼食・夕食 1食から可 ムース食有り きざみ食+51円(税込) 次回配達時に容器回収	1食626円～(税込) 朝400円 昼・夜500円 白飯付+500円(税抜) 1食600円～(税抜) 介護食プラス料金有
ライフテリ札幌中央店	中央区19条西12丁目1-26	200-0607	おかず1食513円(税込) ご飯付1食563円(税込)	
(株)日総 ふれあいフーズ	東区東苗穂3条3丁目1-31	785-0119	週1回1食から可 家庭食はおかず・きざみ食・特別食対応	おかず1食570円(税込) 白飯付+50円(税込) 家庭食(おかず+ご飯+汁物)720円
ウェルネスダイニング(株)	東京都江東区亀戸1-5-7錦糸町プライムタワー2F	0120-503-999	初回のみ送料無料で(通常は送料700円、定期コース申込みで350円) クール冷凍便にて配達 ネットで注文	7食4968円～(税込)
セブンミール		0120-738-158	omni7(オムニセブン)に会員登録必要 ネットで注文 税込500円以上で配達料無料	『やさしいお食事』惣菜590円(税込) お弁当690円(税込)
コープ配食サービス		0120-279-949	夕食のみ COOP会員加入 週5～6日の登録 容器は水洗い後回収	おかず1食513円～(税込) 低カロリー食・普通食有 白飯+93円(税込)

タイハイ ファミリーセット	東京都江戸川区松江7-8-10	0120-996-181	4食セットから注文可 冷凍クール便にて配送 5000円以上注文で送料無料でわかち食・ムース食有(4食2340円)	4食セット2674円～
農家の息子宅配サービス きょうのごはん	西区琴似1条7丁目3-8	0120-383-293	1週間で2日以上利用(1日のみの注文不可) 配達料1日240円(週3日～利用で無料) 13:30～18:30の間にお届け	1食650円(税込) 白飯80円
(株)ジョイア配食サービス	平岸1条19丁目2-46カーサデヴィータ内	841-6410	昼食・夕食(地域によっては朝食も可) 週1回1食～配達可能	一食500円～

### 買い物支援サービス

#### (店舗配達)

企業・団体名	住所	電話番号	サービス内容	利用料金
らていしゅぼーや	東京都新宿区西新宿3-20-2東京オペラシティビル	0120-831-375 (9:00～21:00)	要入会。 詳細はHPにて確認願います。 インターネットより会員登録が必要	年会費1080円。詳細はHPにて確認願います。
ヨンケイ	西区発寒10条2丁目5-26	0120-299-909	インターネットより会員登録が必要 冷凍弁当(おかず5品)2食セット(おかず3品)3食セット(共にご飯無し) その他、自分で調理	冷凍弁当(おかず5品)2食セット1193円(おかず3品)3食セット1018円(共にご飯無し)
トドック		0120-307-919 (10:00～18:00) (日)休み	要組合加入 注文書記入・Web・電話注文可	・1回の注文の手数料216円(グループでのご利用の場合は、1人あたりの手数料がおトクになります。) *3つのサブシステムで手数料サービス! ・赤ちゃんサポート(無料) ・子育てサポート(半額) ・65サポート:65歳以上の方(半額)
大地を守る会のウェブサイト	千葉県千葉市美浜区中瀬1-3幕張テクノガーデンD棟21階	0120-158-183 (9:00～17:00)	インターネットより会員登録が必要 購入金額により送料変動有 基本送料+540円かかる	
Oisix(おいしつくす)	東京都品川区東五反田1丁目13-12 いちご五反田ビル	0120-366-016 (10:00～17:00)	インターネットより会員登録が必要1品から注文可。 購入金額により送料変動有 基本送料+480円かかる	インターネットより会員登録が必要1品から注文可。 購入金額により送料変動有 基本送料+480円かかる
生活クラブ	清田区北野2条3丁目132-43(第2センター)	881-2300	要組合加入 注文用紙で一ヶ月単位(4週分)での申込み 週1回配達 配達料月額400円	要組合加入 注文用紙で一ヶ月単位(4週分)での申込み 週1回配達 配達料月額400円
(有)むつみ屋	西区発寒10条6丁目2-36	664-0884	要入会 野菜・肉・魚・豆腐・牛乳・基本調味料など5000以上の自然食品を取り扱い 入会金1080円、会費月額540円。送料無料	要入会 野菜・肉・魚・豆腐・牛乳・基本調味料など5000以上の自然食品を取り扱い 入会金1080円、会費月額540円。送料無料

#### (ネットスーパー) ※詳細は各店舗にお問い合わせください

企業・団体名	住所	電話番号	サービス内容	利用料金
楽天西友ネットスーパー	東京都北区赤羽二丁目1番1号		インターネットより会員登録が必要 (一部配達エリア外) ※詳細はHPまたは各店舗にお問い合わせください	配達料432円(税込) 一定額以上購入で無料 不在の場合、再配達手数料がかかります 432円(税込)
AEONネットで楽宅便		797-0331 9:00～21:00	インターネットより会員登録が必要 ※詳細はHPまたは各店舗にお問い合わせください	配達料324円(税込) 5000円(税込)以上購入で無料 代金引換手数料108円(税込)
イトーヨーカドーのネットスーパー		福住店(856-5511)	インターネットより会員登録が必要 ※詳細はHPまたは各店舗にお問い合わせください	配達料324円(税込) 手数料一部あり 宅配送料無料基準あり
セイコーマート オンライン		0120-89-8551	インターネットより会員登録が必要 ※詳細はHPまたは各店舗にお問い合わせください	配達料がかかります。(商品種別により) 代金引換手数料が購入代金により、かかります

