



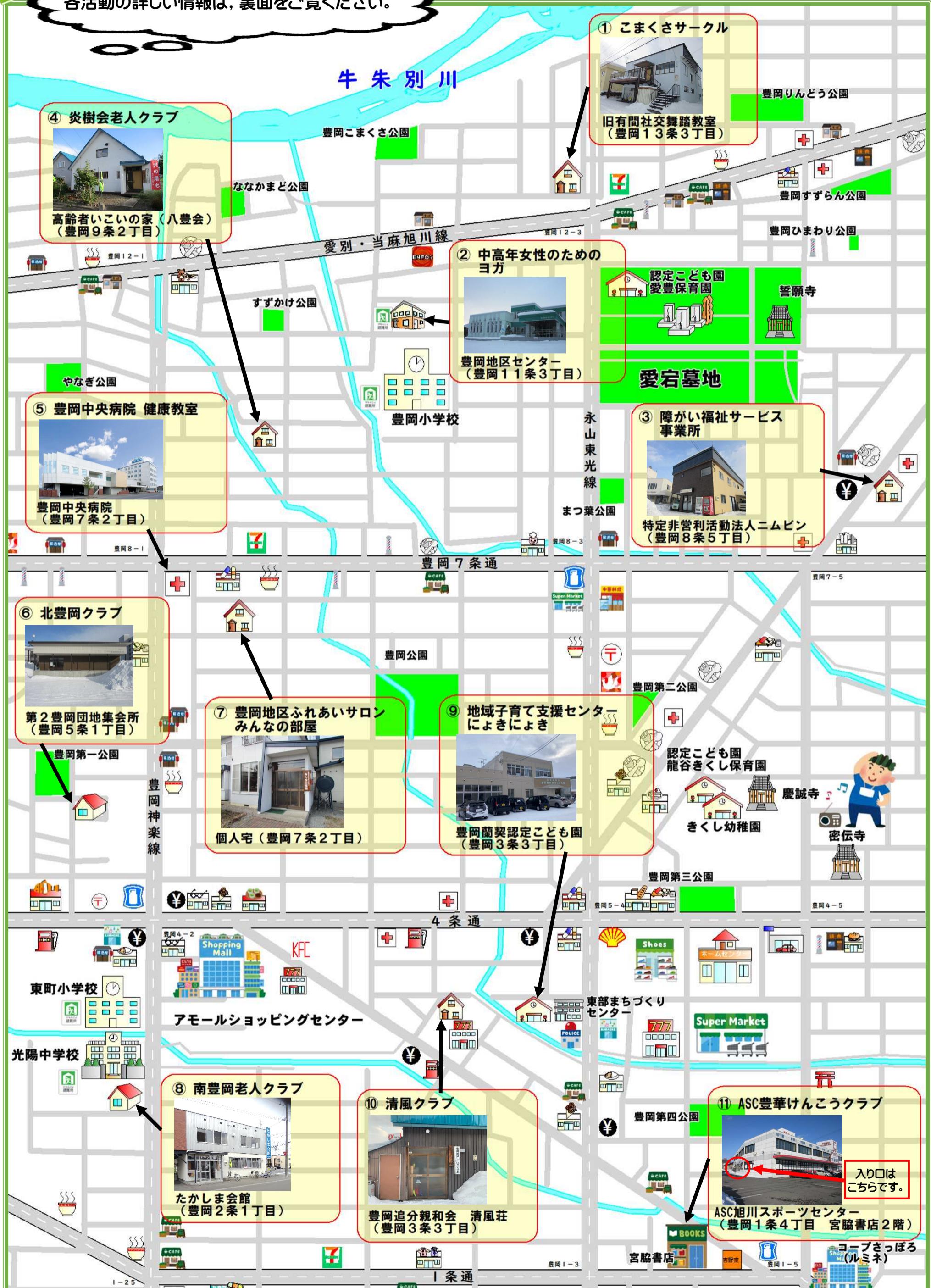
豊岡地域ふれあいマップ



豊岡地域において、地域での社会参加、仲間づくり、健康づくりなどを行い、様々な人とふれあうことができる子育て世代や高齢者に関する活動などを紹介しています。

各活動の詳しい情報は、裏面をご覧ください。

牛朱別川



豊岡地域

ふれあい活動の紹介

気になった活動や、参加してみたい活動がある場合は、各活動の連絡先にお問い合わせください。

※ 色別の対象者

…どなたでも

…シニア

…親子

…その他対象者制限あり

① こまくさサークル

場所:旧有間社交舞蹈教室
(豊岡13条3丁目)



