

11月 2026年

厚別区内の認知症に関連したイベントカレンダー

詳細は「詳しくはこちら」をご覧ください。
はじめて参加される場合は、事前にお問い合わせください。皆様のご参加をお待ちしています！

月	火	水	木	金	土	日
						1
2 2 いこうよもみじ 3 和みスマイル	3	4 13 健康サロン西	5 14 元気クラブ 15 スマイル&ふまねっと	6	7	8
9 3 和みスマイル	10 12 ほっとステーション 21 楽笑クラブウエスト	11	12 1 厚たかおれんじ 15 スマイル&ふまねっと	13 22 GBクラブ	14 10 認知症サポーター	15
16 2 いこうよもみじ 3 和みスマイル	17 4 スタバDE認知症カフェ	18 13 健康サロン西 16 いきいきシニア体操教室	19 11 脳トレ学園 14 元気クラブ 15 スマイル&ふまねっと	20 7 厚たまるう会（もみじ台）	21	22
23	24 21 楽笑クラブウエスト	25	26 1 厚たかおれんじ 15 スマイル&ふまねっと	27 22 GBクラブ	28	29
30 3 和みスマイル						



🌸 今月の一言 🌸

11月11日は「介護の日」、11月3日は「文化の日」です。紅葉が深まるこの季節、読書や趣味、地域の集いなど「心躍る時間」を楽しむことは、脳への良い刺激と認知症予防に繋がります。ご自身の健康づくりはもちろん、お互いの暮らしに寄り添い、みんなで元気に冬を迎える準備をはじめましょう。

【カレンダーに関する問い合わせ】厚別区健康・子ども課（札幌市厚別保健センター） 電話：011-895-1881

厚別区内の認知症に関連したイベントカレンダー 詳しくはこちら



「厚別区認知症ナビ」では
厚別区の認知症に関する
情報を発信しています。



内容	番号	イベント名	時間	場所	問い合わせ
【チームオレンジ】 認知症の方や家族、 関心のある方が 参加できるつどい	1	厚たかおれんじ	13：30～15：30	厚別北2条5丁目1番7号 厚別区第1地域包括支援センター	厚別区第1地域包括支援センター (電話) 011-896-5077
	2	いこうよもみじ	13：30～15：30	もみじ台北7丁目1-2 ホクノスーパー中央店2階 健康ステーション	厚別区第1地域包括支援センター (電話) 011-896-5077
	3	和みスマイル	13：30～15：00	厚別南5丁目1-10 厚別区第2地域包括支援センター	厚別区第2地域包括支援センター (電話) 011-375-0610
	4	スタバDE認知症カフェ	10：00～12：00	厚別中央2条5丁目7-2 スターバックスコーヒー新さっぽろサンピアザ店	厚別区第2地域包括支援センター (電話) 011-375-0610
【厚たまろう会】 介護をされている方の つどい	5	厚たまろう会（厚別北）	13：30～15：00	厚別北2条5丁目1番7号 厚別区第1地域包括支援センター	厚別区第1地域包括支援センター (電話) 011-896-5077
	6	厚たまろう会（厚別西）	13：30～15：00	厚別西2条3丁目付近 茶の間ふじわら	厚別区第1地域包括支援センター (電話) 011-896-5077
	7	厚たまろう会（もみじ台）	10：00～11：30	もみじ台北6丁目2-52 特別養護老人ホームサポータティ・もみじ台	厚別区第1地域包括支援センター (電話) 011-896-5077
	8	厚たまろう会（厚別南）	13：30～15：00	厚別南5丁目1-10 特別養護老人ホーム厚別南5丁目内	厚別区第2地域包括支援センター (電話) 011-375-0610
【認知症サポーター養成講座】 認知症の学びを深める講座	9	認知症サポーター養成講座	要問合せ	要問合せ	厚別区第1地域包括支援センター (電話) 011-896-5077
	10	認知症サポーター養成講座	13：30～15：00	厚別南5丁目1-10 特別養護老人ホーム厚別南5丁目	厚別区第2地域包括支援センター (電話) 011-375-0610
【脳トレ・介護予防】 介護予防や脳トレをする 講座・つどい	11	脳トレ学園	13：15～15：00	もみじ台北7丁目1-2 ホクノスーパー中央店2階 健康ステーション	介護予防センターもみじ台 (電話) 011-898-8660
	12	ほっとステーション	10：00～11：30	厚別南1丁目15-10 厚別南会館	介護予防センター大谷地 (電話) 011-894-6110
	13	健康サロン西	14：00～15：00	厚別西2条5丁目2-12 禅聖寺	介護予防センター厚別西東 (電話) 011-896-5019
	14	元気クラブ	13：30～15：00	厚別東5条1丁目2-10 DCM厚別東2階 カルチャーセンター	介護予防センター厚別西東 (電話) 011-896-5019
	15	スマイル&ふまねっと 厚別北教室	10：00～11：30	厚別北4条4丁目1-5 森林公園会館	介護予防センター厚別西東 (電話) 011-896-5019
	16	いきいきシニア体操教室	13：30～14：30	厚別東1条2丁目1-1 ライフプレステージ白ゆり新さっぽろ	介護予防センター厚別西東 (電話) 011-896-5019
	21	楽笑クラブウエスト	13：30～15：00	厚別西4条4丁目10-1 厚別西地区センター	介護予防センター厚別西東 (電話) 011-896-5019
	22	GBクラブ	13：30～14：30	厚別東4条4丁目5-2 カトリック小野幌協会	介護予防センター厚別西東 (電話) 011-896-5019
【認知症カフェ】 認知症をテーマに、 誰でも参加できるつどい	17	かりぶカフェ	13：30～14：30	厚別中央5条6丁目5-1 高齢者生活支援ハウス えみな 食堂	特別養護老人ホームかりぶ・あつべつ (電話) 011-896-1165
	18	ほほえみカフェ	調整中	調整中	介護老人保健施設コスモス (電話) 011-895-1110
	19	ぼっけカフェ	調整中	調整中	そんぼの家 S 札幌青葉 (電話) 011-801-3364
	20	ゆめカフェ	13：00～15：00	もみじ台北7丁目1-2 ホクノスーパー中央店2階 健康ステーション	厚別老人保健施設ディ・グリューネン (電話) 011-898-5580
開催日は、イベントカレンダーをご確認ください					