#### (買物代行)

企業・団体名	住所	電話番号	サービス内容	利用料金
便利マン (株)キムラ	豊平1条4丁目1-13 豊平5条2丁目2-2木村ビル1F	812-2711 814-6766	買物代行・買物同行等 買物代行・各種代行等	要問合せ キャンセル料金有 3000円～
ライフレスキュー24	平岸4条2丁目6-12	312-0253	買物代行・不用品処分・引越し・運搬・部屋の片付け・ハウスクリーニング等	3000円～(内容により料金異なる)
ペンリー札幌美園店	美園3条5丁目1-15	0120-319-039	買物代行。全国展開のため遠方ではか手に入らないものも可。	要問合せ
ニチライフ(札幌支店)	中央区北5条西2丁目2-5JRタワーオフィスプラザさっぽろ18F	0120-212-295	お掃除代行サービス・お手伝いサービス・シニアお手伝いサービス・高齢者障がい者ケアサービス有	北海道はBエリア(料金) ・スポット1回5400円/時間 ・月1回～1回3564円/時間 ・週1回～1回2808円/時間
ハートサポートなかよし	美園3条7丁目1-1エコビル美園403	0800-800-7200 598-8001	スタンダードコース(家事代行サービス)…利用者様の自宅内道具使用 スペシャルコース…プロ仕様オプションコース…除雪・草むしりなど屋外作業	スタンダードコース1回2時間～2000円/時間 他にスペシャルコース・オプションコース有 要問合せ
Heart	西岡2条11丁目23-15	0120-954-443	買物代行・部屋の掃除・洗濯・アイロン掛け等	・スポット 3時間以上の利用で12000円/3時間 ・定期(3ヶ月以上)の利用) 1ヶ月1回3時間～12700円/回 2回以上2時間30分～9625円/回 4回以上2時間6700円/回
ダスキン メリーメイド	平岸1条9丁目6-20ダスキン平岸支店	823-4444	一般向けの家事代行	家事おついでサービス 1回2時間7560円(税込)
ダスキン ライフケア	白石区栄通11丁目3-18 2Fホームインテッド白石ステーション	0120-30-5101	シニア向け家事代行(65歳以上対象)	・月8時間以上利用で1回2時間5400円 ・スポット1回2時間7560円(税込) 移動費540円
株式会社ハウス札幌支店	中央区北1条西7丁目3おおわだビル7F	218-7501 0120-552-445	買物・掃除・料理等 組合せ自由のオーダーメイド 1時間から対応可能	定期プラン3300円～/時間 スポットサービス4000円～/時間 アクティブシニアサポートプラン(60歳以上対象) 掃除・料理・洗濯等 ・スポット1回1時間6500円(税抜)2時間8000円 ・定期(月2回以上)1回3時間～3300円(税抜)/時
家事代行のアルファヒー(北海道札幌市支店)	中央区南1条西2丁目南1条Kビル	0120-040-457	買物・ゴミ出し・掃除・窓ふき各種家事代行 組合せ自由のオーダーメイド	屋内外の代行・衣類の手入れ・料理等 ・スポット1回2時間～5000円 ・定期(週1回以上)1回2000円/時間 共に交通費1000円(全て税抜)
ラーテルホームサービス(カジカク)	東区北11条東10丁目4-14	214-1077 0120-309-998	買物・各種代行・料理・日常清掃・洗濯・整理整頓等	・スポット1回2200円/時間 ・定期(月2回以上)1回2000円/時間

### 除雪サービス

企業・団体名	住所	電話番号	サービス内容	利用料金
ラーテルホームサービス(カジカク)	東区北11条東10丁目4-14	214-1077 0120-309-998	雪かき・日常清掃・洗濯・整理整頓・買物・各種代行・料理等	・スポット1回2200円/時間 ・定期(月2回以上)1回2000円/時間

ハートサポートなかよし	美園3条7丁目1-1エコビル美園403	0800-800-7200 598-8001	スタンダードコース…利用者様の 自宅内道具使用 スペシャルコース…プロ仕様 オプションコース…除雪・草むしり りなど屋外作業	スタンダードコース1回2時間～2000円/時間 他にスペシャルコース・オプションコース有 要問合せ
愛される便利屋ふれんど	月寒東1条18丁目3-13	0120-511-247	除雪・雪降し・不用品処理・引 越し・理美容の手配・等	要問合せ
ライフレスキュー24	平岸4条2丁目6-12	312-0253	雪かき・雪おろし・草むしり等	2000円～
便利マン	豊平1条4丁目1-13	812-2711	除雪・ごみ処分・家具移動など	除雪作業代行 4000円～
(株)キムラ	豊平5条2丁目2-2木村ビル1F	814-6766	除雪・ゴミ・不用品処分、家電回 収処理・各種代行等	人力での除雪作業 1時間2500円 (別途出張料有り)
社会福祉法人 草の実会 便利屋く れよん	平岸6条12丁目11-9	837-5855	除雪・清掃等・草刈・樹木伐採・ 庭の除草	応相談

