

シニアのための 苗穂東地区 つどいの場

2026年4月現在

老人クラブ

サロン

住民主体の
自主グループ
(体操有り)

すこやか倶楽部
(介護予防教室)

LIXIL西棟 北8条東10丁目1-1

「アクティブシニアサークル」
場所: LIXIL西棟1階セミナールーム
開催日: 水曜日(不定期)月2回程度
開催時間 10:00~10:40
対象者: シニア男性 参加費: 無料
※状況により場所の変更有

むつみ会館

むつみ会館 北12条東15丁目1-15

「すこやか倶楽部」
場所: むつみ会館
開催日: 木曜日(不定期)月1回
開催時間 13:30~14:45
対象者: 苗穂東地区・鉄東地区にお住まいの方
参加費: 無料
主催: 介護予防センターなえぼ

「タッピーさわやかサークル」
場所: 苗穂中央会館
開催日: 火曜日(不定期)月1回
開催時間 13:30~14:30
対象者: どなたでも
参加費: 年会費2,400円
(1回あたり200円)

「すこやか倶楽部」
場所: 苗穂中央会館
開催日: 火曜日(不定期)月1回
開催時間 13:30~14:45
対象者: 苗穂東地区・鉄東地区にお住まいの方
参加費: 無料
主催: 介護予防センターなえぼ

苗穂中央会館 北6条東19丁目1-5

「いきいきすこやか会」
場所: 道営苗穂グリーン団地集会室
開催日: 毎月第2土曜日
開催時間 10:00~14:00
対象者: 道営苗穂グリーン団地住民
参加費: 200円程度
※状況によって変更する場合有

道営苗穂グリーン団地
苗穂町9丁目

瑞穂会館 苗穂町13丁目2-12

「瑞穂福寿会」
場所: 瑞穂会館
開催日: 毎月1日
開催時間 13:00~14:00
対象者: 瑞穂町内会にお住まいの方
(その他の地区応相談)
年会費: 2,000円

「すこやか倶楽部」
場所: 瑞穂会館
開催日: 月曜日(不定期)月1回
開催時間 14:00~15:15
対象者: 苗穂東地区・鉄東地区にお住まいの方
参加費: 無料
主催: 介護予防センターなえぼ

【お問い合わせ】

札幌市東区介護予防センターなえぼ
住所: 札幌市東区本町2条5丁目7-10 竹田ビル1階
受付時間 8:45~17:15(土・日・祝除く)
電話: 011-782-7010

活動休止や開催条件が変更している場合があります。
見学や参加をご希望の際は、介護予防センターなえぼへ
お問合せください。

