

中標津町社協在宅介護者

参加費無料

のつどい交流会

この交流会は、中標津町で介護をしている方や介護を終えた方が情報交換や悩み・不安を話す場を設けることで、心身ともにリフレッシュする時間を持つことを目的としています。

日程 平成 27 年 3 月 21 日 (土) 10:00~14:50



内容

- 10:00 中標津町総合福祉センター（プラット）出発
※市街地の方については、参加申込後に乗車場所をご連絡いたします。また、直接現地へ向かっては構いません。
- 10:50 マルエー温泉俵橋到着
- 11:00 講話（根室地域ケア研究会 五十嵐 強氏）
- 12:00 昼食、自由時間
- 14:00 マルエー温泉俵橋出発
- 14:50 中標津町総合福祉センター到着、解散
（行きと同じルートで帰ります）

介護者の健康を保つためにはどうしたらよいかといったお話を聞き、家でもできる簡単な認知症予防に役立つ体操で体を動かしましょう。

昼食・自由時間は介護をしている仲間同士、おしゃべりしながらお昼ごはんを食べ、ゆっくり温泉につかって、ほっとひと息つきましょう。

昼食代、温泉入浴代も無料ですのでぜひご参加ください！（タオルはレンタルしますので、手ぶらでお越しください）

主催	社会福祉法人 中標津町社会福祉協議会
場所	マルエー温泉俵橋 (住所：中標津町俵橋 15 線 40-36、電話：78-7888)
参加対象	中標津町内で介護をしている方、介護を終えた方
定員	20 名（定員になり次第しめ切らせていただきます。）
参加費	無料
申込み	平成 27 年 3 月 18 日 (水) まで下記申込先へ申込書を FAX またはお電話でお申込み下さい。

在宅介護者のつどい交流会申込書（このまま切り取らず FAX してください。）

お名前 _____ 電話番号 _____

ご住所 _____

移動方法（どちらかに○をつけてください） バス利用 ・ 自家用車（直接現地集合、解散）

申込先：社会福祉法人 中標津町社会福祉協議会 相談支援業務担当（千野・高市）
中標津町西 10 条南 9 丁目 1 番地 4 中標津町総合福祉センター（プラット）
電話 0153-79-1231 / FAX 0153-79-1233