滝川市版

令和6年度
令和7年3月発行

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」につながることが期待されます。

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

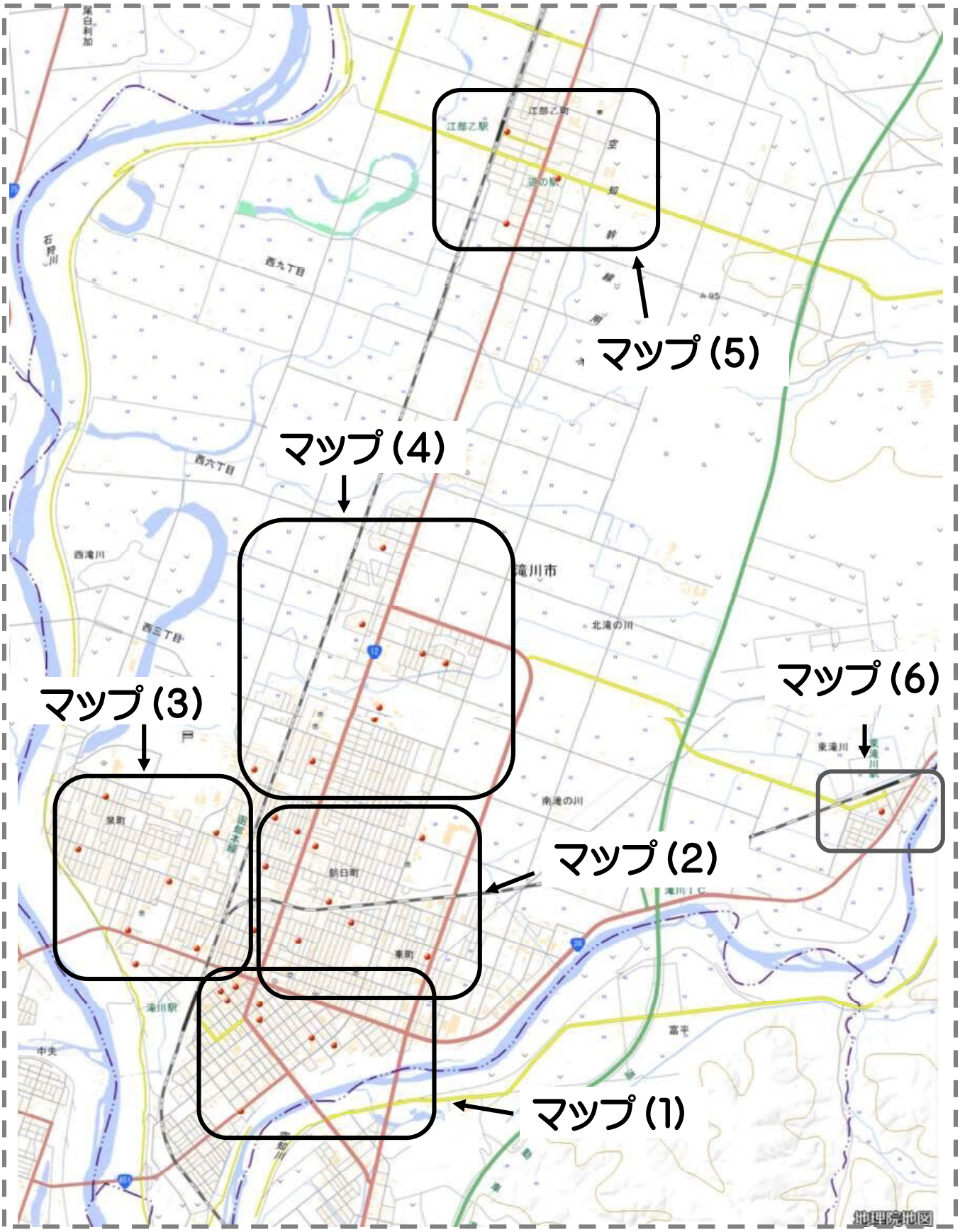
（3）西町・有明町・ 扇町・幸町・泉町　14～17P

（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
	サロンリボーン	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(2)　大町・緑町・本町・東町・一の坂町・朝日町・文京町

