

# 地域にある 通いの場一覧



運動

+

栄養



+

社会参加



→

介護予防



出掛ける場所、見つけれませんか♪



運動して・遊んで・食べて♪

歌って・学んで・おしゃべり♪



- ・老人クラブ・いきいき百歳体操
- ・地域カフェ・認知症カフェ
- ・地域食堂・文化・芸術・運動など



【滝川市地域包括支援センター】

# 「通いの場」について



地域の高齢者が毎日をいきいきと健康に過ごすための場所である「通いの場」は、介護予防・認知症予防にもつながる重要な取り組みとして推進されています。

介護予防とは、要介護状態等の予防や軽減、悪化の防止を目的として行うものです。

介護予防のためには、日常生活において「運動」「栄養」「社会参加」の三本柱を意識していくことが大切となりますが、普段から「通いの場」に通うことにより、人と交流する「社会参加」の機会になるとともに、自宅から通いの場まで歩いて行くこと自体が日々の「運動」につながることを期待されます。



運動

+

栄養



+

社会参加



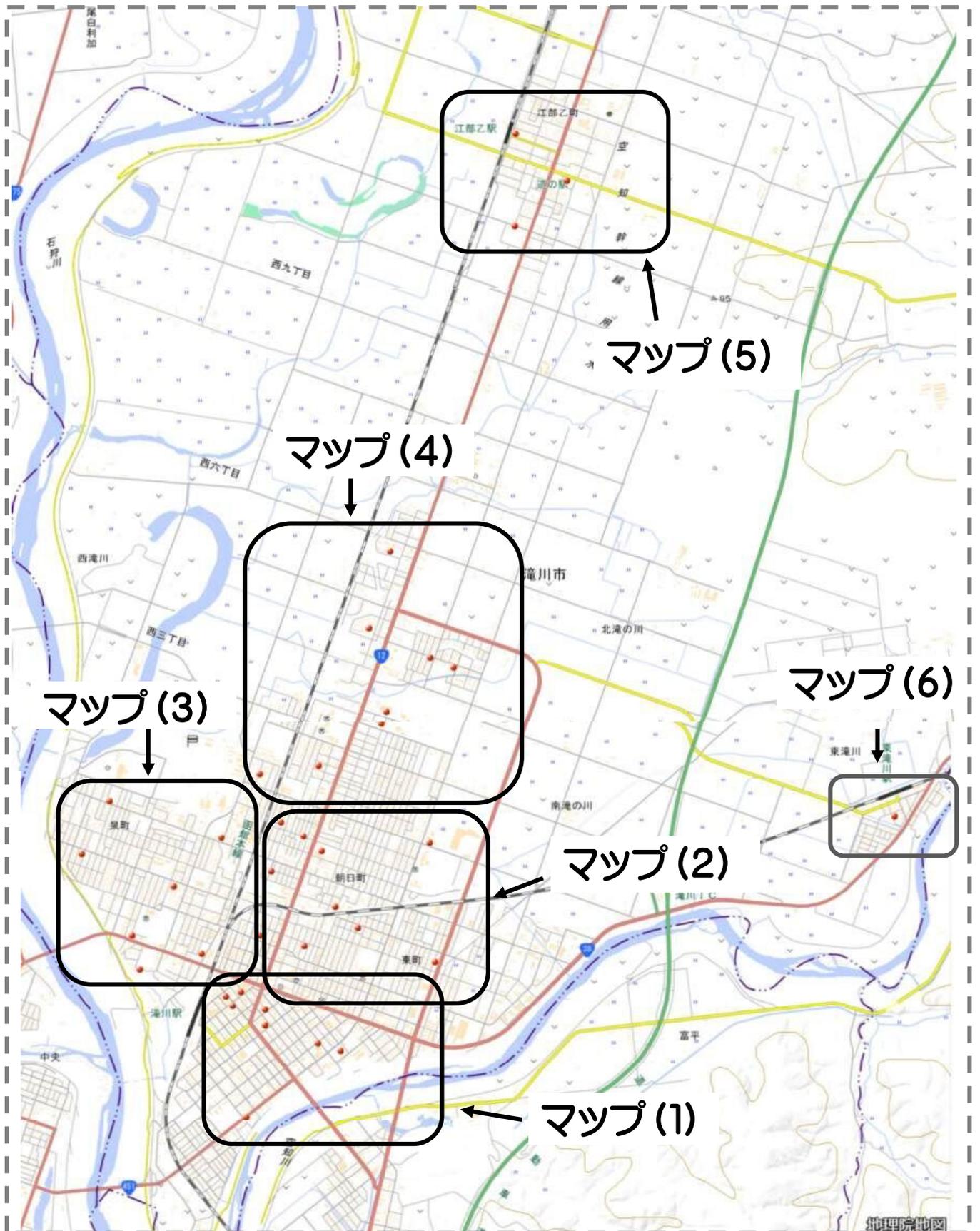
厚生労働省 集まろう！通いの場より

## 【目次】

- (1) 中島町・空知町・栄町・明神町・新町 4~7P
- (2) 大町・緑町・本町・東町・一の坂町・朝日町・文京町 8~13P
- (3) 西町・有明町・扇町・幸町・泉町 14~17P
- (4) 黄金町・二の坂町・滝の川町 18~22P
- (5) 江部乙町 23~25P
- (6) 東滝川町マップ 23P 情報26P



# 滝川市版 地域にある通いの場 マップ



出典：国土地理院 <https://maps.gsi.go.jp/development/ichiran.html>

地域にある通いの場一覧 住所録 令和7年3月発行

	会場名	住所
マップ (1) 4ページ	音楽公民館	新町3丁目8番3号