## 居場所・集いの場

### (老人クラブ)

サロン名	開催場所	電話番号	開催日時・参加費(年会費)	活動内容
豊平ときわ倶楽部	豊平会館 (豊平まちづくりセンター) 豊平6条7丁目1-12	811-9435	毎月第2日曜日 3000円	健康・交通安全講座・ダンス・旅行・パークゴルフ・公園清掃・パッコゲーム・施設の友愛訪問・カラオケ・小学校との交流・誕生会・ラジオ体操・血圧測定・ダーツゲーム・輪投げゲーム・健康講習・舞
旭水クラブ	旭水会館 水車町6丁目1-12	812-2257	毎月第1・2月曜日 1500円	体操・ゲートボール・パークゴルフ・旅行・小学校との交流会・公園清掃・管理・民謡・舞踊・会報発行・合唱・輪投げ・ダーツ・長寿のお祝い・道路の清掃・花ランドの管理・花壇の整備・花の植
豊平橋台ときわ会	豊平橋南集会所 豊平5条2丁目1-1	822-5771	毎月第2日曜日 2000円	総会・会報発行・各種研修・文化活動・各種募金活動・パークゴルフ・旅行・小学校との交流・敬老会・新年会・誕生会・公園・道路清掃・独居者訪問・カラオケ・火災・交通安全教育・菊づくり同
ときわ睦会	豊平会館 (豊平まちづくりセンター) 豊平6条7丁目1-12	811-9435	その都度決定 2000円	道路清掃・花植・草取・共同募金・子育て支援・スクールガード・交通安全街頭啓発・小学校との異世代交流・高齢者一人暮らし訪問・安否確認・パークゴルフ・ラジオ体操・交通安全教室・日帰り旅
ときわ豊友会	豊平神社 豊平4条13丁目1-8	811-1049	毎月第1月曜日 2000円	道路の清掃・花植・草取・共同募金・子育て支援・スクールガード・交通安全街頭啓発・小学生との異世代交流・高齢者一人暮らし訪問・安否確認・パークゴルフ大会・朝のラジオ体操・交通安全教室・日帰り旅行(年2回)・お楽しみ演芸
美園和楽美会	美園会館 (美園まちづくりセンター) 美園6条5丁目4-1	811-4119	毎月8日・18日 3600円	交通安全・講習会・春夏秋冬交通安全街頭啓発・市・区老連の各講習(年2回)・日帰り旅行・パークゴルフ・街頭募金・美園中央公園の土おこし・植花・草
美園鯨斗会	美園会館 (美園まちづくりセンター)	811-4119	毎月5日・20日 2400円	健康体操・カラオケ・パークゴルフ・川柳・健康づくり学習
月寒長成会	月寒公民館 月寒中央通7丁目8-19	851-0482	毎月 第2日曜日 第4土曜日 3000円	ダーツ・ビンゴゲーム・パークゴルフ・スクールガード・交通安全・共同募金・公園清掃・踊り・曙町内花植
豊生会	札幌中央信用組合 西岡支店 西岡4条1丁目1-1	852-6935	毎月第2・4水曜日 1500円	ボウリング・旅行・パークゴルフ・ラジオ体操・健康講座・カラオケ・麻雀・舞踊・茶話会・誕生会・長寿祝の集い・公園清掃・共同募金活動
豊平高齢者 スポーツクラブ			不定期(総会:4月) 3000円	赤い羽根共同募金・交通安全指導 ☆卓球部 例会/毎週月曜日10:00~12:00・金曜日13:00~15:00 大会/年2回 ☆パークゴルフ部 5月~10月(月1回) ☆麻雀部 例会/毎月第1・3・5月曜日
月寒東友の会	月寒中学校セナーハウス 月寒東2条2丁目4-54	852-6904	毎月第1金曜日 1200円	歩こうの会・パークゴルフ・清掃美化・旅行・講演研修・百人一首・室内パークゴルフ・町内ゴミステーション清掃・カラオケ・舞踊・ボウリング
創造学園 サンキュー会	月寒公民館 月寒中央通7丁目8-19	851-0482	毎月第3月曜日 4000円	学習講座・日帰りバス旅行(年2回)・カラオケ同好会・卓球同好会・ウォーキング同好会・各種ボランティア活動参加・月寒公園清掃活動・町内公園とう清掃活動・札幌マラソンボランティア
平岸敬寿会	平岸会館 (平岸まちづくりセンター) 平岸2条7丁目2-5 平岸スターハイツ集会所	811-9545 822-2741	毎月第1・2・3・4水曜日 2000円	公園清掃・防犯講座・交通安全講話・親睦旅行・健康づくり講話・血圧測定・スポーツダンス・百人一首・麻雀・コーラス・カラオケ・パークゴルフ・フラダンス・喜寿・米寿祝賀会・慰霊祭・誕生会等
平岸三寿会	平岸三区集会所 平岸1条2丁目5-12	822-5046	毎月13日・23日 1500円	ボランティア・誕生会・食事会・旅行会・レクリエーションなど
平岸長命会	平岸四区会館 平岸4条8丁目9-8	816-2526	毎月第2・4日曜日 2000円	カラオケ・スカットボール・麻雀・近隣道路のゴミ拾い
平岸四区長生会	第一福祉会館 平岸4条5丁目2-15		毎月第1・2・3日曜日 2000円	パークゴルフ・旅行・舞踊・カラオケ・麻雀
中の島さつきクラブ	中の島三区会館 中の島2条10丁目5-23	822-8003	毎週月曜日・金曜日 2000円	民謡・舞踊・旅行・道路清掃・カラオケ・スロットボール・ミニボウリング
中の島寿会	中の島会館 (中の島まちづくりセンター) 中の島1条4丁目9-4	821-5841	毎月2日・22日 2000円	新年会・総会・例会・慰霊祭・誕生会・神社及び周辺清掃・日帰り旅行・例会時カラオケ・囲碁・麻雀・輪投げ・赤い羽根募金
中の島一区白寿会	中の島一区福祉会館 中の島1条1丁目4-13	822-5086	月2回 (主に第1月曜日・第4金曜日) 2500円	例会日までにを行った行事の報告及び予定されている行事の打ち合わせ ・各部会報告(5つ)活動内容及び参加報告 ・各同好会よりのこれからの活動内容等 ・健康診断(介護予防センター職員)