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

① 老人クラブ あかしや会
② 老人クラブ 友の会
③ 老人クラブ マスターズクラブ睦会
④ 老人クラブ 緑康会
⑤ いきいき百歳体操 朝日町地区福祉ホーム
⑥ いきいき百歳体操 朝日町７区町内会館
⑦ いきいき百歳体操 一の坂会館
⑧ いきいき百歳体操 中地区コミュニティセンター
⑨ いきいき百歳体操 大町地区コミュニティセンター
⑩ いきいき百歳体操 緑地区コミュニティセンター
⑪ いきいき百歳体操 一の坂団地集会所
⑫ いきいき百歳体操 東地区コミュニティセンター
⑬ コミュニティカフェ シャロム
⑭ カフェあけぼの
⑮ 着付けサークル まどか
⑯ 着物着付教室
⑰ 健美操
⑱ 吟剣詩舞 和翔流
⑲ 相撲甚句会
⑳ 古典を楽しむ東雲会百人一首
㉑ 章月会
㉒ 卓球ピンネ
㉓ 天元会
㉔ 滝川市婦人会音楽部
㉕ 叶流雅会
㉖ 葉月会
㉗ 滝川太極拳クラブ
㉘ テニポンサークル
㉙ バトミントンクラブ和
㉚ 書道研究あおば書会
㉛ 竹の子会
㉜ 花林短歌会
㉝ ストレッチエクササイズ
㉞ 優至会 渡部道場
㉟ 滝川剣道連盟
㊱ 声の雑誌制作工房馬酔木

通いの場マップ(2)　大町・緑町・本町・東町・一の坂町・朝日町・文京町

◆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　あかしや会	
開催日時・場所	毎月第２・４月曜日　9時30分～　【一の坂会館】
活動	定例会（誕生日会・花壇整備・畑・慰霊祭）

2　老人クラブ　友の会	
開催日時・場所	木曜日　9時30分～　【朝日町地区福祉ホーム】
活動	定例会ほか（麻雀・誕生日会・花壇整備・カラオケ・花札・トランプ）

3　老人クラブ　マスターズクラブ睦会	
開催日時・場所	5日・20日　11時00分～14時00分　【大町地区コミュニティセンター】
活動	定例会ほか（花壇整備・レクリエーション・カラオケ・日帰り旅行・町内会と交流）

4　老人クラブ　緑康会	
開催日時・場所	年5回土曜日　11時00分～【緑地区コミュニティセンター】
活動	定例会ほか（誕生日会・食事会・ゲーム・泊まり旅行）

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。

5　いきいき百歳体操　朝日町地区福祉ホーム	
開催日時	毎週水曜日　13時00分～14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　朝日町7区町内会館	
開催日時	毎週月曜日　９時30分～10時30分
活動	いきいき百歳体操・かみかみ百歳体操・講話等

7　いきいき百歳体操　一の坂会館	
開催日時	毎週火曜日　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

8　いきいき百歳体操　中地区コミュニティセンター	
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

9　いきいき百歳体操　大町地区コミュニティセンター	
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

10　いきいき百歳体操　緑地区コミュニティセンター	
開催日時	毎週木曜日　13時30分～14時30分
活動	いきいき百歳体操・かみかみ百歳体操・講話等

11　いきいき百歳体操　一の坂団地集会所　※冬期間は、お休み。	
開催日時	毎週火曜日　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

12　いきいき百歳体操　東地区コミュニティセンター	
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

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。

13　コミュニティカフェ　シャロム	
主催	滝川市老人クラブ連合会　☎24-1824
開催日時	毎週月～木曜日　9時00分～15時00分※金土日・祝日は、お休み
場所	大町地区コミュニティセンター１階
メニュー	飲み物100円　飲み放題　セルフサービス
その他	手作り品販売、サロンワークショップ

◆認知症カフェ

認知症の方やご家族・地域の方誰でも集える場所です。認知症に関する悩みなども相談できます。

14　カフェあけぼの　連絡先▶山下　0125-22-4846	
主催	滝川地区認知症の人と共に歩む家族の会あけぼの会
開催日時	毎月2回金曜日　10時00分時～15時00分
場所	本町地区コミュニティセンター
内容	認知症予防の脳トレーニング等

◆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。

15　着付けサークル　まどか　連絡先▶萩原	
開催日時・場所	毎月第1・3・4木曜日　10時00分～12時00分【本町地区コミュニティセンター】
活動	和服着付

16　着物着付教室	
開催日時・場所	毎月2回水曜日　18時30分～20時30分【本町地区コミュニティセンター】
活動	着物着付

17　健美操	
開催日時・場所	毎週木曜日　19時00分～20時00分　【本町地区コミュニティセンター】
活動	体操／呼吸法を取り入れたゆったりとした健康体操です。