	啓南団地集会所	空知町3丁目9番3号
	サロンリポーン	栄町3丁目4番2号
	中央児童センター	新町2丁目6番1号
	滝川市民交流プラザ	明神町2丁目2番16号
	まちづくりセンター みんくる	栄町3丁目6番28号
	街なかひろば く・る・る	栄町2丁目6番21号
マップ (2) 8ページ	朝日町7区町内会館	朝日町西3丁目8番35号
	朝日町地区福祉ホーム	朝日町西2丁目2番21号
	一の坂会館	一の坂町西3丁目6番23号
	一の坂団地集会所	一の坂町東1丁目7番5号
	大町地区コミュニティセンター	大町4丁目4番18号
	中地区コミュニティセンター	朝日町東2丁目2番4号
	東地区コミュニティセンター	東町5丁目9番11号
	本町地区コミュニティセンター	本町4丁目3番5号
	緑地区コミュニティセンター	緑町6丁目3番11号
	滝川市教育支援センター	文京町4丁目1番1号
マップ (3) 14ページ	泉町福祉会館	泉町2丁目9番9号
	扇町地区コミュニティセンター	扇町2丁目18番28号
	銀川団地集会所	有明町3丁目3番5号
	幸町地区コミュニティセンター	泉町185番地3
	三世代交流センター	西町2丁目2番1号
	西和会館	西町5丁目6番40号
	西地区コミュニティセンター	西町6丁目1番15号
マップ (4) 18ページ	北地区コミュニティセンター	滝の川町東2丁目1120番地180
	江陵団地集会所	幸町4丁目3
	三世代交流センター北地区分館	黄金町西2丁目3番14号
	スポーツセンター第1体育館	二の坂町東3丁目2番1号
	地域カフェ絆	滝の川町東2丁目8番23号
	みずほ団地集会所	滝の川町西8丁目3番6号
	見晴団地集会所	滝の川町西3丁目3
マップ (5) (6) 23ページ	11丁目福祉会館	江部乙町西10丁目13番39号
	JR江部乙駅	江部乙町西12丁目4番36号
	農村環境改善センター	江部乙町東11丁目13番1号
	東滝川地区転作研修センター	東滝川町3丁目1番26号

通いの場 マップ(1)

