

# 江別地区





[江別地区]の実施状況

■豊幌地区センター（豊幌686-10）

| 団体名  | 活動日時                   | 活動内容                    |                                   | 参加費          | 団体PR                       |
|------|------------------------|-------------------------|-----------------------------------|--------------|----------------------------|
|      |                        | 分野/講師                   | 詳細                                |              |                            |
| わかば会 | 毎週水曜日<br>13時30分～15時30分 | 体操・レク<br>江別レクリエーション協会会員 | ストレッチ・レクダンス・呼吸法・その他、脳トレに力を入れています。 | 1,500円<br>/月 | 心と体が元気いっぱいので会です。無料体験があります。 |

■グループホームゆうあい（豊幌美咲町23-14）

| 団体名            | 活動日時                   | 活動内容            |                                       | 参加費                     | 団体PR   |
|----------------|------------------------|-----------------|---------------------------------------|-------------------------|--|
|                |                        | 分野/講師           | 詳細                                    |                         |  |
| オレンジカフェ<br>るるん | 第1金曜日<br>14時00分～15時30分 | 認知症カフェ<br>交流・懇談 | 月に1回、交流ホールで認知症の学習・介護予防の体操・講話等を行っています。 | 無料<br><br>(飲み物代として100円) | 地域のボランティアの方と一緒に運営している、楽しく交流が持てる雰囲気のカフェです。<br>認知症の事が知りたい、介護予防の体操が知りたい等、認知症や介護に関わる内容で開催しています。興味のある方はぜひ足をお運びください。<br>美味しいコーヒーとお菓子をご用意してお待ちしています。<br><br>※現在休止しており、今後再開の検討中です。 |

■東光児童センター（東光町27-7）

| 団体名                    | 活動日時                       | 活動内容              |  | 参加費 | 団体PR  |
|------------------------|----------------------------|-------------------|--|-----|---|
|                        |                            | 分野/講師             | 詳細   |     |   |
| 東光町自治会<br>福祉部<br>健康増進係 | 第2・3・4月曜日<br>10時00分～12時00分 | 体操<br>交流・懇談<br>手芸 | 体操、脳トレを中心に、メンバーで内容を計画して実施しています。体操は無理なく座ったままで行うやり方も始めました。<br>第3週はお茶会です。 | 無料  | みんなで楽しく元気よくを目指し、東光自治会の支援を受けて活動しております。沢山の方々と軽く体を動かしたり、おしゃべりしたり、ゲームで笑いあつたりと、楽しい時間を過ごしたいと思っています。 |

