

すこやか倶楽部に参加 してみませんか？



すこやか倶楽部とは…

北白石地区にお住いの概ね65歳以上の方で、
ご自分で歩いて来れる方が対象です。

介護予防・閉じこもり予防を目的に

月に1回、最寄りの会館や公園で

転倒予防・認知症予防をおこなっています。

参加費は無料です。お気軽にお申込みください。



すこやか倶楽部 各会場 令和4年10月の日程予定

・北郷会館 …北郷3条3丁目8-1 (10月はなかよし公園で実施)	10月5日(水) 9:00~9:30
・北郷会館 …北郷3条3丁目8-1 (10月はなかよし公園で実施)	10月14日(金) 9:00~9:30
・瑞穂会館 …北郷8条9丁目1-1 (10月は北郷公園で実施)	10月5日(水) 10:00~10:30
・北郷東会館 …北郷3条6丁目8-27 (10月はひまわり公園で実施)	10月12日(水) 10:00~10:30

※新型コロナウイルス感染症の影響により、時間短縮して開催しています。
又、急遽「中止」「日程変更」となる場合もございますので、ご理解とご協力をお願い致します。

問い合わせ・参加申し込み

白石区介護予防センター菊の里 ひぐち・そいだ

札幌市白石区菊水元町8条2丁目7-15

☎011-879-6012 (8:30~17:30)