中島町・空知町・栄町・明神町・新町



出典：国土地理院 <https://maps.gsi.go.jp/development/ichiran.html>

- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| ① 老人クラブ 親栄会         | ①⑨ 紅花己書道場           |
| ② 老人クラブ リバーサイド滝新倶楽部 | ②⑩ 健康ストレッチヨガ        |
| ③ 老人クラブ 大人倶楽部 笑和会   | ③⑪ すこやか体操クラブ        |
| ④ いきいき百歳体操          | ④⑫ 小筆の会             |
| まちづくりセンターみんくる       | ⑤⑬ 万福ひよっとこ踊り        |
| ⑤ いきいき百歳体操 啓南団地集会所  | ⑥⑭ YASU バレエスタジオ     |
| ⑥ いきいき百歳体操 音楽公民館    | ⑦⑮ Carr-on          |
| ⑦ サロン リボーン          | ⑧⑯ オカリナ ベラの会        |
| ⑧ 滝川市民合唱団           | ⑨⑰ 白寿会              |
| ⑨ 滝川吹奏楽団            | ⑩⑱ 滝川フォークダンス同好会     |
| ⑩ 杉田ヴァイオリンサロン       | ⑪⑲ 吟剣詩舞 和翔流         |
| ⑪ 滝川龍栄太鼓            | ⑫⑳ 戸山流居合道 北海道連盟滝川支部 |
| ⑫ 躍進滝川太鼓保存会         | ⑬㉑ 滝川剣道連盟           |
| ⑬ 氷原の会              | ⑭㉒ 合気道滝川道場          |
| ⑭ 笑って!うくれれ          | ⑮㉓ 滝川柔道スポーツ少年団      |
| ⑮ 臨床美術              | ⑯㉔ 読書会「賢治を語る会」      |
| ⑯ 滝川俳句会             | ⑰㉕ うたごえ喫茶           |
| ⑰ 3B 体操滝川サークル       | ⑱㉖ そらうた             |
| ⑱ Takikawa Y`s-SDC  | ㉑㉗ フラワーサークル「アイビー」   |

# 通いの場マップ(1) 中島町・空知町・栄町・明神町・新町

## ◆老人クラブ

仲間づくりを目的とした大人のクラブ活動です。

1 老人クラブ 親栄会	
開催日時・場所	不定期開催 ※場所は、その都度変わります。
活動	定例会（食事会）
2 老人クラブ リバーサイド滝新倶楽部	
開催日時・場所	毎月10日・20日・30日 10時00分～15時00分 【啓南団地集会所】
活動	定例会ほか
3 老人クラブ 大人倶楽部 笑和会	
開催日時・場所	不定期開催 年5回程度 【会長宅】
活動	定例会（奉仕活動：平和公園の清掃と花壇づくり 親睦会 他）

老人クラブへの連絡は、滝川市老人クラブ連合会 ☎24-1824

## ◆いきいき百歳体操

いつまでも元気で過ごすための体力づくりを目的とした体操です。

4 いきいき百歳体操 まちづくりセンターみんくる	
開催日時	毎週木曜日 10時00分～11時00分
活動	いきいき百歳体操・かみかみ百歳体操・講話等
5 いきいき百歳体操 啓南団地集会所（3号棟1階117号）	
開催日時	毎週金曜日 10時00分～11時00分
活動	いきいき百歳体操・かみかみ百歳体操・講話等
6 いきいき百歳体操 音楽公民館	
開催日時	毎週水曜日 10時00分～11時00分
活動	いきいき百歳体操・かみかみ百歳体操・講話等



いきいき百歳体操への連絡は、滝川市介護福祉課介護予防係 ☎28-8045

## ◆地域カフェ・地域食堂・サロンなど

高齢者をはじめ地域住民の交流や見守り、閉じこもりや孤食を防ぐことを目的とした居場所です。

7 サロン リポーン	
主催	リポーンの会
開催日時	毎週月～金曜日 11時00分～13時30分
場所	栄町3丁目4番2号 ベルロード
メニュー	日替わりランチ 450円 ほか
その他	店内にてフリーマーケット



## ◆文化芸術・運動など

文化・スポーツなどをとおして、交流や健康づくりができます。

8 滝川市民合唱団 連絡先▶進司 0125-74-5415	
開催日時・場所	毎週水曜日 19時00分～21時00分 【音楽公民館】
活動	混声合唱／混声の四部合唱団です。年に数回の演奏会に出演しています。
9 滝川吹奏楽団	
開催日時・場所	毎週 木曜日19時00分～21時00分 日曜日16時00分～21時00分 【音楽公民館】
活動	吹奏楽／吹奏楽コンクールや定期演奏のほか合奏指導などの活動をしています。

