

65歳以上の帯広市民の皆様へ

# 令和6年度帯広市介護予防普及啓発事業 げんき活動コース



# チャレンジデー

参加者募集

「介護予防は自分にはまだ早い」、とっていませんか？  
私たちの心身の機能は、加齢に伴って確実に低下します。

げんき活動コース「チャレンジデー」は、  
活動を始めるきっかけづくりを応援する取り組みです。  
介護予防の活動を体験してみたい方、ご家族・お友達と、  
おひとりでもお気軽にご参加ください！

- 【対象】 65歳以上の帯広市民
- 【開催期間】 令和6年6月 ~ 令和7年3月
- 【場所】 市内コミセン、福祉センターなど
- 【参加時間】 1回あたり90分間
- 【利用料金】 無料



〈申込み・お問い合わせ〉

参加したい日の実施事業者(裏面)に直接お申込み・  
お問い合わせください

参加回数・参加会場の制限はありません。  
げんき活動コースに参加している方、参加を終えた方も  
参加可能です。  
ご自身の身体に合わせて、介護予防に取り組みましょう！



(令和6年5月現在)

帯広市

令和6年度 げんき活動コース チャレンジデー 実施予定 (詳細は実施事業者へお問い合わせください)

日程	曜日	開始時間	会場	実施事業者	連絡先	
6月	10日	月	9:30	南コミセン(西10南34)	ジョイリハ西5条	49-3060
	14日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	18日	火	9:30	大空会館(大空町12)	ジョイリハ西5条	49-3060
	20日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	26日	水	9:30	富士農業センター(富士町西3)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	26日	水	10:15	西帯広コミセン(西23南2)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	26日	水	14:00	幸福農業センター(幸福町東2)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	27日	木	10:15	自由が丘福祉センター(自由が丘3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
7月	4日	木	10:15	自由が丘福祉センター(自由が丘3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	4日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
	4日	木	14:00	森の里コミセン(西22南4)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	5日	金	14:00	鉄南コミセン(西2南24)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	10日	水	9:30	八千代農業センター(八千代町221)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	10日	水	10:00	地域交流サロンふるさと(白樺16東5)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	11日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	16日	火	9:30	大空会館(大空町12)	ジョイリハ西5条	49-3060
	17日	水	14:00	幸福農業センター(幸福町東2)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	18日	木	10:00	柏林台福祉センター(柏林台南町6)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	19日	金	10:00	緑ヶ丘福祉センター(西14南17)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	25日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
26日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567	
8月	1日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	1日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
	2日	金	9:30	帯広の森コミセン(空港南町南11)	ジョイリハ西5条	49-3060
	5日	月	10:15	グリーンプラザ(公園東町3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	7日	水	9:30	愛国農業センター(愛国町基線39)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	7日	水	10:15	西帯広コミセン(西23南2)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	7日	水	14:00	幸福農業センター(幸福町東2)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	8日	木	14:00	森の里コミセン(西22南4)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	9日	金	10:15	広陽福祉センター(西19南3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	22日	木	10:00	柏林台福祉センター(柏林台南町6)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	22日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
	23日	金	10:00	緑ヶ丘福祉センター(西14南17)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	23日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
24日	土	10:00	ジョイリハ西5条(西5南34)	ジョイリハ西5条	49-3060	
9月	4日	水	9:30	富士農業センター(富士町西3)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	4日	水	14:00	幸福農業センター(幸福町東2)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	5日	木	10:15	自由が丘福祉センター(自由が丘3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	5日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
	5日	木	14:00	森の里コミセン(西22南4)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	6日	金	14:00	鉄南コミセン(西2南24)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	11日	水	10:00	地域交流サロンふるさと(白樺16東5)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	12日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	19日	木	10:00	柏林台福祉センター(柏林台南町6)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	20日	金	10:00	緑ヶ丘福祉センター(西14南17)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	26日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
	27日	金	9:30	大空会館(大空町12)	ジョイリハ西5条	49-3060
27日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567	

令和6年度 げんき活動コース チャレンジデー 実施予定 (詳細は実施事業者へお問い合わせください)

