

# 体操ショッピングバス 開催します

介護予防を目的とした体操講座と買い物支援を組み合わせた講座を開催いたします。健康づくりをしながら、参加者同士での交流や町内での買い物ができる講座となっておりますので、ぜひこの機会にご参加ください。

1. 場 所 金ヶ崎町福祉センター、町内商業施設
2. 内 容 ①健康チェック・問診・軽体操、②昼食・交流、③買い物
3. 対 象 者 金ヶ崎町内にお住まいで、おおむね65歳以上の高齢者
4. 費 用 ・バス乗車賃 …無料  
・買い物 …自己負担  
・昼食代 …福祉センター隣のふれあい食堂で定食(500円)注文できます  
ご自分で昼食持参も可
5. 定 員 各回15名
6. 実施日程 1回のみ参加も可能です。

	開催日	締切日	講座の流れ
第1回	2月1日 (木)	1月29日 (月)	10:00 ~福祉バスで送迎 (ご自宅周辺から乗車) ↓
第2回	3月1日 (木)	2月22日 (木)	11:10 ~健康チェック、問診、軽体操 (場所：福祉センター) ↓
第3回	3月22日 (木)	3月15日 (木)	12:10 ~昼食・交流・休憩 (場所：福祉センター) ↓
			13:10 ~お買い物(ビックハウス、イオンなど) ↓
			14:30 ~福祉バスで送迎 (ご自宅周辺で下車)

※バスの送迎時間については、申込み締め切り後にご連絡致します。

## 7. お申込み・お問合せ先

社会福祉法人金ヶ崎町社会福祉協議会

〒029-4503 金ヶ崎町西根南羽沢 43

TEL : 0197-44-6060、FAX : 0197-44-6106 (担当 : 吉田)