<b>10 杉田ヴァイオリンサロン</b>	
開催日時・場所	毎月3回水曜日 15時00分～ 【音楽公民館】
活動	ヴァイオリン/大人から子供まで生徒さんを募集しています。始めてみませんか。
<b>11 滝川龍栄太鼓 連絡先▶大葉 090-8905-6563</b>	
開催日時・場所	毎週火曜日 19時00分～20時00分 【音楽公民館】
活動	和太鼓
<b>12 躍進滝川太鼓保存会 連絡先▶林 090-8271-7549</b>	
開催日時・場所	毎週金・土曜日 18時00分～20時00分 【音楽公民館】
活動	和太鼓
<b>13 氷原の会 連絡先▶家納 090-9755-7549</b>	
開催日時・場所	毎月第2土曜日 10時00分～12時00分【まちづくりセンターみんくる】
活動	俳句
<b>14 笑って!うくれれ 連絡先▶遠藤 090-8425-8575</b>	
開催日時・場所	毎月第2・4金曜日 9時30分～11時00分【まちづくりセンターみんくる】
活動	笑いヨガ・ウクレレ/楽しく笑いヨガとウクレレを
<b>15 臨床美術</b>	
開催日時・場所	毎月1回木曜日 13時00分～15時00分【まちづくりセンターみんくる】
活動	美術活動/年齢関係なく美術を楽しんでもらえる。
<b>16 滝川俳句会</b>	
開催日時・場所	毎月第1土曜日 13時00分～15時00分 【まちづくりセンターみんくる】
活動	俳句会/楽しく俳句会をする。
<b>17 3B体操滝川サークル 連絡先▶古味 080-5595-5765</b>	
開催日時・場所	毎月第1・3日曜日 10時00分～11時30分【まちづくりセンターみんくる】【街なかひろばく・る・る】
活動	体操(健康)/音楽に合わせて体操など行います。女性だけのサークルです。
<b>18 Takikawa Y`s-SDC</b>	
開催日時・場所	毎週2回 19時00分～21時00分 【まちづくりセンターみんくる】【街なかひろばく・る・る】
活動	ストリートダンス/子供から大人までストリートダンスで楽しみましょう。
<b>19 紅花己書道場 べにはなのおのれしよ 連絡先▶恒遠 090-7583-7451</b>	
開催日時・場所	毎月 第1月曜日10時00分～12時00分 第3金曜日13時00分～15時00分【街なかひろばく・る・る】
活動	己書 字と絵
<b>20 健康ストレッチヨガ</b>	
開催日時・場所	毎月第1・2・3土曜日 10時30分～12時00分【街なかひろばく・る・る】
活動	ヨガ
<b>21 すこやか体操クラブ 連絡先▶佐藤 090-6265-5627</b>	
開催日時・場所	毎週火曜日 12時30分～13時30分 【街なかひろばく・る・る】
活動	健康体操/楽しい音楽で体を動かして日常生活に必要な筋肉を鍛えることができます。
<b>22 小筆の会 連絡先▶長谷川 0125-24-0690</b>	
開催日時・場所	毎月3回火曜日 10時00分～11時00分【街なかひろばく・る・る】
活動	毛筆の細字
<b>23 万福ひよつとこ踊り 連絡先▶三浦 090-3112-0183</b>	
開催日時・場所	毎月第2・4水曜日 13時30分～15時30分【街なかひろばく・る・る】
活動	ひよつとこ踊り/ひよつとこ踊りをもとに楽しく明るい踊りを踊ります。