■ 区画整理記念会館（朝日町11-12）

| 団体名              | 活動日時  | 活動内容                        |   | 参加費                                      | 団体PR  |
|------------------|---|-----------------------------|---|--|---|
|                  |   | 分野/講師                       | 詳細  |  |   |
| 高齢者<br>ふれあいサロン   | 毎週火・水・木曜日<br>9時00～12時00分<br>毎週金曜日<br>9時30分～15時00分   | 交流・懇談                       | 図書室が移転して空いたスペースをサロンと<br>しています。自由な交流の場です。  | 無料                                       | 自治会と高齢者クラブ共催のサロンです。どなたでも、気軽にお立<br>ち寄りください。  |
| 朝日町<br>はつらつサークル  | 毎週水曜日<br>10時00分～11時30分  | 体操<br>中尾 真由美                | 椅子に座り体操をします。立って軽いリズム<br>体操、床で寝た姿勢でのストレッチ体操を行<br>います。  | 1,000円<br>/月                             | 音楽をかけながら、各自無理のない範囲で楽しく体を動かしてい<br>ます。新規会員募集中です。  |
| 朝日町WRC<br>ワーク友の会 | ◎体操・ウォーキング<br>6時30分～7時30分<br>・4月～10月<br>毎朝<br>・11月～3月(冬期間)<br>毎週金曜日<br>◎卓球<br>毎週火曜日<br>9時00～12時00分<br>◎パークゴルフ<br>(あけぼのパークゴルフ場)<br>毎週水曜日<br>14時00分～16時30分<br>◎サロン活動<br>(朝日町自治会館)<br>毎週土曜日<br>13時00分～16時30分 | ラジオ体操<br>卓球<br>交流・懇談<br>その他 | 毎朝のラジオ体操とウォーキングを中心に、<br>火曜日は卓球、水曜日はパークゴルフ、土<br>曜日はワークサロンと多彩な活動をしていま<br>す。<br>令和5年、9年目の発展途上の友の会で<br>す。会員各々の特技を皆で楽しみ合ってい<br>ます。遊びがいっぱい(多種・多様) 笑いが<br>いっぱい・楽しい時は笑い、悲しい時・苦しい<br>時・困った時は皆で協力し、助け合って絆を<br>深めている仲間達です。<br><br>活動理念<br>「無理せず・頑張らず・いい加減・助け合い・<br>スマイル(笑顔)」をモットーとしている会です。 | 100円/月<br>※1家族<br><br>その他<br>イベントは<br>実費 | ・ウォーキング(W)・ラジオ体操(R)・コーヒーブレイク(C)を楽しむ<br>仲間に出発した会が、年々仲間が増え、日中も何か楽しいことを<br>と活動を増やしてきました。今では麻雀・トランプ・花札・百人一<br>首・オセロ・ダーツ等も行っています。ロングウォーキングを兼ねての<br>近郊市町村名所・旧跡探訪、及び祭り・イベント巡り等、屋外活<br>動も行っています。卓球等の活動の後、週に一度は会員同士、<br>車に乗り合わせての買い出しなどの助け合い活動も、自然に行っ<br>ています。ワークサロンの運営・毎月の食事会や誕生会等々、会<br>員同士コーヒー＆談話の中で話し合い、実施内容を決定してい<br>ます。各自思い思いの遊びを楽しんで、年齢よりも5歳若く見える<br>仲間達です。 |

■上江別老人憩の家 (上江別南町1-26)

| 団体名       | 活動日時  | 活動内容                          |   | 参加費                               | 団体PR  |
|-----------|---|-------------------------------|---|-----------------------------------|---|
|           |   | 分野/講師                         | 詳細  |                                   |   |
| カトレア      | 毎週水曜日<br>10時30分～12時00分  | 体操                            | ビデオを参考に、E-リズム体操やストレッチを行っています。                           | 100円/月                            | 体操の後に懇談もしています。  |
| 折り紙サークル   | 第2火曜日<br>10時00分～12時00分  | 工芸・手芸                         | 折り紙をしています。誰でも出来るものを和やかな雰囲気で行っています。                      | 200円/回                            | 個人で持ち帰られるものの他、季節の折り紙や工芸品を作って楽しんでいます。  |
| 花の会       | 毎週木曜日<br>9時30分～15時00分   | 工芸・手芸                         | 着物のリメイク、洋裁  | 無料                                | 女性限定で活動しています。   |
| すみれ会      | 毎週金曜日<br>10時00分～16時00分  | 手芸                            | 着物をリメイクして、洋服にしたりバッグを作成しています。                            | 100円/回                            | 女性限定で活動しています。   |
| サロンさなえ    | 毎週木曜日<br>折り紙<br>10時00分～12時00分<br>カラオケ<br>13時00分～15時30分  | 工芸・手芸<br>カラオケ                 | 午前中は折り紙をしています。午後からは、カラオケをしています。                         | 無料                                | 時間に限定されず、自由に参加していただいております。お弁当を持参される方もいます。                                   |
| 上江別きららクラブ | ◎パークゴルフ<br>(あけぼのパークゴルフ場)<br>毎週月曜日<br>9時00分～12時00分<br>◎麻雀<br>毎週水曜日<br>10時00分～16時00分<br>◎カラオケ<br>第2・4水曜日<br>13時00分～16時00分<br>◎定例会<br>第4水曜日<br>10時00分～12時00分 | 麻雀<br>カラオケ<br>交流・懇談<br>パークゴルフ | 毎週水曜日は麻雀、第4水曜日は定例会で、カラオケ・親睦会等のレクリエーションを行っています。出入りは自由です。 | 2,000円<br>/年<br><br>親睦会の<br>会費は別途 | 会員相互の親睦を深め、心身の健康を保持します。上江別第二自治会限定のクラブです。生きがいを求め、明るい長寿人生を！をモットーに、自由に活動しています。 |