西岡和楽美会	西岡福住地区センター 西岡4条9丁目1-17	852-4687	毎月第2・4日曜日 2000円	舞踊・カラオケ・麻雀・囲碁・パークゴルフ・ゲートボール・旅行・友愛訪問・公園・神社の清掃・施設慰問・ハイキング・防犯パトロール・スクールガード
西岡白菊会	にしおか会館 (西岡まちづくりセンター) 西岡4条5丁目8-21	854-0357	毎月第2日曜日 2000円	パークゴルフ・カラオケ・幼稚園児との交流会・麻雀・旅行・清掃活動・慶寿会・健康維持体操・グラウンドゴルフ・カーリンコン・ふまねっと運動・交通安全街頭啓発・共同募金活動
シニアクラブ 西岡喜楽会	西岡南町内会館 西岡4条14丁目12-10	584-1282	毎月第2・4日曜日 2000円	健康講座・公園等清掃・研修旅行・文芸発表・パークゴルフ・ひよっこ踊り・スクールガード・交通安全街頭啓発・共同募金の協力・上部団体等事業への参加(各種研修会。カルタ大会他)町内会との連携(運動会、盆踊り、新年会他)
西岡八幡のぞみ会	西岡福住地区センター 西岡4条9丁目1-17	852-4687	毎月第3~4金曜日 2000円	・地域を豊かにする活動 ①ボランティア活動 ②友愛活動 ③スポーツ活動 ・生活を豊かにする活動 ①健康増進活動 ②文化・教養・趣味活動 ③レクリエーション活動
西岡友和会	札幌中央信用組合 西岡支店2階 西岡4条1丁目1-1	852-6935	毎月第1・3水曜日 3000円	協和公園の清掃・誕生会(年4回開催)・パークゴルフ・麻雀会(毎週金曜日)・旅行会
西岡Cシニアクラブ	にしおか会館 (西岡まちづくりセンター) 西岡4条5丁目8-21	854-0357	毎月第2月曜日 2000円	公園清掃・夜間防犯パトロール・体力測定・パークゴルフ・カラオケ・麻雀・旅行・室内ゲーム・施設見学・バス旅行・交通安全街頭啓発
福住会	福住地区会館 (福住まちづくりセンター) 住1条4丁目13-17	855-6615	毎月第1・3土曜日 2400円	道路の花壇清掃・旅行・パークゴルフ・古切手収集・民謡・カラオケ・踊り・グラウンドゴルフ・ボーリング・子育て支援活動・交通安全街頭啓発・毎月誕生祝会・
福住さつき会	福住さつき町内会館 福住3条12丁目5-11		毎月第1・3木曜日 1200円	河川敷清掃・介護予防教室・花壇整備 花植え・パークゴルフ・カラオケ・旅行・公園清掃・忘新年会・血圧測定・誕生会・物故者慰霊祭・麻雀・ゆっくり走ろう
福住福寿会	福住地区会館 (福住まちづくりセンター) 住1条4丁目13-17	855-6615	毎月第3日曜日 2400円	パークゴルフ大会・旅行・施設見学・公園・河川敷清掃・病気見舞・介護予防活動・麻雀同好会の交流会・カラオケ愛好会・手踊り同好会・交通安全街頭啓発・健康づくり学習・友愛活動・誕生会・囲碁・ボウリング・ダンス・お楽しみ会(夏・冬)・花壇清掃・ウォーキング・散策
上福住延寿会	上福住町内会館 福住3条9丁目	852-6575	毎月第3木曜日 2000円	パークゴルフ・詩吟・歌謡教室・公園清掃・一人暮らしの友愛訪問・麻雀クラブ・園芸部・バス通花壇整備と花植え・除
福住望羊寿会	望羊会館 福住3条8丁目7-23	854-3012	毎月第2日曜日 2000円	手芸・俳句・舞踊・旅行・文化祭・町内清掃・植花・除草
福住グリーンクラブ	西岡福住地区センター 西岡4条9丁目1-17	852-4687	毎月第2水曜日 1200円	公園清掃・パークゴルフ・旅行・カラオケ・敬老会・忘新年会・町内会との連携活動・独居宅友愛訪問
東月寒白樺クラブ	東月寒白樺会館 月寒東4条18丁目7-6	854-7155	毎月 第2金曜日 第4日曜日 2500円	防犯教室・医療講座・介護予防教室・防災教室・交通安全教室・交通安全街頭啓発・輪投げ・ボーリング・ビンゴゲーム・カラオケ・麻雀大会・パークゴルフ・物故者追悼会・年末共同募金・赤い羽根募金・忘年会・新年会・麻雀・一泊旅行・日帰り旅行・長寿を祝う会・誕生会・花壇花植え・清掃活動・スクールガード
東月寒三寿会	東月寒会館 月寒東2条19丁目4-11	853-9932	毎月第1・3土曜日 2000円	毎月の例会・公園の清掃・ボランティア・地域の行事に参加・旅行・運動会
羊ヶ丘寿会	東月寒羊ヶ丘町内会館 月寒東2条15丁目4	853-3224	毎月第3水曜日 1500円	パークゴルフ・旅行・公園清掃・麻雀・花壇に花植・誕生会・敬老会・カラオケ・忘新年会・集会所周辺の清掃・町内会お祭り納涼大会参加・各種学習会・市外
吉田川白寿会	東月寒白樺会館 月寒東4条18丁目7-6	854-7155	月2回 (第2日曜日 第4金曜日) 2500円	会報発行・旅行(日帰り:春、秋1回ずつ1泊:夏1回)・健康講座・交通安全教育・カラオケ・麻雀・パークゴルフ・輪投げ大会・手芸・書道・茶話会・忘年会・新年会・ひな祭り・ボランティア(会館周辺のゴミ拾い、地区センター花植・吉田川及び吉田川公園ゴミ拾い)
クラブ・ナナカマド会	(個人宅)		毎月10日 1200円	公園清掃・街路清掃・花壇整備・パークゴルフ・ウォーキング・社会見学・勉強会・麻雀・交通安全街頭啓発など
平岸寿楽会	南平岸会館 (南平岸まちづくりセンター) 平岸2条14丁目1-26	814-1440	毎月第1・2・3水曜日 3000円	旅行・施設友愛訪問・交通安全運動・演芸会・ゲートボール・麻雀・公園・町内清掃・交流会・運動会・講演会・講習会・詩吟・カラオケのお楽しみ会・スロットボール・日本舞踊・囲碁・オセロ・健康体操
平岸台すこやか会	東急ドエル平岸台ビル 管理棟集会所 平岸4条14丁目5	831-9345	毎月 第2日曜日 第4日曜日 1000円	パークゴルフ・旅行・懇親会・舞踊・麻雀・血圧測定・次世代との交流会・花壇管理・カラオケ