<b>24 YASUバレエスタジオ 連絡先▶齊藤 090-5226-6261</b>	
開催日時・場所	毎週月・火・金曜日 17時00分～18時00分/18時00分～19時00分 【街なかひろばく・る・る】
活動	クラシックバレエ 
<b>25 Carr-on</b>	
開催日時・場所	毎週月曜日 21時00分～22時00分 【街なかひろばく・る・る】
活動	ダンス/少人数でヒップホップダンスをしています。年齢は関係ないです。
<b>26 オカリナ ベラの会</b>	
開催日時・場所	毎月第2・4日曜日 13時00分～15時00分【中央児童センター】
活動	オカリナ吹奏・練習
<b>27 白寿会 連絡先▶三野 0125-32-2703</b>	
開催日時・場所	毎月第2・4日曜日 9時00分～12時00分 【中央児童センター】
活動	書道研修
<b>28 滝川フォークダンス同好会 連絡先▶岩岬 0125-74-5935</b>	
開催日時・場所	毎週水・木曜日 10時00分～12時00分 【中央児童センター】
活動	フォークダンス/誰でも気軽に踊りの輪に入り仲間と一緒に楽しむことができます。
<b>29 吟剣詩舞 和翔流 連絡先▶井上 090-6217-1846</b>	
開催日時・場所	毎週火曜日 18時00分～21時00分 【中央児童センター】
活動	吟剣詩舞
<b>30 戸山流居合道 北海道連盟滝川支部 連絡先▶熊谷 0125-24-8815</b>	
開催日時・場所	毎週 火曜日10時00分～12時～00分 金曜日14時00分～16時00分 【中央児童センター】
活動	武道ノ形の稽古
<b>31 滝川剣道連盟 連絡先▶高桑 090-1387-9538</b>	
開催日時・場所	毎週火～土曜日18時00分～20時00分 第1・3土曜日17時00分～19時00分 【中央児童センター】
活動	剣道 
<b>32 合気道滝川道場 連絡先▶目黒 090-1302-4783</b>	
開催日時・場所	毎週火・水曜日 19時00分～21時00分 【中央児童センター】
活動	武道/試合の無い合気道は自分のペースで続けられます。
<b>33 滝川柔道スポーツ少年団 連絡先▶篠原 0125-22-1176</b>	
開催日時・場所	毎週 火曜日17時30分～18時50分・木曜日17時30分～21時00分 【中央児童センター】
活動	柔道/柔道の稽古を通じて礼儀作法等を育成できればと考えております。
<b>34 読書会 「賢治を語る会」 連絡先▶井川 0125-24-2509</b>	
開催日時・場所	毎月1回土曜日 13時30分～16時30分 【滝川市民交流プラザ】
活動	読書/声を出して読むことで健康にも良く楽しく学ぶことができます。
<b>35 うたごえ喫茶 連絡先▶アートステージ0125-23-6330 吉田0125-22-0649</b>	
開催日時・場所	毎月第2木曜日 14時00分～15時30分(変更あり) 【滝川市民交流プラザ】
活動	音楽(歌)
<b>36 そらうた</b>	
開催日時・場所	毎月第4または第5火曜日 10時30分～11時30分 【滝川市民交流プラザ】
活動	コーラス/懐かしい歌謡曲やポップスを楽しく歌います。 
<b>37 フラワーサークル「アイビー」</b>	
開催日時・場所	毎週金曜日 11時00分～15時00分 【滝川市民交流プラザ】
活動	アレンジ 

# 滝川市地域包括支援センターのご案内

電話 ▶ 0125-28-8029

住所：滝川市大町1丁目2番15号  
滝川市役所1階10番窓口

FAX：0125-26-5166

窓口時間：平日8時30分～17時15分

※土日・祝日・年末年始は、お休みです。

「地域にある通いの場一覧」等の  
ホームページ検索▼

滝川市 通いの場



「地域にある通いの場一覧」等の  
ホームページ二次元コード▼



## 滝川市地域包括支援センターとは？

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、高齢者ご本人やそのご家族をサポートする、身近な相談窓口です。

保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーなど、保健や福祉の専門職が中心となって、安心した生活が送れるようサポートいたします。

### ■総合相談

介護・福祉・医療など、高齢者に関わる様々な相談を受け付けています。

### ■権利擁護

虐待や消費者トラブルなどから高齢者の権利を守ります。

### ■介護予防ケアマネジメント

介護予防が必要な方の支援をします。

### ■包括的・継続的ケアマネジメント

支援者のネットワークをつくり、適切なサービスにつなぎます。

