北東白石地区

元気マップ

©札幌市白石区

北都地区会館

北郷３条 12 丁目 4-1

北都明生会
日時：第２・４日曜　13：00～15：30
内容：合唱、パークゴルフ、カラオケ、麻雀、歩こう会

気功・経絡体操の会
日時：毎週金曜　9：30～11：30
内容：気功
参加費：2000 円（年会費）月 3000 円

フラワーサークルスイートピー
日時：毎週木曜　10：30～12：00
内容：フラワーアレンジメント
参加費：8000 円（入会金）月謝コースにより変動

麻雀同好会
日時：毎週火曜　9：00～16：00
内容：麻雀
参加費：年 4000 円

おとしより憩いの家
日時：毎週月曜・金曜　13：00～16：00
内容：囲碁
参加費：無料

ハナの会
日時：毎週木曜　10：00～12：00
内容：体操、レク、交流等

すこやか倶楽部
日時：第３水曜　13：30～14：30（変動有）
内容：体操、レク、交流等
参加費：無料（別途実費負担の場合あり）

連絡先：介護予防センター川下　８７５－６８１０

川北会館

川北２条２丁目 7-10

川北町内会おしゃべりサロン
日時：第３木曜　10：00～11：30
内容：交流、茶話会
参加費：年 200 円

川北スマイルサロン
日時：第２・４木曜　10：00～12：00
内容：交流、茶話会、合唱、温泉
参加費：年 2000 円

連絡先：白石区社会福祉協議会　８６１－３７００

仲良く楽しむ麻雀会
日時：毎週月曜、木曜　9：00～16：00
内容：麻雀
参加費：月 1500 円

川北老人クラブ長楽会
日時：第１金曜 10：00～
第３金曜 11：00～
内容：定例会、誕生会など

すこやか倶楽部
日時：第２又は第３火曜 13：30～14：30（変動有）
内容：体操、レク、交流等
参加費：無料（別途実費負担の場合あり）

連絡先：介護予防センター川下　８７５－６８１０

おしゃべりルーム 花さか壮
日時：第２金曜
11：00～14：00
内容：茶話会、交流、運動
参加費：300 円
場所：川北２条１丁目

連絡先
介護予防センター川下
８７５－６８１０

川下公園
内容：パークゴルフなどリラックスプラザ（浴室、温水プール、室内公園）など
場所：川下 2651 番地３外

連絡先：川下公園管理事務所
８７９－５３１１

東川下パークゴルフ同好会
日時：４月末～10 月　8：00～18：00
※　毎週水曜休み
内容：パークゴルフ
参加費：1000 円（入会金）年 1500 円
場所：厚別川パークゴルフ場

連絡先：介護予防センター川下
８７５－６８１０

人道橋　ウォーキングスポット

川下会館

川下 641 番地

川下老人クラブ
日時：第２木曜　13：30～15：30
内容：旅行、パークゴルフ、カラオケ等

連絡先：介護予防センター川下　８７５－６８１０

あすなろ会
日時：第１・３木曜（夏月２回、冬月１回）
8：30～11：30
内容：パークゴルフ（夏）、カラオケ（冬）
参加費：無料

よろず会
日時：第１・３月曜　10：00～12：00
内容：カラオケ、茶話会、交流など
参加費：無料

連絡先：白石区社会福祉協議会　８６１－３７００

東川下記念会館

川下３条５丁目 3-25

カリン花サークル
日時：第２・４木曜　10：00～11：30
内容：カーリンコン
参加費：夏　300 円　　冬　400 円

シニアサロン　和み（女性限定）
日時：第１・３水曜　13：00～14：30
内容：体操、脳トレ、交流、外出
参加費：１回 200 円

ロゼラニ
日時：第１・２・３水曜　14：30～15：30
内容：フラダンス
参加費：月 3000 円

北東白石ＭＢＣクラブ
日時：第１・３木曜　10：15～11：45
内容：ミュージックベル
参加費：月 4000 円

東川下親和会
日時：第２・４日曜　13：00～15：30
内容：旅行、パークゴルフ、カラオケ、麻雀、歩こう会

すみれヨガサークル
日時：毎週水曜　10：00～11：20
内容：ヨガ・ストレッチ・マッサージ
参加費：　1500 円（入会金）月 2000 円

すこやか倶楽部
日時：第２又は第３月曜 13：30～14：30（変動有）
内容：体操、レク、交流など
参加費：無料（別途実費負担の場合あり）

連絡先：介護予防センター川下　８７５－６８１０