ヒルタウン平岸 すずらん会	ヒルタウンコミュニティセンター 平岸5条10丁目26-1	不定期 1000円	清掃活動・共同募金・パークゴルフ・歩 こう会・囲碁・麻雀・カラオケ・カメラ・手 芸・講演会・見学旅行など
------------------	---------------------------------	--------------	--

(ふれあいいきいきサロン)※各サロンについてのお問い合わせは豊平区社会福祉協議会(011-815-2940)まで

サロン名	開催場所	開催日時・参加費	活動内容
ワイワイサロン (高齢)	シャルム豊平会集会所 豊平4条3丁目1-1	月2回(不定期) 300~500円	茶話会・夕食会・昼食会・健康講演会・ 体操・世間交流会・旅行 《参加条件》マンション居住者
コスモいきいきサロン (高齢)	コスモビュー豊平橋集 会所豊平3条1丁目1-5	第1月曜:趣味の会 第3木曜:茶話会 他の日9:00~:健康体操 300円	交流・情報交換・体操・講習 《参加条件》コスモビュー豊平橋居 住者
サロンひまわり (高齢)	個人宅(詩吟教室) 豊平3条3丁目	第4金曜日13:00~15:00 年会費1200円	軽い運動・おしゃべり・茶話会 《参加条件》70歳以上 老人クラブ豊 平さつき会の会の会員
シャンボールサロン (高齢)	シャンボール豊平1F会 議室豊平4条10丁目2-	第3土曜日10:00~12:00 300円	おしゃべり・茶話会・安否確認 《参加条件》マンション内70歳以上独 居
ふれあいサロン (高齢)	パークサイドマンション集会所 豊平4条12丁目3-13	第3土曜日13:00~15:00 菓子代お茶代	雑談・ゲーム・歌・お茶会・正月等・子供 たちにも参加呼び掛ける 《参加条件》マンション居住者
グリーンアップル美園 (高齢)	美園会館 美園6条5丁目4-11	第3月曜日9:00~14:00 300円	給食サービス・相談・安否確認・歌・踊 り・ゲーム・季節行事 《参加条件》美園地区の一人暮らしの 80歳以上
ときわぎ仲よしサロン(高 齢)	平澤レスリング道場 美園6条2丁目1-11	不定期10:00~11:50 300円	おしゃべり・運動・閉じこもり防止 《参加条件》75歳以上歩いて参加でき る方(美園第二町内会)
十日会 (高齢)	個人宅 月寒中央通3丁目4-17	毎月10日10:00~14:00 300円	おしゃべり・町内会行事に参加 《参加条件》月寒一区町内会の70歳 以上の方
いい輪サロンの会 (高齢・障がい)	グリーンパー月寒東集會 室 月寒東5条12丁目2-1 (6・9・10月は訪問先)	月1回(2月は3回)10:00~13:00 5・15・25日(サロンの会) 200円~2000円	おしゃべり・健康づくり・手工芸・季節行 事・競馬ゲーム・ビンゴゲーム 《参加条件》グリーンリパー月寒東居 住の65歳以上の高齢者及び障害者
サロンよつば (高齢)	夏:個人宅(三澤様) 月寒東4条8丁目4-8 冬:個人宅(角様) 月寒東4条8丁目3-2	第2水曜日10:30~12:00 200円	絵手紙・俳句・紙ひな作り・お花見・陶芸 など 《参加条件》月寒地区4町内会(西・第 1・5条9丁目・親和会)どなたでも
どんぐり (高齢)	幸栄の里 月寒西2条5丁目1-2	第3火曜日10:00~12:00 300円~	茶話会・パークゴルフ・各種研修・講座 その他 《参加条件》月寒7区第一町内会の60 歳以上
二区いきいきクラブ (高齢)	月寒商店事務所 月寒中央通6丁目3-35	第4土曜日10:00~12:00 400円	しゃべり・町内の識者の講和・カラオケ 等 《参加条件》 65歳以上(実際にはこだわっていない)
あやめのふれあい サロン(高齢)	あやめ児童会館 月寒東4条10丁目6-10	第2・4土曜日10:00~12:00 300円	お茶会・見学会・ウォーキング・健康体 操 《参加条件》 制限なし 月寒東5条11丁目近隣特 に
いちごサロン (高齢)	月寒F団地集会所 月寒東1条7丁目	第3日曜日10:00~13:00 200~400円	ラジオ体操・おしゃべり・出前講座・外出 行事など 《参加条件》町内に住む65歳以上の 多世代交流・食事・おしゃべり・自由遊 び 《参加条件》乳 幼児からシニアまでどなたでも
みんなのひろば (高齢・障がい・ 子育て)	ねっこぼっこのいえ 月寒東1条2丁目10-9 しのめ幼稚園隣り	水曜日10:00~15:00 金曜日12:00~17:00 無料	おしゃべり・手芸・ゲーム・朗読 《参加条件》高齢・障がい・子育て限 定しない
地域のお茶の間 (高齢・障がい・ 子育て)	月寒児童会館 月寒西1条6丁目3-21	第2月曜日10:00~12:00 無料	茶話会・簡単な体操・麻雀等の趣味活 動 《参加条件》豊 平区に住むお年寄り他
いきいきサロン「逢」 (高齢・障がい)	デイサービス川森 月寒中央通5丁目1-25	月2回(第1・3土曜日) 10:00~17:00 100円	おしゃべり・料理・パソコン教室・パッチ ワーク・小物づくり・絵てがみ 《参加条件》会員 会員以外でも参加 できる
サロンこのはな (高齢)	新木の花団地第二集會 室 平岸1条5丁 目2	常設(月~金)10:00~16:00 300円 実費別途	生活相談・おしゃべり・情報交換・お茶と スナックの会 《参加条件》平岸スター・ハイツ住 民中心(制限はない)
ほっと・おしゃべり サロン(高齢)	平岸スター・ハイツ管理事務 所 平岸1条5丁目	第1金曜日10:30~13:00 無料	体操・おしゃべり・講和 《参加条件》60歳以上の高齢者など
ドエルさつぽろ ふれあいクラブ (高齢・障がい)	ドエルさつぽろ集会所 平岸4条9丁目1	第1・3火曜日10:00~11:30 無料	おしゃべり、ランチを楽しむお茶会・ ウォーキング・健康体操・パークゴルフ などを楽しむ(夏季) 《参加条件》65歳以上の高齢者
ランチ&おしゃべり サロン(高齢)	平岸第3区集会所 平岸1条2丁目	毎週水曜日12:00~14:30 無料	誕生会・介護予防講座 《参加条件》マンションに居住する高 齢者
友愛の会(高齢)	コロナード平岸Ⅱ集會 所 平岸3条 5丁目4-17	水曜 時間不定 無料	近所の洋裁好き集合、ミン生を使い作 品作成、昼食、お菓子をもち寄り皆で おやつタイム、平岸みどり町内会花壇担 当役員の集會など、町内会活動 《参加条件》誰でも参加できます(現 在65歳~83歳)
T-Room (高齢)	自己所有アパート1F 平岸5条7丁目5-17 ルアヴェール	火曜・木曜13:00~16:00 1000円(おやつ、ミン生使用料)	