## ■ 上江別老人憩の家 (上江別南町1-26)

| 団体名            | 活動日時  | 活動内容                   |                               | 参加費    | 団体PR                                |
|----------------|---|------------------------|-------------------------------|--------|-------------------------------------|
|                |   | 分野/講師                  | 詳細                            |        |                                     |
| 上江別中原<br>長生クラブ | 毎週金曜日<br>10時00分～15時00分                            | 合唱・ダンス<br>・工芸<br>麻雀・交流 | 会員相互の特技や趣味を交換する形で実施しています。     | 300円/月 | 45名の会員がそれぞれ、親睦・協力を共感・共有する形で過ごしています。 |
| お茶のみ処 若葉       | 第1・3火曜日<br>9時30分～12時30分<br>第4火曜日<br>13時00分～15時00分 | 交流・懇談<br>体操            | 話をしながらお茶を飲む。<br>第4火曜日は体操教室です。 | 200円/回 | わいわいがやがや、良い時間を過ごしましょう！              |

## ■ 上江別地域

| 団体名              | 活動日時                   | 活動内容            |   | 参加費 | 団体PR   |
|------------------|------------------------|-----------------|---|-----|--|
|                  |                        | 分野/講師           | 詳細  |     |  |
| 早苗ウォーキング<br>サークル | 毎週水曜日<br>10時00分～11時00分 | ウォーキング<br>対馬 伴幸 | 早苗クラブメンバーによるウォーキング。<br>2コース(2km、5km)。通年実施。<br>ホクレンショップゆめみ野店スタート<br>(個別設定コース)。 | 無料  | 全員ウォーキングの好きな仲間です。仲間と歩き、語り、そして楽しむことをモットーにしています。<br>ウォーキングで健康寿命を延ばしましょう。フレイル予防にも効果的です！初心者にはウォーキングの1から教えます。 |



■ 中央公民館 (3条5丁目11-1)