[活動内容] 介護予防体操・茶話など
[実施日] 第1・2・3水曜日 [時間] 13:30~15:00
[対象者] どなたでも [参加費] 月会費600円
[連絡先] 35-2275(豊岡地域包括支援センター)

② 中高年女性のためのヨガ

場所:豊岡地区センター
(豊岡11条3丁目)



[活動内容]ストレッチ・ヨガ
[実施日] 毎週水曜日 [時間] 13:00~14:30
[対象者] 女性のみ [参加費] 月会費2,000円
[連絡先] 83-5798(本間)

③ 障がい福祉サービス事業所

場所:特定非営利活動法人ニムビン
(豊岡8条5丁目)



[活動内容]生活介護及び就労継続支援 B型
[実施日] 月~金曜日
[対象者] 障がい福祉サービス受給者証をお持ちの方
[参加費] 給食(食事をされる方, 1食240円(食材費))
[連絡先] 34-8988(ニムビン)



④ 炎樹会老人クラブ

場所:高齢者いこいの家(八豊会)
(豊岡9条2丁目)



[活動内容・実施日]

月	火	水	木	金	土
パークゴルフ (4月~10月)	シニアクラブ (お茶会・手芸 等)	カラオケ クラブ	パークゴルフ研 修会・お茶会 (11月~3月)	小筆クラブ (小筆を使った 手紙等作成)	麻雀クラブ(隔週) 麻雀大会(月1回)
8:30~14:00	13:00~15:00	13:00~16:00	13:00~17:00	10:00~15:00	11:00~16:00

[対象者] 概ね60歳以上 [参加費] 年会費1,500円
[連絡先] 080-5836-4918(地域まるごと支援員(A地域担当))

⑤ 豊岡中央病院 健康教室

場所:豊岡中央病院 2階リハビリ室
(豊岡7条2丁目)



[活動内容] 健康に関する講話、健康づくりに向けた体操など
[実施日] 第1~4木曜日 [時間] 10:00~11:00(受付9:45~)
[対象者] どなたでも [参加費] 無料
[連絡先] 32-8181(豊岡中央病院 リハビリテーション課)

⑥ 北豊岡クラブ

場所:第2豊岡団地集会所
(豊岡5条1丁目)



[活動内容・実施日等]

曜日	火	水	木	金	土
10:00~12:00	リズムダンス	麻雀	カラオケ	麻雀	リズムダンス
13:00~16:00		麻雀	カラオケ	麻雀	麻雀

[対象者] 60歳以上 [参加費] 年会費2,000円
[連絡先] 35-2275 (豊岡地域包括支援センター)

⑦ 豊岡地区ふれあいサロン みんなの部屋

場所:個人宅(豊岡7条2丁目)



[活動内容] 健康麻雀など
[実施日] 火・金曜日 [時間] 10:00~17:00
[対象者] どなたでも [参加費] 無料
[連絡先] 080-5836-4918(地域まるごと支援員(A地域担当))

⑧ 南豊岡老人クラブ

場所:たかしま会館
(豊岡2条1丁目)



[活動内容・実施日](詳しい時間はお問い合わせください)

火	水	木	金	土
健康ダンス	麻雀	なごみの会(午前) カラオケ(午後)	らくらく体操 (介護予防体操)	麻雀

[対象者] 60歳以上 [参加費] 年会費1,500円
[連絡先] 080-5836-4918(地域まるごと支援員(A地域担当))

⑨ 地域子育て支援センター によきによき

場所:豊岡蘭契認定こども園
(豊岡3条3丁目)



[活動内容] 親子で楽しむ遊び、子育て講座など
[実施日・対象年齢] ※火曜日の午前中はサークル支援等

	月	火	水	木	金
8:30~12:00					
15:00~16:30	0歳児		0~1歳児	乳幼児	乳幼児

[参加費] 無料 [連絡先] 38-6816

⑩ 清風クラブ

場所:豊岡追分親和会 清風荘
(豊岡3条3丁目)



[活動内容] 介護予防体操、薬剤師・理学療法士講話など
[実施日] 火曜日(月4回) [時間] 10:00~11:30
[対象者] どなたでも [参加費] 月会費500円
[連絡先] 35-2275 (豊岡地域包括支援センター)

⑪ ASC 豊華けんこうクラブ

場所:ASC 旭川スポーツセンター
(豊岡1条4丁目 宮脇書店2階)



[活動内容] 介護予防体操・薬剤師講話、ボッチャなど
[実施日] 第1~4木曜日 [時間] 13:30~15:00
[対象者] どなたでも [参加費] 月500円
[連絡先] 35-2275 (豊岡地域包括支援センター)