サロンあづまい	新この花団地集会所 豊平区平岸1条4丁目3-2	月1回12:00~15:30(日程はその都度決定) 100円~200円	①足を使ったラダーステップと簡単な運動の実施②おしゃべりを楽しむ茶話会③出前講座、介護予防等の話し合いを持つ
カトリア・サロン (高齢)	カトリアハイツ札幌 中の島1条6丁目5-10	月2回(10日と20日)13:30~16:00 100円	おしゃべりと情報交換・簡単な体操・コンサート・講演会など 《参加条件》カトリアハイツ札幌居住
中の島いきいき サロン(高齢)	札幌ハイツ2F集会所 中の島1条7丁目4-1	木曜日10:00~12:00 月2500円(テキスト代)	茶話会・脳トレ・情報交換・健康・麻雀・フットケア・研修会・健康体操・認知症予防の勉強会・カラオケ等 《参加条件》どなたでも
ぶらざ2・7 (高齢)	個人宅 中の島2条7丁目5-1	第2水曜日10:00~12:00 200円	おしゃべり・健康や趣味の情報交換 《参加条件》中の島2条7丁目の近くで歩いて参加できる人
ラポール中の島 悠友サロン (高齢)	ラポール中の島管理棟 会議室 中の島2条2丁目4-10	毎月15日13:00~15:00 200円	地域福祉の勉強会・昼食会・おしゃべり会・屋外レク 《参加条件》ラポール中の島
和の会 (高齢)	中の島1条1丁目5-18	第3木曜日13:00~15:00 100円	おしゃべり・茶話会・トランプ・近所の音楽サロンに月に2度行き歌ったり楽器を使う等
ひまわり (高齢)	個人宅 西岡5条3丁目5-11	月1回(不定期)13:00~17:00 200円	おしゃべり・健康づくり・季節行事 《参加条件》65歳以上
なかよしクラブ (高齢)	西岡北団地集会所 西岡3条1丁目5	月1回(不定)13:00~16:00 11:00~麻雀ができるように開放 時々200~300円	茶話会・カラオケ・ストレッチ・食事会・外出行事 《参加条件》同団地に住んでいる方で60歳以上の方
西岡4丁目健康サロン (高齢)	個人宅 西岡1条4丁目5-22	第2木曜日10:00~15:00 昼食代(実施日)	月1回昼食会・季節行事(花見・味覚祭りなど) 《参加条件》西岡1条4丁目の近隣に
あえ〜る'08 (高齢)	コミュニティサロンBalo 西岡4条10丁目7-2	第3水曜日 10:00~17:00 無料	タオル体操・健康相談・ウォーキング・ゲーム・料理・園芸・講座 《参加条件》高齢者中心だが町内会全員〜幅広い年齢層で交流
クローバー いきいきサロン (高齢)	西岡北集会所 西岡3条1丁目	第2月曜日10:00~13:00 350円	茶話会・食事会・季節行事 《参加条件》クローバー町内会で70歳以上の独居の方
いきいきサロンさくら (高齢)	西岡さくら町内会 西岡3条11丁目	第3金曜日10:00~12:00 300円 外出2500円	絵手紙・カラオケ・散策・健康体操・講演会 《参加条件》65歳以上 特に独居高齢者対象
楽笑会 (高齢)	西岡南団地管理事務所 西岡3条2丁目6	日曜日10:00~13:00 平日13:30~16:30 300~500円	勉強会・ゲーム・昼食会・研修旅行・茶話会・カラオケ 《参加条件》65歳以上の独居者、高齢世帯
憩い (高齢)	個人宅(小本様) 西岡1条5丁目7-26	月4回(主に水曜午前中) 無料	情報交換・コミュニケーション・茶話会 《参加条件》サニーヒル町内会3区3班世帯中心(それ以外の方も歓迎)
福寿会 (高齢)	雇用促進住宅福住宿舍 集会所 福住3条7丁目10	月2回不定期 10:00~15:00(概ね第1・3週) 200~500円	茶話会・食事会・勉強会・運動 《参加条件》福住宿舍居住の65歳以上
和フレンズ (高齢)	福住地区会館 福住1条4丁目13-17	第3水曜日10:00~11:30 300~400円	茶話会・情報交換・料理・介護予防・ちぎり絵 《参加条件》小さなサークル活動のため、活動内容を理解していただける方
福住さつき花かご会 (高齢)	福住さつき町内会館 福住3条12丁目5-11	月1回(29日前後) ※12月・2月除く 300~500円実費	介護予防・食事会・茶話会・老人クラブと交流・季節行事 《参加条件》65歳以上の独居者とその家族・介護人・知人
カトリア会 (高齢)	雇用促進住宅 福住宿舍集会所 福住3条7丁目10	月2回(不定)10:00~13:00 男500円女200円/月	健康セミナー・勉強会・ゲーム・食事会・懇親会・研修旅行 《参加条件》自治会居住者の60歳以上 一人暮らし及び高齢者世帯
パークハウス福住 町内会シニア会 (高齢)	パークハウス福住集会所 福住3条2丁目5-1	不定期13:30~15:30 無料	親睦・仲間づくり・見守り・健康維持・情報交換 《参加条件》概ね60歳以上
日曜カフェ「ポピー」	望羊会館 福住3条8丁目7-23	第2・4日曜日9:00~16:00 200円	茶話会・音楽・歴史の語り部・福祉関係の相談や資料提供 《参加条件》おおむね町内に住む60歳以上の高齢者
マック36サロン (高齢)	MAC羊ヶ丘コート集会所 月寒東1条19丁目1-60	火曜日13:00~17:00 500円	おしゃべり・囲碁・麻雀・折り紙・カラオケ・食事会・スポーツ・季節行事 《参加条件》MAC羊ヶ丘コート居住者
ひばり会 (高齢)	羊ヶ丘町内会館 月寒東1条15丁目	金曜日13:00~16:00 100円	お茶会・情報交換・趣味・介護予防・外出行事 《参加条件》70歳以上の一人暮らし
ヴェル友 (高齢)	ヴェルビュ福住集会所 月寒東1条16丁目1-8	第1月曜日13:00~15:00 無料	お茶会・健康や生活の情報交換・外出行事 《参加条件》65歳
しらかば (高齢)	お茶の間なんもさ 月寒東4条19丁目2-3	第2金曜日13:00~15:00 100円(夏エアコン代、冬暖房代で50円追加)	おしゃべり・相談・関係機関につなぐ 《参加条件》無し
イースト宿舍 (高齢)	東月寒自治会集会所 月寒東1条13丁目	第1・3木曜日11:00~15:00 100円	お茶会・健康や生活の情報交換・趣味を楽しむ 《参加条件》65歳以上
サロンほほえみ (高齢)	月寒ターミナルハイツ 集会所 月寒東1条19丁目2-51	第2・4火曜日13:00~16:00 50円	外部講師の講義・健康体操・ゲーム・手芸・カラオケ 《参加条件》月寒ターミナルハイツ在住の高齢者・住民・ボランティア・住民対
サロンしらゆり (高齢)	東月寒地区センター 月寒東3条18丁目5-1	第4火曜日13:30~15:30 200円	お茶会・お出かけサロン・(昼ランチ) 《参加条件》近隣