| 団体名                | 活動日時                                     | 活動内容                      |   | 参加費          | 団体PR  |
|--------------------|--|---------------------------|---|--------------|---|
|                    |  | 分野/講師                     | 詳細  |              |   |
| 3B体操<br>江別サークルハピネス | 毎週木曜日<br>13時30分～15時00分                   | 体操<br>佐藤 ひとみ              | 3B体操(ボール、ベル、ベルターという三種類の手具を運動の補助に使用する体操)   | 2,500円<br>/月 | 運動が苦手な人でもリズムに乗って楽しくできる体操です。筋力up、柔軟性up、ストレス解消など、それぞれの目的に合わせてマイペースで行えます。                                |
| ケアサークルほのぼの         | 第2・4火曜日<br>13時30分～15時00分                 | 体操・ダンス<br>西原 恵子<br>吉田 ヒロ子 | 地域の人たちと楽しみながら交流を深め、無理なく身体を動かし体力づくりを行っています。呼吸法、脳トレ、ウォーキング、ストレッチなどを行っています。                        | 1,300円<br>/月 | 会員は高齢者が多く、ゆっくりのんびりと口の体操や体力づくりに興味を持つ方で男女限定はありません。初回無料体験あり。   |
| ヨガ同好会すみれ           | 毎週火曜日<br>10時00分～11時30分                   | 体操・ヨガ<br>秋田谷 和子           | 健康のためのヨガ  | 3,000円<br>/月 | 初回は無料で参加できます。年代も40-80歳までとはば広く、ゆったり楽しんでいます。健康のため参加してみませんか。   |
| ヨガサークルパドマ          | 毎週金曜日<br>①9時30分～<br>②10時45分～<br>③13時30分～ | 体操・ヨガ<br>鎌田 えり子<br>角田 しほ  | やさしいヨガ<br>①～③ 各回1時間程度です。  | 500円/回       | 初めての方や体の硬い方でも大丈夫。やさしいヨガで心と体を楽しくリフレッシュしませんか？   |
| さわやか気功             | 第2・4水曜日<br>10時00分～11時30分                 | 気功<br>広部 博幸               | ゆるやかな動きでしなやかな心と体を育てます。自然な健康を目標としています。   | 500円/回       | 季節ごとの体や心の変化を感じ、ゆるやかな動きや、「氣の流れ」「呼吸のあいだ」などで自然な自分になれるのが10年も続けている秘訣です。(70代女性)                             |
| カトレア<br>社交ダンスサークル  | 毎週土曜日<br>9時30分～11時00分                    | ダンス<br>河村 幹雄              | ・スタンダード(ワルツ・タンゴ・クイック・スロー)<br>・ラテン<br>(ルンバ・チャチャチャ・サンバ・ジャイブ)<br>合計8種目の社交ダンスを音楽に合わせてレッスンを行います。月4回。 | 1,800円<br>/月 | なごやかな雰囲気の中でレッスンを受けられますので、初心者の方でも気軽に参加できます。  |
| 江別弦楽<br>アンサンブル     | 隔週火曜日<br>19時00分～21時00分                   | 器楽                        | 指揮者を置かず、弦楽合奏に取り組んでいます。  | 500円/月       | ホームページをご覧ください。<br><a href="http://egenese.web.fc2.com">http://egenese.web.fc2.com</a>                 |
| 八章会三弦道             | 第1・2・3・4火曜日<br>9時00分～16時00分              | 器楽<br>民謡・謡<br>渡辺 庄八       | 老人施設の慰問、発表会、地域のイベントを行っています。   | 右記参照         | 民謡を唄うことは健康に良いです。三味線をひくとボケません。<br>参加費詳細 唄：3,000円/月、会費500円/月<br>三味線・尺八：5,000円/月、会費500円/月<br>他年会費 4,000円 |

■ 中央公民館 (3条5丁目11-1)

| 団体名                   | 活動日時                                 | 活動内容           |   | 参加費   | 団体PR  |
|-----------------------|--------------------------------------|----------------|---|---|---|
|                       |                                      | 分野/講師          | 詳細  |   |   |
| 江別囲碁同好会               | 毎週土曜日<br>18時00分～21時00分               | 囲碁             | ・月ごとに成績を発表、1-7位までの優秀者には商品がでます。<br>・年4回の大会あり                 | 1,000円<br>/月                                      | 誰でも自由に参加できる雰囲気なので、少しでも興味のある方は、まずは見学だけでも歓迎します！！  |
| ペン習字<br>恵同好会          | 第1・4木曜日<br>10時00分～12時00分             | 書道<br>加賀 文恵    | ペン習字の研究、及び普及。会員の連携、親睦も大切にしています。                             | 3,500円<br>/月                                      |   |
| 緑和会                   | 水曜日 (月2回)<br>13時00分～16時00分           | 茶道             | 1月初釜、3月利休忌、4月コミセン祭り、11月文化祭などでお茶会を実施してきました。今後は会で相談のうえ行う予定です。 | 1,000円<br>/月                                      | お釜2か所で4-5人順番でお稽古します。お客様になった人はお菓子とお茶がいただけます。夏・冬 薄茶・濃茶など季節に合わせたお稽古をします。立礼の稽古もします。             |
| ポーセラーツ工房・<br>江別       | 第2または第3火曜日<br>(月1回)<br>13時00分～15時00分 | 工芸・手芸<br>坪田 桂子 | 白磁器に絵の具・金・シールを使用して、オリジナルの絵付けを楽しんでいます。                       | 1,500円<br>/月                                      | のんびりゆったり会話も楽しみながら作品作りをしています。絵が描けなくても手軽に絵付けを楽しめます。コミセンまつりや焼き物市にも参加し、作った作品の展示や販売も楽しむ活動もしています。 |
| パッチワーク同好会<br>フリージア    | 第3水曜日<br>10時00分～12時00分               | 手芸<br>和地 礼子    | パッチワークの技術向上と会員の親睦です。1人1人作りたい作品を持ち寄り、刺激をもらいながら活動しています。       | 3,000円<br>/年                                      | 小人数ですが、パッチワークをはじめたい方、もう少しがんばりたい方、どうぞ参加してみてください。   |
| 新日本婦人の会<br>あすなる班リフォーム | 毎週木曜日<br>10時00分～15時30分               | 手芸<br>澤村 芳子    | 着物をリメイクして、洋服にしたりバッグを作っています。<br>60代から70代の会員が中心で活動しています。      | 1,000円<br>/月<br>(月会費<br>900円<br>+<br>維持費<br>100円) | おしゃべりを楽しみながら、洋服や小物、バッグ、帽子などいろいろなものを作っています。  |
| パオタ・ブレッド              | 第2水・木曜日<br>第3木曜日<br>9時30分～13時00分     | パン<br>料理       | パンや簡単な菓子などを作ります。  | 2,800円<br>/月                                      | 楽しいサークルですよ！   |



