

平成30年度

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20名
6. 実施日程 全10回 ※1回のみ参加も可能です。

	開 催 日	締 切 日	講座の流れ
1	6月21日(木)	6月14日(木)	10:00 ~福祉バスで送迎(ご自宅周辺で乗車) ↓ 11:10 ~健康チェック、問診、軽体操 (場所:福祉センター) ↓ 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)
2	7月26日(木)	7月19日(木)	
3	8月30日(木)	8月23日(木)	
4	9月27日(木)	9月20日(木)	
5	10月25日(木)	10月18日(木)	
6	11月15日(木)	11月8日(木)	
7	12月27日(木)	12月20日(木)	
8	1月31日(木)	1月24日(木)	
9	2月28日(木)	2月21日(木)	
10	3月28日(木)	3月20日(水)	

※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。

※日程を変更する場合がありますので、毎月発行する行政だよりで日程をご確認下さい。

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/盛合)