

令和7年度（第2回）

帯広市家族介護者リフレッシュ事業

高齢者を在宅で介護しているご家族の労をねぎらうための事業です。介護から一時的に離れ、心身の元気回復（リフレッシュ）をしていただくことが目的です。ぜひ参加してみませんか？

○参加できる方：65歳以上の要支援1・2、要介護1～5の市内在住の高齢者を介護している市民（同居でなくても可）

○参加費：無料

開催日時 ※下記日程いずれか1回のみの参加となります	内容・場所など	お申し込み先 (地域包括支援センター)
11月10日(月) 11時30分～ 13時	「大人のリフレッシュランチ」 ～秋の味覚とかたらいの時間～ 北海道ホテル（西7条南19丁目1） 定員：15人	帯広けいせい苑 電話：53-4771 川西町西1線47-3 申込期間：10月1日（水） ～10月27日（月）
11月11日(火) 10時30分～ 12時	「転倒予防体操&茶話会」 とかちプラザ講習室402 （西4条南13丁目1） 定員：15人 ※終了後お弁当配布	帯広至心寮 電話：24-1150 西5条南30丁目19 申込期間：10月1日（水） ～10月28日（火）
12月4日(木) 10時～13時	「そば打ち体験」 ～美味しいそばでお食事会～ あいじえん西地域交流室（西24条南1丁目） 定員：15人 ※打ち立てお蕎麦のお土産付	愛仁園 電話：49-2338 西16条南28丁目2-1 申込期間：10月23日（木） ～11月20日（木）
12月16日(火) 10時～12時	「小物づくりと交流会」 グリーンプラザ（公園東町3丁目9-1） 定員：15人 ※終了後お弁当配布	帯広市社会福祉協議会 電話：21-3292 公園東町3丁目9-1 申込期間：11月4日（火） ～12月2日（火）

過去のリフレッシュ事業の様子（一部）

＜お問い合わせ先＞

帯広市市民福祉部介護高齢福祉課
（帯広市西5条南7丁目1）
電話 65-4145



R5.11 プロに学ぶ おいしいお茶の淹れ方



R6.12 小物づくりと交流会（フラワーアレンジ）

※ 事業の中止や内容変更の可能性がありますのでご了承ください。