

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** 唐津市内の久里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	8月22日(水)	9月19日(水)	10月18日(木)	11月20日(火)
行き先	天徳の湯(相知)	なののゆ(七山)	佐用姫の湯(厳木)	りふれ(二太子)

- ◆ **バス乗降場所
及び出発時間** 裏面時刻表を確認ください。
(各乗降場所の出発時間は、行き先により異なります)
- ◆ **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** **20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. 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2. 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。

【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 唐津市二太子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)

介護予防教室

久里地区

マイクロバス〔時刻表〕

乗降場所	行き先別出発時間			
	8/22(水)	9/19(水)	10/18(木)	11/20(火)
	天徳の湯 (相知)	ななのゆ (七山)	佐用姫の湯 (厳木)	りふれ (二夕子)
双水公民館	9:55	9:30	9:55	9:30
つつじ丘 集会所	9:50	9:35	9:50	9:35
夕日消防 格納庫前	9:45	9:40	9:45	9:40
上久里公民館	9:40	9:45	9:40	9:45
下久里公民館	9:35	9:50	9:35	9:50
中原公民分館	9:30	9:55	9:30	9:55

- ※ 帰りは午後2:00に温泉施設を出発し、帰路につきます。
- ※ 天候等の理由により、中止または行き先が変更になる場合があります。
- ※ 参加決定された方へは、別途、通知文を郵送いたします。
抽選漏れとなった方には、電話でご連絡します。