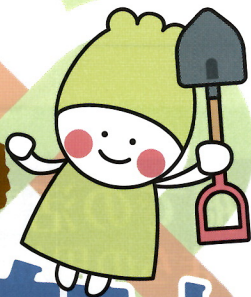


シリーズ 深掘り! 社協の魅力



中央区には、札幌市社会福祉協議会が運営する様々な事業所・センターがあるをご存知でしょうか。各拠点の魅力やおすすめポイントなどを、毎号シリーズで紹介していきます。



介護予防センター大通公園
生田センター長と阿部職員

私たちが紹介します!



今回は… 介護予防センター大通公園

介護予防センターは、高齢者の方々が住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らせるように、介護予防教室を開催、または地域の介護予防活動の支援を行なっています。市内に53カ所設置されており、介護予防センター大通公園は本府・中央、西創成、大通・西、桑園地区を担当しています。

それぞれの地区で概ね月1回、身近な会館などを使って介護予防教室を行なっています。

ストレッチ運動や脳トレを行うこともあれば、管理栄養士、理学療法士、医師や薬剤師など専門の講師をお招きしての講座をすることもあります。参加費は無料ですので、ぜひお気軽にご参加ください。いつでもお待ちしております。地域の顔見知りができる場所にもなりますよ。



▲桑園地区すこやか倶楽部での医師による講話



▲大通・西地区合同すこやか倶楽部のウォーキングのようす



▲西創成地区すこやか倶楽部サッポロスマイル体操のようす

それ以外にも、老人クラブやふれあい・いきいきサロン、町内会の集まりなどに介護予防センター職員がお邪魔し、運動を一緒にしたり、介護予防の講座を開催したりすることも出来ます。「地域の通いの場」を一緒に作るお手伝いもいたしますので、ぜひお声がけください。

介護予防センターは、介護予防に関する地域の身近な相談窓口でもあります。「こんなことを相談しても良いのかな」と迷う必要はありません! まずはお気軽にご相談ください。

事業所・センターのDATE

中央区介護予防センター大通公園

住所 札幌市中央区南2条西10丁目1001-5
パルタウン内

担当地区 本府・中央・西創成・大通・西・桑園
教室参加の場合は、お住まいの地区の教室をご紹介します。
詳しくは下記へお問い合わせください。

T E L 011-271-1294

営業時間 8時45分～17時15分
(土・日・祝日、年末年始 12/29～1/3を除く)