

# 札幌市 介護予防センターは

高齢者が身近な地域で行う  
介護予防の取り組みを支援します。



## 介護予防教室の 実施

地域の高齢者のみなさんが  
介護予防に取り組む  
きっかけづくりの教室です。  
いきいきと元気に過ごせるよう  
楽しく、ためになる内容で  
行っています。

お気軽に  
ご相談  
ください

## 介護予防などの 相談窓口

介護予防に関することや  
閉じこもりがちな高齢者などの  
相談をお受けします。  
また、介護や福祉など、  
さまざまな制度や  
地域のサービスについての  
相談もお受けします。

## 地域の 介護予防活動の 支援

身近な地域での介護予防活動が  
自主的に継続されるよう、  
普及啓発や技術支援、  
運営についての  
助言等を行います。



めざそう！いきいきスマイルシニア

ぜひご参加ください

みんなでつながる、  
広がる

## 介護予防

運動器の機能向上

栄養改善

口腔機能向上

閉じこもり予防

認知症予防

うつ予防

お気軽に  
ご相談ください



札幌市介護予防センター  
イメージキャラクター「かよるん」

お住まいの地域を担当する介護予防センターの連絡先は、こちらでご案内しています。

Webで検索の場合

札幌市 介護予防センター

検索

お電話で  
お問い合わせの場合

札幌市  
コールセンター

011-222-4894

札幌市保健福祉局 高齢保健福祉部 介護保険課 〒060-8611 札幌市中央区北1条西2丁目

各区の介護予防センターは裏面をご覧ください。

詳しくは  
こちらから



※二次元コード対応機種に限り、※二次  
元コードは、撮影条件によって検出されない場  
合があります。



さっぽろ市  
02-F03-21-880  
R3-2-663