ふれあいクラブ (高齢)	個人宅 月寒東2条14丁目4-1	月曜日13:30～15:30 100円	茶話会・意見交換の場・閉じこもり防止 《参加条件》東月寒羊ヶ丘町内会の 65歳以上
アイビーハイム友の会 (高齢)	アイビーハイム集会所 月寒東2条15丁目2-3	第4火曜日13:00～16:00 無料	市の出前講座・おしゃべり・歌・ハガキに デッサン・脳トレーニング 《参加条件》マンションに住む60歳以 上
羊ヶ丘げんきいっぱいの 会 (高齢)	東月寒羊ヶ丘町内会館 月寒東2条15丁目	水曜日13:00～16:00 100円	お茶会・健康講和・ゲーム・カラオケ等 による交流 《参加条件》町内に住む66歳以上の 方 ※町内
元気会 (高齢)	サンコーホラス月寒東集会所 月寒東1条13 丁目	第1・3月曜日11:00～15:00 100円	教室(折り紙・着付け・花壇・編み物・料理・リフォーム)・病気の情報勉強会等 《参加条件》団地内高齢者
軽スポーツ愛好会	東月寒羊ヶ丘町内会館 月寒東2条15丁目	日曜日13:00～16:00 100～300円	室内での軽い体操・公園等の散歩・ パークゴルフ・お茶会等・身体を動かす 事で健康の維持に努めたいと思います 《参加条件》65歳～85歳
遊遊クラブ (高齢)	グリーンハーブ南月寒集会所 月寒東2条18丁目 1-1	火～金12:30～16:00 昼食会(月2回)9:30～16:00 1000円	おしゃべりを楽しむ昼食会・趣味を活用 してボケ防止のための麻雀・ストレス解 消のカラオケ・花壇いじり・体力維持の ため、パークゴルフ等を活用して足、腰 を動かす事を検討・とじこもりをなくすた めの友達作りを近隣町内会催し物に参 加して親睦をはかる。 《参加条件》町内に住む60歳以上の 高齢者
ふれあいサロンひまわり (高齢)	個人宅 月寒東5条19丁目2-5	第3木曜日13:00～17:00 200円	茶話会・講演会・移動サロン・季節行 事・忘年会 《参加条件》65歳以上の一人暮らし・ 高齢者及び障害者
サロンこすもす (高齢)	・東月寒地区センター 月寒東3条18丁目(第1 金曜) ・代表者宅(第2木曜)	第1金曜日14:00～16:00 外出行事の場合10:30～ 150円	①お話ししながらお茶会、歌を歌って声 を出すお元気様子。 ②夏期間は近くで食事会。 ③2月に1回程介護予防センターの指導 による健康勉強会等 《参加条件》近隣町内会に住む65歳 以上の高齢者
月寒元気の会 (高齢)	こころサービス優 月寒東2条12丁目10-13	第1・3木曜日13:00～15:00 外出行事の場合10:00～ 100円	①おしゃべりを楽しむお茶会、認知症予 防(簡単な計算、言葉遊び、切り紙、折 紙など)を実施します。 ②年に数回草花などを鑑賞しながら散 策を実施する予定 《参加条件》町内に住む65歳以上の 高齢者
平岸高台 お茶の間倶楽部 (高齢)	平岸高台会館 平岸5条13丁目3-25	月曜日10:00～16:00 300円	おしゃべり・手芸・季節行事 《参加条件》近隣町内会在住者
遊友くらぶ (高齢)	豊平区民センター 平岸6条10丁目	第3土曜日13:00～16:30 200円	茶話会・歌・体操 《参加条件》会場近隣(主に南平岸)
ふれあいサロン ひだまり (高齢)	南平岸会館 平岸2条14丁目1-26	第1・3金曜日10:00～12:00 200円	茶話会・情報交換・レクリエーション 《参加条件》70歳以上の方 会場に近い
ヒルタウン なかよしサロン (高齢)	パシフィック・ヒルタウ ン・SAPPOROコミュニ ティ セン タープレールーム	水曜日17:00～21:00 月1000円	麻雀(水) 囲碁(日) ダンス(月) パーク ゴルフ 《参加条件》マンションの定年者や女 性
えがおサロン 「モンテラス」	モンテベルデ澄川集会所 平岸3条18丁目3-1 モンテベルデ澄川	4月木曜 5月火曜 6月水曜 7月木曜 10:00～12:00 100円	①顔なじみを増やすためのお茶会(お しゃべりタイム)②認知症予防のための 軽運動やゲームなど③健康維持向上の ための軽運動やゲームなど④高齢者の 生活に役立つ知識や情報の取得 《参加条件》モンテベルデ澄川に住む 高齢者
サロン・ド・パストラル (高齢)	パストラルハイム平岸集会所 平岸8条12丁目3-55	第4水曜 あるいは木曜 12:00～15:00 ※変更の場合有 300円	春～秋マンション内の庭の手入れ。料 理を一品持ち寄りおしゃべり。外食、出 前もあり 《参加条件》パストラルハイム平岸居 住者