18　吟剣詩舞　和翔流	
開催日時・場所	毎週金曜日　18時00分～21時00分　【本町地区コミュニティセンター】
活動	剣詩舞／年代・性別関係なく剣詩舞を通して健康づくりをしています。

19　滝川相撲甚句会　連絡先▶吉田　0125-23-3223	
開催日時・場所	毎月２回木曜日　13時30分～15時30分【本町地区コミュニティセンター】
活動	唄／相撲甚句が好きな人募集しています。楽しみましょう。

20　古典を楽しむ東雲会百人一首	
開催日時・場所	毎週土曜日　13時00分～15時00分　【本町地区コミュニティセンター】
活動	百人一首

21　章月会　連絡先▶安達　0125-53-2828	
開催日時・場所	毎月第1・2・3水曜日　18時00分～20時00分　【本町地区コミュニティセンター】
活動	民謡／民謡の好きな方大歓迎です。

22　卓球ピンネ　連絡先▶小島　090-8428-9896	
開催日時・場所	毎週金曜日　13時00分～15時00分　【本町地区コミュニティセンター】
活動	卓球

23　天元会　連絡先▶池沢　0125-23-0766	
開催日時・場所	毎月第2金曜日　12時00分～17時00分　【本町地区コミュニティセンター】
活動	囲碁

24　滝川市婦人会音楽部　連絡先▶経塚　0125-22-5612	
開催日時・場所	月2～3回月曜日　10時30分～12時30分　【本町地区コミュニティセンター】
活動	コーラス

25　叶流雅会　連絡先▶叶　090-3114-4446	
開催日時・場所	毎月各4回　木曜日17時00分～18時30分／土曜日10時00分～12時00分 【本町地区コミュニティセンター】
活動	日本舞踊

26　葉月会　連絡先▶出口　090-4871-5388	
開催日時・場所	毎週火曜日　13時00分～15時00分　【本町地区コミュニティセンター】
活動	筆ペン習字と絵画／筆ペン習字や絵画を通して健康の促進と親睦を基調にしたサークルです。

27　滝川太極拳クラブ　連絡先▶佐藤　090-4876-6059	
開催日時・場所	毎週火曜日　10時00分～12時00分　【大町地区コミュニティセンター】
活動	太極拳

28　テニポンサークル　連絡先▶上坂　090-2699-4942	
開催日時・場所	毎週月・火曜日　9時00分～12時00分【東地区コミュニティセンター】
活動	テニポン／老若男女問わず楽しめるスポーツです。※事前に要問合せ。

29　バドミントンクラブ和	
開催日時・場所	毎週月曜日　19時00分～21時00分　【東地区コミュニティセンター】
活動	羽球／やる気があって参加持続可能な方。

30　書道研究あおば書会　連絡先▶川人　090-1764-6733	
開催日時・場所	毎月第2・3土曜日　15時00分～17時00分　【東地区コミュニティセンター】
活動	芸術書道／書の研究会です。手習いの書のほか、書の歴史に基いた臨書等を行っております。

31　竹の子会　連絡先▶佐々木　0125-24-0415	
開催日時・場所	毎週火曜日　13時00分～16時00分　【緑地区コミュニティセンター】
活動	卓球

32　花林短歌会	
開催日時・場所	毎月第1・3土曜日　9時00分～12時00分　【緑地区コミュニティセンター】
活動	短歌の勉強／日常の暮らしの中で見つけた事を短歌にして楽しんでいます。

33　ストレッチエクササイズ　連絡先▶田口　080-5720-3653	
開催日時・場所	毎月第1・3火曜日　13時30分～14時30分　【緑地区コミュニティセンター】
活動	軽体操／体をケアしたい方、運動習慣のない方を対象に体調改善。

34　優至会　渡部道場　連絡先▶渡部　090-6216-8319	
開催日時・場所	毎週火・金曜日　16時30分～17時30分／19時00分～21時00分 【緑地区コミュニティセンター】
活動	空手／「強さを求めた先に優しさに至る」ことを目標に日々汗を流してます。

35　滝川剣道連盟　連絡先▶高桑　090-1387-9538	
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 【中地区コミュニティセンター】
活動	剣道

36　声の雑誌制作工房馬酔木　連絡先▶沼本　090-9526-7321	
開催日時・場所	毎月第3木曜日　9時00分～16時00分　【滝川市教育支援センター】
活動	朗読ボランティア／視覚障害の方々に新聞等の記事をテープに吹き込みお送りしています。

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。