

# シニアのための 鉄東地区 つどいの場

2025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



## 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  
(その他の地区応相談)  
参加費:無料  
主催:介護予防センターなえぼ

「楽楽タッピー」  
場所:LIXIL西棟1階セミナールーム  
(北8条東10丁目1-1)、  
希望公園(北9条東14・15丁目)  
開催日:毎週月曜日(要確認)  
開催時間 10:00~11:30  
対象者:どなたでも  
参加費:無料

## 鉄東会館 北9条東5丁目2-8

「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:100円  
申込、問合せ先:  
鉄東会館 011-721-3105

「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

「すこやか倶楽部」  
場所:鉄東会館  
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  
(その他の地区応相談)  
参加費:無料  
主催:介護予防センターなえぼ

「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  
\*状況によって変更する場合有  
体操もあります。