(すこやか倶楽部)

センター名	開催場所	電話番号	開催日時・参加費	担当地域
札幌市豊平区 介護予防センター月寒	都度変更	857-6110	要問合せ	月寒
札幌市豊平区 介護予防センター中の島	都度変更	813-3311	要問合せ	平岸・中の島
札幌市豊平区 介護予防センター南平岸	都度変更	584-1325	要問合せ	南平岸
札幌市豊平区 介護予防センター西岡	都度変更	581-3000	要問合せ	西岡
札幌市豊平区介護 予防センター 東月寒・福住	都度変更	852-8830	要問合せ	福住・東月寒
札幌市豊平区 介護予防センター美園	都度変更	817-1294	要問合せ	豊平・美園

(認知症カフェ)

サロン名	開催場所	電話番号	開催日時・参加費	活動内容
------	------	------	----------	------



ほっとカフェみその	デイサービスみその 美園2条3丁目1-19	831-6883	第1水曜日10:00~15:00 150円	対象地区:美園地区 定員:10人 内容:喫茶・相談・交流・講和など
ユーカリ・デイ・カフェ	デイサービスユーカリの 丘西岡4条7丁目1-35	859-6777	火・日以外の週5日 9:30~12:30 200円	対象地区:全市 定員:無 内容:喫茶・相談・交流・小物づくり・ダンスなど
アビターレ オレンジカフェ	高齢者総合福祉施設 アビターレナーシングホーム 平岸2条2丁目1-1	821-7000	2ヶ月に1回(曜日不定) 13:00~15:00 100円	対象地区:平岸地区 定員:無 内容:喫茶・相談・交流・施設見学など
オレンジカフェヴェラス月 寒公園	介護付き有料老人ホーム 光ハイウ・ヴェラス月寒 公園 美園9条8丁目5-1	520-8668	月1回(第一金曜日) 13:00~15:00 100円	対象地区:美園地区 定員:10人 内容:喫茶・相談・交流・情報提供など
つきさつぷ・かふえ	北樹会病院 (通所リハビリテーション) 月寒西5条8丁目4-3	858-4511	2ヶ月に1回(第2日曜日) 13:30~15:30 100円	対象地区:豊平区 定員:20人 内容:講和・喫茶・相談