



生き生きふれあい事業



「本音で話せる仲間ができた!」「家以外の居場所ができた!」
「生活にメリハリができた!」などなど
生き生きふれあい事業に参加すれば、いいこといっぱい!



同世代の方たちと楽しい時間を過ごしませんか?

【対象者】

介護保険の認定を受けていない
(日常生活で介護の必要が無い)
常陸太田地区居住の65歳以上の方

【実施場所】

常陸太田市総合福祉会館

【実施日】

週1回(月・水・金のいずれか一日)

【時間】

10:00~15:00(送迎時間除く)

【参加費】

1回500円(昼食代含む)

【活動内容】

- 1) 健康・介護予防活動
- 2) 創作活動
- 3) レクリエーション
- 4) 野外活動
- 5) 交流活動 など

【その他】

送迎を希望される方は、
ご自宅近くから会館まで
送迎いたします。

【お申込み・お問い合わせ先】

常陸太田市役所【高齢福祉課 高齢福祉係】

TEL:72-3111(内線144)

常陸太田市社会福祉協議会【くらしさぽーとグループ】

TEL:73-1717



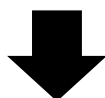
生き生きふれあい事業の一日

ご参加の皆さまは、このようにお過ごしいただきます。



お迎え (8:45 ~ 10:00)

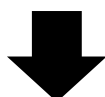
希望者は
バスや送迎車両で
ご自宅近くの
幹線道路沿いまで
送迎いたします。



会館到着・健康チェック (10:00 ~ 10:20)



午前の活動 (10:20 ~ 12:00)



昼食 (12:00 ~)

栄養バランスの取れた
給食を提供いたします。



午後の活動 (13:30 ~ 14:45)



お帰り (15:00 ~)

活動内容について

【健康・介護予防活動】

介護予防運動や講座, 脳トレゲーム

【創作活動】

七夕・お正月の飾り物づくり等

【レクリエーション】

グランドゴルフ・カラオケ等

【野外活動】

お花見・リンゴ狩り等

【交流活動】

保育園児・小学生との交流会等

当日お持ちいただくもの

- (1) 参加費 (500円)
- (2) 上履き (シューズタイプ)
- (3) 薬 (昼食時に飲むもの)
- (4) 健康手帳 (あれば)

