

菊の里地区高齢者お元気マップ

～詳しくは各連絡先にお問い合わせ下さい～

作成機関

白石区保健福祉課保健支援係
白石区社会福祉協議会
白石区第2地域包括支援センター
白石区介護予防センター菊の里
(令和6年7月更新)



ブルー色が運動の場だよ。
ピンク色が交流の場だよ。

菊水元町地区センター:菊水元町 5 条 2 丁目 4-20

コスモスダンスサークル

日 時:毎週金曜日/月 3 回 19:15~20:45
内 容:社交ダンス
会 費:月 4000 円
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012

3B体操デージー

日 時:毎週木曜日 10:00~11:30
内 容:ボール・ベル・ペルター
会 費:月 3000 円 入会費:1000 円
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012

菊の里フロアカーリング同好会

日 時:毎週月曜日 13:00~15:30
内 容:フロアカーリング
会 費:年間 3600 円
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012

雀の会(女性対象)

日 時:毎週木曜日 13:00~17:00
内 容:麻雀
会 費:月 500 円
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012

NARU ZUMBAサークル

日 時:不定期/月 2 回 13:00~14:30
内 容:ズンバダンス
会 費:月 1500 円~1700 円
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012
地区センターが使用できない場合は菊水元町南
会館となる。

しらかば歩こう会+1(プラスワン)

日 時:6 月~10 月 第2水曜日 9:00~10:00
内 容:モルック・ウォーキング・ラジオ体操など
会 費:無料
場 所:菊水元町しらかば公園
連絡先:菊の里地区福まち事務所 871-2448

白菊会館:菊水元町 8 条 1 丁目 11-1

サロンきらく

日 時:第3火曜日 10:00~12:00
内 容:茶話会・体操・健康講話など
会 費:無料
連絡先:予防センター菊の里 879-6012

ふれあい広場

日 時:不定期/第1月曜日 10:00~11:00
内 容:体操、百人一首、フラワーアレンジなど
会 費:無料
連絡先:菊の里地区福まち事務所 871-2448

菊水元町南町内会館:菊水元町 7 条 2 丁目 6-5

菊寿会(老人クラブ)

日 時:第1・3月曜日 10:00~16:00
内 容:カラオケ・麻雀・茶話会・パークゴルフ
会 費:年会費 2000 円
連絡先:白石区保健福祉課 861-2443

お茶の間サロンゆうゆう

日 時:第3金曜日 10:30~14:00
内 容:カーリンコン・茶話会・体操・脳トレ等
会 費:無料
連絡先:白石区社会福祉協議会 861-3700

スマイルサークル

日 時:毎週水曜日 10:00~11:00
内 容:サッポロスマイル体操・ストレッチなど
会 費:月 500 円
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012

すこやか倶楽部

日 時:原則第1木曜日 14:00~15:00
8月・9月・10月 亀の子公園 9時~9時半
内 容:リズム体操、転倒・認知症予防教室など
会 費:無料
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012

新婦人 大空班

日 時:第1・第3水曜日 10:00~12:00
内 容:絵手紙
会 費:1600 円
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012

菊水元町会館:菊水元町 2 条 1 丁目 8-4

すこやか倶楽部

日 時:原則第4火曜日 14:00~15:00
8月・9月・10月 川岸公園 9時~9時半
内 容:リズム体操、転倒・認知症予防教室など
会 費:無料
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012

菊元スマイル

日 時:毎週金曜日 14:00~15:00
内 容:サッポロスマイル体操・ボール体操など
会 費:月 1000 円
連絡先:介護予防センター菊の里 879-6012

サロン茶茶

日 時:第3水曜日 10:00~12:00
内 容:茶話会 会費150円
場 所:菊水元町4条2丁目(個人宅)
連絡先:白石区社会福祉協議会 861-3700

