

2026 (令和8) 年度 釧路市市民介護予防普及講座を開催します !!

骨ケアで
毎日を元気に釧路市介護予防普及啓発
キャラクター「まんねん」

～管理栄養士が教える、今からできる工夫～

10月27日(火) 午後1時30分～3時
(午後1時から受付開始)

[会場] まなぼっと幣舞 2階多目的ホール

マグネット付
収納ポケット
&
レシピ
プレゼント!毎日の食事が、骨の健康を支えています。
今からできる骨ケアで、いつまでも
元気に過ごしませんか?

[講師] 釧路短期大学 生活科学科 教授 室田享子 氏

むろ たきようこ

[対象] 65歳以上の市民
(介護保険の要介護認定を受けている方を除く)

[定員] 100人 (先着順)

※必要な方は筆記用具、飲み物、眼鏡や補聴器を持参してください。

[申込・問合先]

事前申込制。

市役所介護高齢課高齢福祉係 (☎23-5185) へ
電話、または直接市役所防災庁舎3階へ

第11回

ふらっとフェスタ

10月25日(日) 午前10時～午後2時30分

会場 男女平等参画センターふらっと交流ひろばおよびオープンスペース
(釧路フィッシャーマンズワーフMOO3階)

問合先 男女平等参画センターふらっと (☎65-1034) ※月曜日、祝日休館

担当課 市役所市民協働推進課

登録団体パネル展

午前10時～午後2時30分
ふらっと館内
各団体の活動内容等を紹介
するパネルを展示します。

イベント

時間 午前10時～
午後2時30分

場所 交流ひろば

[共通] 事前予約不要

●健康チェック

(明治安田生命協力)

血管年齢測定・ベジチェック
測定・スマートパルス測定が
できる!●釧路子どもミュージカル
キッズロケット音楽ステージ
時間: 午前11時～●釧路短大音楽表現ゼミ
トーンチャイム演奏
時間: 正午～●大道芸&バルーンアート
時間: 午後0時45分～●女性に対する暴力をなくす運動展示 (パープルライト
アップ)、子どもの虐待を無くすことを呼びかける運動
展示 (オレンジリボンプロジェクト)

●こども縁日

未就園児～小学校低学年を対象とした
楽しいゲームを登録団体の方が準備中!

●おさがりアウトレット

●ふらっとイベントポスター展



関係団体ブース

出展内容 午前10時～午後2時30分 オープンスペース

●物販

焼きそば、たこ焼き、ホットスナック、
手作り小物、野菜 など

●体験コーナー

折り紙、子ども向け工作、キックターゲット、
国旗ペイント など

●読み聞かせ ●ワークショップ等 ●飲食ブース



参加予定協力団体～パネル展示のみも含みます～

釧路市女性団体連絡協議会、NPO法人 駆け込みシェルター釧路、
誌友会 丹頂ホワイエ、釧路更生保護女性会、釧路地区保護司会、釧路
いのちを大切にする会、国際ソロプチミスト釧路アミティ、釧路家庭
生活カウンセラークラブ、新日本婦人の会釧路支部、くしろの子育て
を考える会、自然栽培学習サークルリングの会、釧路ラブ&センド、
NPO法人釧路リベラルティ、くしろ子育てネットワークHaport、
くしろ不登校の子と暮らす親の会くるむ、NPO法人 Bonos、釧路
モカ女性プロジェクト、JICA北海道(帯広) / 釧路デスク、明治
安田生命保険相互会社

【駐車場の利用について】

釧路錦町駐車場が釧路河畔駐車場をご利用ください。3時間まで無
料ですので事務局までお申し出ください。3時間を超えた部分は利用
者負担となります。MOO駐車場については、有料となりますのでご注意ください。た
だし、障がいをお持ちの方や妊娠中の方、ご高齢の方、けがをされて
いる方など、お体の不自由な方は上記の問合先へご相談ください。※内容や参加団体は予告なく変更になる場合があります。ご了承ください。
※詳しくはホームページまたはFacebook (フェイスブック) をご覧ください。

▲ホームページ



▲Facebook



▲X(旧Twitter)



▲Instagram