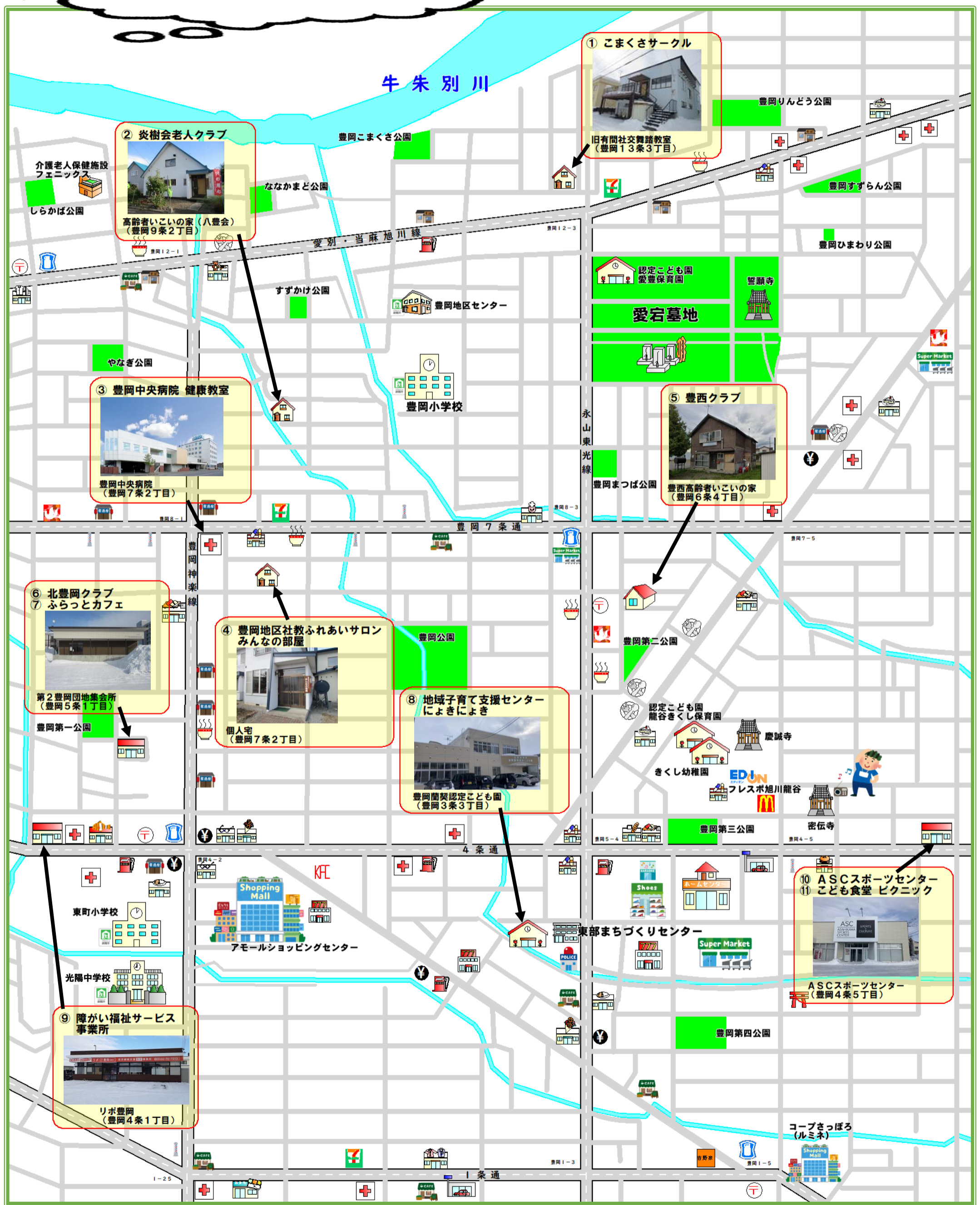


MAP 豊岡地域ふれあいマップ

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わ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。



