

平成30年度

介護予防教室のご案内

もっとはつらつ！もっといきいき！温泉で介護予防！

- ◆ **内容** 唐津市内の温泉施設へマイクロバスで送迎を行います。
 看護師による健康チェック、健康・生活相談、講話などが受けられます。
 注1. 血圧測定の結果により、入浴をご遠慮いただく場合があります。
 注2. 温泉施設での飲酒はできません。
 「りふれ」で開催する場合は、ボールを使った体操など軽運動を行います。

- ◆ **対象者** 唐津市内の西唐津地区に住所を有する65歳以上の方で、
 身のまわりのことが自分ででき、介助なしで着替えや入浴ができる方。

- ◆ **負担金** 温泉施設での入館・入浴料、昼食代などは自己負担になります。
 お金の管理はご自身でお願いします。
 ※ バスの送迎は無料です。



- ◆ **実施日及び行き先** ※ 行き先は変更になる場合があります。

実施日	4月23日(月)	5月29日(火)	6月25日(月)	7月24日(火)
行き先	りふれ(二タ子)	やすらぎ荘(浜玉)	なののゆ(七山)	天徳の湯(相知)

◆ バス乗降	場所	大島バス停前	海岸通り北バス停前	まいづるキャロット店駐車場	西唐津郵便局前	やぶ川唐津西部セーター前	二タ子3丁目南バス停
	場所・時間	時間	9:30	9:35	9:40	9:45	9:50

- ◆ **実施時間** 教室の実施時間は、概ね10:30から14:00までです。
 ☆ この時間にバスの送迎時間は含まれません。

- ◆ **定員** **19人** ※ 定員を越えた場合は抽選となります。
 抽選漏れとなった方には、電話でご連絡します。

- ◆ **申し込み方法** 下記まで事前に電話または窓口にてお申し込みください。
 注1. 初めて参加される方は、参加したい日程の前月10日までにお申し込みください。
 注2. お申し込みの際、生年月日、要支援・介護認定の有無、既往歴、緊急連絡先、バス乗車場所などをお尋ねします。
 注3. 場合によっては参加をお断りすることがあります。

☆毎回、必ず
申し込みが
必要です。

【問い合わせ・申込先】

唐津市社会福祉協議会 本所 地域福祉課

〒847-0861 唐津市二タ子3丁目155番地4（高齢者ふれあい会館りふれ内）

電話番号：0955-70-2334

受付時間：午前8時30分～午後5時まで（土・日・祝日、年末年始を除く）