

あなたも  
活用して  
みませんか

清田区には、高齢者の方が住み慣れた地域で自立した生活を続けられるように、介護予防支援の拠点となる**介護予防センター**（3カ所）と**地域包括支援センター**（2カ所）があります。これらは、札幌市が設置し、社会福祉法人などに運営を委託している公正・中立な機関です。

## 介護予防センター

介護や福祉についての相談窓口を設けているほか、心と体の健康づくりを目的とした「介護予防教室」や「すこやか倶楽部」を開催しています。



介護予防教室

▲野菜を育てる「畑deけんこう広場」



参加者の皆さんの笑顔で  
自分も元気をもらえます。

自分自身も勉強になりますし、  
とても楽しいですよ！

地域ボランティアの

ひろた ひろた 静さん おおぼ ひでゆき 大場 英征さん



すこやか倶楽部

みんなで  
食べると  
おいしいね！

▲バランスの取れた食事を学ぶ  
「食育講座」



▲病気に負けない体作りを目指す講話  
「免疫力」

一緒に楽しく  
介護予防しませんか？



介護予防センター職員の皆さん



### 【問い合わせ先】

#### ●介護予防センター

（清田中央地区） 清田6条1丁目 ☎882-5939

（清田、里塚・美しが丘地区） 真栄395番地1 ☎885-7119

（北野、平岡地区） 北野7条4丁目 ☎885-1230

## 地域包括支援センター

高齢者に関する総合的な相談を受け付けているほか、介護保険をはじめとした医療や福祉のサービスの情報提供を行っています。保健師、主任ケアマネージャー、社会福祉士などが中心となり、連携を取りながら総合的に高齢者を支えています。



講座

▲区民センター講座「みんなで語ろう！介護の不安」



相談

▲健康＆介護予防フェアで相談コーナーを  
設置

まずはお電話ください！



地域包括支援センター職員の皆さん



### 【問い合わせ先】

●第1地域包括支援センター（北野、平岡地区） 北野1条1丁目 ☎888-1717

●第2地域包括支援センター（清田、里塚・美しが丘、清田中央地区） 清田1条1丁目 ☎887-5588