■ 江別市勤労者研修センター (緑町西1丁目103)

| 団体名             | 活動日時                   | 活動内容  |  | 参加費          | 団体PR   |
|-----------------|------------------------|-------|--|--------------|--|
|                 |                        | 分野/講師 | 詳細   |              |  |
| えべつフレンズ<br>元気教室 | 毎週水曜日<br>13時00分～14時00分 | 体操    | ストレッチング・リズム運動・バランス運動・筋トレ等、市内の接骨院院長がしっかりついて指導します。<br>スポーツ保険1,200円、用具代1,000円は実費負担です。 | 2,000円<br>/月 | 足腰を鍛えて、腰痛・膝痛の予防に！<br>寝たきり・脳の老化・認知症の予防に！<br>医師より運動をすすめられている方に！<br>痛みなどに対して適切に対応するので、腰痛などをお持ちの方でも安心して参加できます。 |

■ 緑町老人憩の家 (緑町西1丁目81)

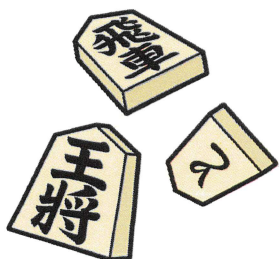
| 団体名                | 活動日時  | 活動内容  |   | 参加費          | 団体PR   |
|--------------------|---|---|---|--------------|--|
|                    |   | 分野/講師   | 詳細  |              |  |
| 喜楽会                | 毎週火・金・日曜日<br>12時00分～17時00分<br>毎週水曜日<br>9時00分～12時00分 | 麻雀<br>大谷 一機 他                                 | 火曜日・金曜日・日曜日は麻雀のゲーム中心、水曜日は初心者中心で麻雀のゲームの解説・質問・ゲーム参加と、サロンの雰囲気です。 | 2,000円<br>/年 | 麻雀がしくて喜楽会に入会した方もいます。年6回程度、大会があります。喜楽会の行事の参加自由です。<br>初心者歓迎です。初心者向けの水曜日は、入会前に1か月程度ゆっくり体験していただくことができます。 |
|                    | カラオケ部   | カラオケ  | 会員の方が参加できます。<br>活動日時についてはご相談ください。                             |              |  |
|                    | 囲碁部   | 囲碁  |   |              |  |
|                    | パークゴルフ部   | 毎週火曜日<br>9時00分～12時00分<br>※活動場所はあけぼのパークゴルフ場です。 | パークゴルフ  |              |  |
| 江別囲碁クラブ            | 毎週火・木・土・日曜日<br>12時00分～17時00分                        | 囲碁  | 囲碁の対局。  | 無料           | 興味のある方はお気軽に、直接会場へお越しください。  |
| 転ばないからだづくり<br>サークル | 毎週水曜日<br>14時00分～15時30分                              | 体操  | 椅子に座って行うストレッチ体操です。  | 無料           | 仲間作りや体操に興味のある方は、気軽にご参加ください。<br>肺炎予防のために、歌を歌ったり、おしゃべりを楽しんだりもしています。                                    |