豊岡まちづくり推進協議会の意見をうけて実施している事業です。 ☎ 東部まちづくりセンター 33-1110

作成・発行：地域ふれかつマップ作成事業実行委員会 (豊岡地域包括支援センター、公民館活動団体、旭川市食生活改善協議会、地域まるごと支援員など) 令和8年3月発行

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：旧有間社交舞踏教室
(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 炎樹会老人クラブ

場所：高齢者いきいの家 (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)	①脳トレいきいの会 ②シニアクラブ (お茶会等)	カラオケ クラブ	パークゴルフ研 修会・お茶会	小筆クラブ (小筆を使った 手紙等作成) (11月~3月)	麻雀クラブ (隔週) 麻雀大会 (月1回)
8:30~14:00	①10:00~11:00 ②13:00~15:00	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2,000円
【連絡先】 35-2275 (豊岡地域包括支援センター)

③ 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)
【その他】 月に1回、地域住民公開講座を開催
(13:00~13:30)
※ 開催日は要確認



④ 豊岡地区社協ふれあいサロン 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】 73-5310 (地域まるごと支援員 (A地域担当))

⑤ 豊西クラブ

場所：豊西高齢者いきいの家
(豊岡6条4丁目)



【活動内容・実施日】

月	火	水	木	金	土
麻雀	麻雀	パークゴルフ	麻雀	麻雀	カラオケ
9:30~14:00	9:30~14:00	8:30~ (第2・4)	9:30~14:00	9:30~14:00	12:30~15:00

※ パークゴルフは概ね5月~10月頃
【対象者】 60歳以上
【参加費】 年会費2,000円 (他に所属する活動ごとに500円/年間)
【連絡先】 35-2275 (豊岡地域包括支援センター)

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】

月	火	水	木	金	土
さわやか筋力 アップ部	リズム体操	麻雀	カラオケ	麻雀	リズム体操
	10:00~12:00				
14:00~15:30		麻雀	カラオケ	麻雀	麻雀
	13:00~16:00				

【対象者】 概ね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 ふらっとカフェ

場所：第2豊岡団地集会所
(豊岡5条1丁目)



【活動内容】 多世代交流の場 (認知症カフェ)
【実施日】 各偶数月の第2月曜日
【時間】 10:00~12:00 【対象者】 どなたでも
【参加費】 200円 (催し内容によっては変動あり)
【連絡先】 35-2275 (豊岡地域包括支援センター)

⑧ 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	0歳児	乳幼児	0~1歳児	乳幼児	乳幼児
15:00~16:30					

【その他】 土曜日にパパと一緒に外遊びを楽しむイベントもあります。
(年6回、10:00~11:30)
【参加費】 無料 【連絡先】 38-6816

⑨ 障がい福祉サービス事業所

場所：リポ豊岡
(豊岡4条1丁目)

【活動内容】 就労継続支援B型
【実施日】 月~金曜日 (土曜日開所の時有り)
【対象者】 障がい福祉サービス受給者証をお持ちの方
【費用】 給食希望の方、1食200円
【連絡先】 76-7013



⑩ ASCスポーツセンター

場所：豊岡4条5丁目

【活動内容】 介護予防体操 (立位/座位)
【実施日】 第1~第4の各曜日
【時間】 13:30~15:00



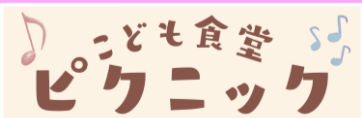
木	金
ASC豊華けんこうクラブ	ASC健幸運動教室
介護予防体操 (座位)	介護予防体操 (立位)

【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)



⑪ こども食堂 ピクニック

場所：ASCスポーツセンター
(豊岡4条5丁目)



【実施日】 毎月第4月曜日
【時間】 16:00~19:00 (ご飯のみの参加は18:00~)
【対象者】 未就学児・小中高生 (定員: 30名)
※ アレルギーをお持ちの方はご相談ください。
【費用】 お子様無料 (保護者は200円~)
【連絡先】 74-8369 (NPO法人 Equi pe-エイキープ)
メール: npo.equipe@gmail.com
【その他】 未就学児は保護者同伴での参加となります。



NPO.EQUIPE