美園地区通いの場マップ

高齢者の皆様が
利用できる場所です。

【作成機関・マップに関するお問い合わせ】
札幌市豊平区介護予防センター美園
連絡先:817-1294　　令和８年４月現在

※変更がある場合もありますので、
詳細は事前にお問い合わせください。

若返り秘密基地
日時:毎週水曜日　13 時30分～14 時30分
場所:はる音みその館(美園１条２丁目 3-32)
内容:ラジオ体操・ストレッチ・筋トレ・おしゃべり。
参加費:無料
連絡先:介護予防センター美園　817-1294

喜楽会
日時:第2・4火曜日　10 時 00分～11 時30分
場所:緑栄会館(東札幌１条５丁目 8-16)
内容:ラジオ体操、ストレッチ、筋トレ、気功整体、
ゲーム(ボッチャ・かるた・他)、音読など。
参加費:月 200 円(半年ごとに先払い)
連絡先:豊平区社会福祉協議会　815-2940

美園会館
場所:美園6条5丁目4－1

すこやか倶楽部(美園会館)
日時:月1回　水曜日　10～11 時
内容:体操・ゲーム・講話
会費:無料(予約不要)
連絡先:介護予防センター美園　817-1294

老人クラブ　美園和楽美会(みそのわらびかい)
日時:毎月8日・18日
連絡先:豊平区役所　保健福祉課
活動推進担当係　　822-2451

向三軒両隣健康づくり教室
日時:第1・3水曜日　10 時30分～11 時30分
場所:望月湯(美園5条7丁目1-8)
内容:ラジオ体操・ストレッチ・筋トレ・おしゃべり。
※教室前後での入浴は不可。
参加費:冬季は1回 100 円
連絡先:介護予防センター美園　817-1294

オレンジカフェ・ヴェラス月寒公園(認知症カフェ)
日時:月１回　第３金曜日　13～15 時
内容:喫茶(コーヒー、紅茶など)・歓談・相談
脳トレクイズ・歌謡曲合唱(アカペラ)、
ミニ講話など。体験喫食(有料　予約制)
参加費:100 円
場所:美園9条8丁目5－1光ハイツ・ヴェラス1F
連絡先:光ハイツ・ヴェラス月寒公　824-8080
担当窓口:居上（いがみ）支配人
「どなたでも、お気軽にお越しください♪」

ときわぎ会館
場所:美園6条2丁目1－11

すこやか倶楽部(ときわぎ会館)
日時:月1回　火曜日　10～11時
内容:シニアヨガ
会費:無料(予約不要)
連絡先:介護予防センター美園
817-1294

シニアヨガサークル
日時:月１回　第４火曜日 10～11 時
内容:シニアヨガ
会費:1 回 800 円
連絡先:ヨガインストラクター　伊藤加奈子
090-6219-1174

ツルハドラッグ
●はる音みその館
東北通
アークス
●豊園小学校
⛩豊平神社
●美園公園
●豊園公園　●緑栄会館
セイムズ
●ほっとカフェみその
ニトリ
⊗美園交番
●きたえーる
●豊平公園
国道３６号線
●緑のセンター
●豊平公園温泉プール
●みどり小学校
豊平公園
⊗豊平警察署
●ときわぎ会館
●美園地区福祉のまち推進センター
黄色いりんご
●しらかば公園
〒豊平郵便局
●ときわぎ公園
AGH トヨタ
ビックリッキー
●美園中央公園
豊園通
美園会館
美園まちづくりセンター
●豊龍寺
●望月湯
●さかえ公園
コープさっぽろ
●みすみ公園
美園
〒美園郵便局
●望月寒川
●南美園公園
●喫茶すまいる
羊ケ丘通
佐々木内科病院
環状通
●介護予防センター美園
●豊平区第一地域包括支援センター
●オレンジカフェ
ヴェラス月寒公園
●豊平区役所
●豊平保健センター
●豊平区民センター
●豊平区社会福祉協議会
●月寒公園
●
パークライフセンター