### ■あすかの森認定こども園（緑町西1丁目81）

| 団体名               | 活動日時                             | 活動内容     |   | 参加費                                     | 団体PR   |
|-------------------|----------------------------------|----------|---|---|--|
|                   |                                  | 分野/講師    | 詳細  |   |  |
| 子ども・地域食堂<br>ななかま堂 | 月1回日曜日<br>(不定期)<br>10時30分～13時30分 | 子ども・地域食堂 | 始まりから来ても、ごはんの時間から来ても大丈夫な子ども・地域食堂です。家族はもちろん、地域の大人の方も大歓迎です。皆さまが来るのを楽しみにしています。 | 幼児<br>無料<br>小・中・高<br>100円<br>大人<br>200円 | あすかの森認定こども園で、不定期・日曜日に行っている子ども・地域食堂です。広いホール・園庭を利用して、ぞんぶんに体を動かせる機会です。昨年度は、工作やクリスマスコンサートなどを実施しました。札幌国際大学の学生が遊びや食事のサポートに来ています。また、提供の食事は、江別赤十字奉仕団 江別分団の方々が作ってくれています。気軽にお越しください。 |

### ■青年センター（緑町西2丁目11）

| 団体名            | 活動日時                   | 活動内容  |                             | 参加費                                  | 団体PR   |
|----------------|------------------------|-------|-----------------------------|--------------------------------------|--|
|                |                        | 分野/講師 | 詳細                          |                                      |  |
| 日本将棋連盟<br>江別支部 | 毎週日曜日<br>13時00分～17時00分 | 将棋    | (1)将棋の普及・指導<br>(2)対局の計画・実施等 | 一般<br>800円/月<br>小・中学生<br>500円<br>/半年 | 毎週楽しく対局できます。会員の高齢化のため、若い方、小・中学生、女性也大歓迎です。初心者の方には、駒の並べ方・動かし方など、いちから教えます。見学・体験も随時受け付けています。 |



■まごころハウス緑町 (緑町東2丁目10-2)

| 団体名    | 活動日時                   | 活動内容     |   | 参加費                                  | 団体PR  |
|--------|------------------------|----------|---|--------------------------------------|---|
|        |                        | 分野/講師    | 詳細  |                                      |   |
| まごころ食堂 | 第4日曜日<br>11時30分～13時30分 | 子ども・地域食堂 | 地域子ども食堂です。野菜などのマルシェもします。ボードゲームなど遊ぶ場所もあります。<br>遊びの会、おやつ作りを行う日もあります。      | 日曜日<br>大人<br>500円<br>子ども<br>100円     | 食べることを通して、いろんな人たちとつながる、安心した居場所になっていく。赤ちゃんからおとしよりまで、だれもがこられる食堂です。こどもも大人もほっとできる場です。学生ボランティアさんと遊べます。 |
|        | 第3金曜日<br>17時00分～19時00分 |          | 金曜日は現在、お弁当の提供にて対応しています。予約が必要なため、以下のお電話番号から事前にご予約ください。<br>(011-887-8134) | 金曜日<br>(容器代含)<br>350円<br>子ども<br>150円 |   |

■元町地区センター (元町1-2)

| 団体名        | 活動日時                   | 活動内容        |                  | 参加費    | 団体PR          |
|------------|------------------------|-------------|------------------|--------|---------------|
|            |                        | 分野/講師       | 詳細               |        |               |
| 元町はつらつサークル | 毎週木曜日<br>10時00分～11時30分 | 体操<br>高梨 麻子 | イスを使ったストレッチ・筋トレ。 | 500円/月 | 元気で笑いのある教室です。 |