日程	曜日	開始時間	会場	実施事業者	連絡先	
10月	2日	水	14:00	幸福農業センター(幸福町東2)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	3日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
	7日	月	10:15	グリーンプラザ(公園東町3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	9日	水	9:30	八千代農業センター(八千代町221)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	9日	水	10:15	西帯広コミセン(西23南2)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	11日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	11日	金	10:15	広陽福祉センター(西19南3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	11日	金	14:00	鉄南コミセン(西2南24)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	17日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	17日	木	10:00	柏林台福祉センター(柏林台南町6)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	18日	金	10:00	緑ヶ丘福祉センター(西14南17)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	24日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
26日	土	10:00	ジョイリハ西5条(西5南34)	ジョイリハ西5条	49-3060	
11月	4日	月	10:15	グリーンプラザ(公園東町3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	7日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	7日	木	10:15	自由が丘福祉センター(自由が丘3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	7日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
	7日	木	14:00	森の里コミセン(西22南4)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	8日	金	9:30	みなみ野福祉センター(南の森東2)	ジョイリハ西5条	49-3060
	13日	水	9:30	愛国農業センター(愛国町基線39)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	13日	水	10:00	地域交流サロンふるさと(白樺16東5)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	13日	水	14:00	幸福農業センター(幸福町東2)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	15日	金	10:00	緑ヶ丘福祉センター(西14南17)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	21日	木	10:00	柏林台福祉センター(柏林台南町6)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	28日	木	13:30	五条橋福祉センター(西5南2)	認定NPO法人ふまねっと帯広支部	080-6090-5939
29日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567	
12月	4日	水	9:30	以平農業センター(以平町西8)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	4日	水	10:15	西帯広コミセン(西23南2)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	4日	水	14:00	幸福農業センター(幸福町東2)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	5日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	6日	金	10:15	広陽福祉センター(西19南3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	6日	金	14:00	鉄南コミセン(西2南24)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	18日	水	9:30	八千代農業センター(八千代町221)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	19日	木	10:00	柏林台福祉センター(柏林台南町6)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	20日	金	10:00	緑ヶ丘福祉センター(西14南17)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	21日	土	10:00	多機能ホームいなほ(西5南37)	ジョイリハ西5条	49-3060
27日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567	
1月	8日	水	10:00	地域交流サロンふるさと(白樺16東5)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	16日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	16日	木	10:00	柏林台福祉センター(柏林台南町6)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	17日	金	9:30	緑南福祉センター(南町18)	ジョイリハ西5条	49-3060
	17日	金	10:00	緑ヶ丘福祉センター(西14南17)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	20日	月	10:15	グリーンプラザ(公園東町3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	22日	水	9:30	以平農業センター(以平町西8)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	23日	木	10:15	自由が丘福祉センター(自由が丘3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	24日	金	9:30	大空会館(大空町12)	ジョイリハ西5条	49-3060
	24日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
29日	水	9:30	富士農業センター(富士町西3)	デイサービスセンター太陽園	64-5565	
30日	木	14:00	森の里コミセン(西22南4)	ツクイ帯広WOW	20-1562	

令和6年度 げんき活動コース チャレンジデー 実施予定 (詳細は実施事業者へお問い合わせください)

日程	曜日	開始時間	会場	実施事業者	連絡先	
2月	7日	金	9:30	大空会館(大空町12)	ジョイリハ西5条	49-3060
	10日	月	10:15	グリーンプラザ(公園東町3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	12日	水	10:15	西帯広コミセン(西23南2)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	13日	木	10:15	自由が丘福祉センター(自由が丘3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	14日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	14日	金	10:15	広陽福祉センター(西19南3)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	14日	金	14:00	鉄南コミセン(西2南24)	ツクイ帯広WOW	20-1562
	19日	水	9:30	以平農業センター(以平町西8)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	19日	水	14:00	幸福農業センター(幸福町東2)	デイサービスセンター太陽園	64-5565
	20日	木	10:00	柏林台福祉センター(柏林台南町6)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	21日	金	10:00	緑ヶ丘福祉センター(西14南17)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
26日	水	9:30	愛国農業センター(愛国町基線39)	デイサービスセンター太陽園	64-5565	
3月	6日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	12日	水	10:00	地域交流サロンふるさと(白樺16東5)	通所介護事業所ふるさと	41-8341
	14日	金	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	18日	火	10:00	コムコの里おびひろ地域交流スペース(東9南13)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567
	27日	木	10:00	バラト福祉センター(東13南6)	コムコの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	20-4567



5月30日現在の実施予定です。  
感染状況や気象状況等により実施日時が変更になる可能性もありますので、  
参加を希望される場合は実施事業者へご確認ください。

【問合せ】 帯広市役所 3階 市民福祉部 地域福祉室 地域福祉課 (帯広市西5条南7丁目1番地)  
電話 : 0155-65-4113 FAX : 0155-23-0158