

# シニアのための 鉄東地区 つどいの場

2026年4月現在

老人クラブ

サロン

自主グループ  
(体操有り)

すこやか倶楽部

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。

## 【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

「ファイターズ通り幸楽会」  
場所:鉄東会館  
開催日:第1・3金曜日  
開催時間 9:00~12:00  
対象者:どなたでも  
参加費:年会費有り

「ふれあい喫茶鉄東」  
場所:鉄東会館  
開催日:第2・4水曜日  
開催時間 13:00~15:00  
対象者:どなたでも  
参加費:200円  
申込、問合せ先:  
鉄東会館 011-721-3105  
※状況により変更の可能性有

「すこやか倶楽部」  
場所:鉄東会館(定員40名)  
開催日:金曜日(不定期)月1回  
開催時間 13:30~14:45  
対象者:鉄東地区・苗穂東地区に  
お住まいの方  
参加費:無料  
主催:介護予防センターなえぼ

むつみ会館  
北12条東15丁目1-15

「むつみ長寿会」  
場所:むつみ会館  
開催日:毎月1・11・21日  
開催時間 10:00~15:00  
対象者:どなたでも  
参加費:年会費2,600円

「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:鉄東地区・苗穂東地区に  
お住まいの方  
参加費:無料  
主催:介護予防センターなえぼ

鉄東会館 北9条東5丁目2-8

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

「カフェサロン瑞」  
場所:瑞玄寺(北9条東3丁目1-10)  
開催日:第1・3金曜日  
開催時間 10:30~13:00  
対象者:どなたでも  
参加費:飲み物代200円  
食事代300円  
※状況により変更する場合有  
体操もあります。

「タッピーハッピー」  
場所:イリス苗穂 1階レストラン  
(北5条東10丁目16-1)  
開催日:第2・4木曜日  
開催時間 13:15~14:15  
対象者:どなたでも  
参加費:無料