■いずみ野自治会館 (いずみ野1-2)

| 団体名                           | 活動日時                   | 活動内容        |  | 参加費  | 団体PR  |
|-------------------------------|------------------------|-------------|--|--|---|
|                               |                        | 分野/講師       | 詳細   |  |   |
| 転ばない体づくり体操<br>いずみ野サークル        | 毎週水曜日<br>10時00分～12時00分 | 体操・レク<br>交流 | E-リズム体操・DVDを用いたいきいき体操、<br>柔軟体操、筋力アップ体操、ラダー<br>第1水曜日は講師によるふまねつと体操、<br>第3水曜日は自治会会員を対象としたミニ<br>健康講話をひらいています。  | 無料   | 「楽しく 元気に」をモットーとし、会員全員がおしゃべりタイムを持<br>ちながら、和気藹々と毎回過ごしています。<br>年1回、年度末または新年に茶話会を開き、会員の親睦を<br>深めています。 |
| いずみ野小学校<br>お父さんの会<br>地域ふれあい食堂 | 不定期<br>15時00分～19時30分   | 交流・懇談       | 不定期ですが、1カ月から2カ月に1度は開<br>催している、いずみの小学校PTCAが主催の<br>地域食堂です。いずみ野自治会館と対雁<br>自治会館(対雁115-115)を交代で会場<br>にしています。開催日および会場は、小学校<br>を通じたお便りの配布、または自治会の回<br>覧で案内しています。参加希望の方は事前<br>にお申込みください。 | 小学生以下<br>と65歳以上<br>100円<br><br>中学生～<br>65歳<br>250円 | メニューは毎回カレーです！<br>遊んで集まってカレーを食べて交流します。<br>自由な雰囲気です。  |

■ 対雁自治会館 (対雁115-115)

| 団体名             | 活動日時                     | 活動内容        |  | 参加費                   | 団体PR  |
|-----------------|--------------------------|-------------|--|-----------------------|---|
|                 |                          | 分野/講師       | 詳細   |                       |   |
| オカリナ同好会<br>クオーレ | 第2・4金曜日<br>15時00分～17時00分 | 器楽<br>西村 恭子 | オカリナ演奏を通して、江別市の文化祭への参加、高齢者施設等への訪問を行っております。 | 入会金<br>500円<br>200円/月 | 土から生まれた楽器の素朴な音色を楽しんでみませんか。<br>オカリナに興味のある方、どなたでも大歓迎です。 |

■ 見晴台自治会館 (見晴台54-5)

| 団体名              | 活動日時                     | 活動内容  |   | 参加費    | 団体PR  |
|------------------|--------------------------|-------|---|--------|---|
|                  |                          | 分野/講師 | 詳細  |        |   |
| 見晴台地域サロン<br>むつみ会 | 第2・4木曜日<br>10時00分～14時00分 | 交流・懇談 | 地域での孤立防止と介護予防が目的の会です。<br>ア)午前中→お茶を飲みながらマージャン、花札、トランプ、カラオケ、習字、おしゃべり等、各々自由に過ごす場<br>イ)午後→昼食の後、心身活性化の為にゲーム、体操、出前講座に、全員で参加自由にのびのび楽しんでいます。おしゃべりにもなりました。 | 200円/回 | 気が付けば19年の歳月が流れておりました。また、ここまで続けてこれたのも一人一人の福祉に対する思いと「自分達の地域は自分達の出来ること」という意識と、明日は我が身！お互い様の精神が根付いている物と思います。決して無理強いわせず、自分の出来る事で支え合う・・・自然と大きな輪になっている事が長く続いていると感じております。<br>防災など、気になるテーマにも、楽しく取り組んでいます。 |

■ 地域共生ホームてまりの華 (元江別本町9-18)

| 団体名   | 活動日時                   | 活動内容  |                                      | 参加費                           | 団体PR  |
|-------|------------------------|-------|--------------------------------------|-------------------------------|---|
|       |                        | 分野/講師 | 詳細                                   |                               |   |
| ちいき食堂 | 第3土曜日<br>12時00分～14時00分 | 地域食堂  | 地域の方々、子供達、てまりの華の子供達、高齢者、どなたでも参加可能です。 | 大人<br>300円<br><br>中学生以下<br>無料 | 地域のボランティアの方が作ってくれるおいしいご飯を、子どもから高齢者まで皆で楽しく食べて過ごしています。子どもだけの参加もOKです。顔の見える関係づくり、多年代の交流の場として、どなたでも来ていただける場所となっています。 |

