

家族介護リフレッシュ事業

1月～3月の開催予定

感染状況によって、中止になる場合がございます。

家族の介護をされている方、介護者同士の交流や情報交換をしませんか。また、日頃の疲れを癒すための「腰痛肩こり予防プログラム」でこころとからだをスッキリさせましょう！

【参加費】 **無料**（下記の電話番号に**事前申込**をお願いします）

※参加希望者が多数の場合は抽選になりますので、開催3日前までにお申し込みください。

【対象者】 要介護者（要介護1～要介護5）を介護している市内在住・在勤の方
市内在住の要介護者（要介護1～要介護5）を介護している方

※初回のみ、介護を受けている方の**介護保険証**をご提示ください。

【場 所】 ①福祉会館 ②南部福祉会館 ③西部福祉会館
④余熱利用施設リフレッシュプラザ平塚

※各福祉会館・施設での開催日程は裏面をご覧ください。

※駐車場に限りがございますので、ご来館の際はなるべく公共交通機関をご利用ください。

※自然災害などで中止する場合があります。

【感染拡大防止のためのお願い】

※ワクチン接種当日のご参加は、念のためお控えください。

※体温が高い場合や同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合は、ご遠慮ください。

※マスク着用は個人の判断です。

※ベッドに敷くバスタオルをご持参ください。

※ハンカチや小さめのタオルをご持参ください。

※換気をします so、寒さ対策は各自でお願いします。



お申込み・お問い合わせ先

平塚市社会福祉協議会 地域福祉推進課 地域支えあい班

〒254-0047平塚市追分1番43号（平塚市福祉会館内）

電話 0463-33-3100 [月～金 午前8:30～午後5:00]

※土日・祝日・年末年始お休み

福 祉 会 館

基本 3名まで申し込みが可能です。

会 場	開 催 日	開 催 時 間	
福社会館 2階 第二会議室	1月12日(金)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~	① 13:30~ ② 14:30~ ③ 15:30~
	1月18日(木) 1階第四会議室 (2名まで)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~	
	1月22日(月)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~	① 13:30~ ② 14:30~ ③ 15:30~
	2月9日(金)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~	① 13:30~ ② 14:30~ ③ 15:30~
	2月19日(月)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~	① 13:30~ ② 14:30~ ③ 15:30~
	3月8日(金)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~	① 13:30~ ② 14:30~ ③ 15:30~
	3月13日(水) 1階第四会議室 (2名まで)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~	
	3月25日(月)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~	① 13:30~ ② 14:30~ ③ 15:30~

住所：平塚市追分1-43

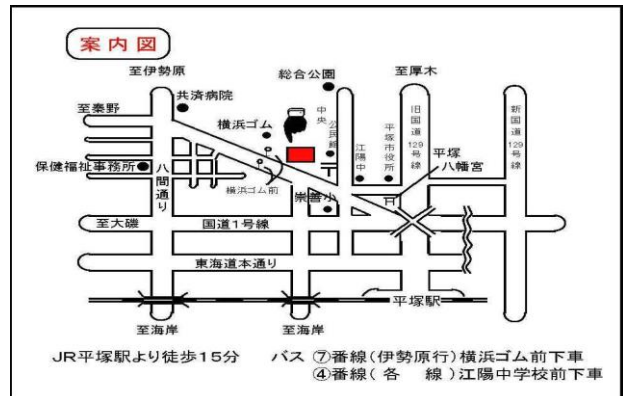
電話 33-3100

福社会館への行き方

☆平塚駅より徒歩 約15分

☆バスでお越しの場合☆

- ・平塚駅北口 7番乗り場(伊勢原行)
「横浜ゴム前」下車
- ・平塚駅北口 2番乗り場(各線)
「江陽中学校前」下車



南部福祉会館

各時間2名まで申し込みが可能です。

会場	開催日	開催時間
南部福祉会館 1階 会議室	1月15日(月)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~
	1月24日(水)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~
	2月5日(月)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~
	3月4日(月)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~

住所：平塚市袖ヶ浜20-1

電話21-3370

南部福祉会館への行き方

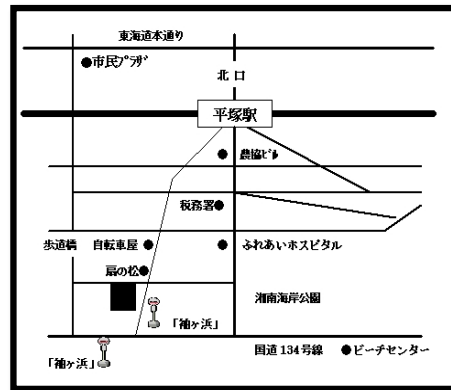
☆平塚駅より徒歩20分

☆バスでお越しの場合☆

- ・平塚駅南口 21番乗り場
- 平15・16系統 南口循環

↓
「袖ヶ浜」下車

↓
徒歩 約3分



西部福祉会館

各時間3名まで申し込みが可能です。

会場	開催日	開催時間
西部福祉会館 1階 工芸室	1月17日(水)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~
	2月7日(水)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~
	2月21日(水)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~
	3月27日(水)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~

住所：平塚市公所868

電話50-5525

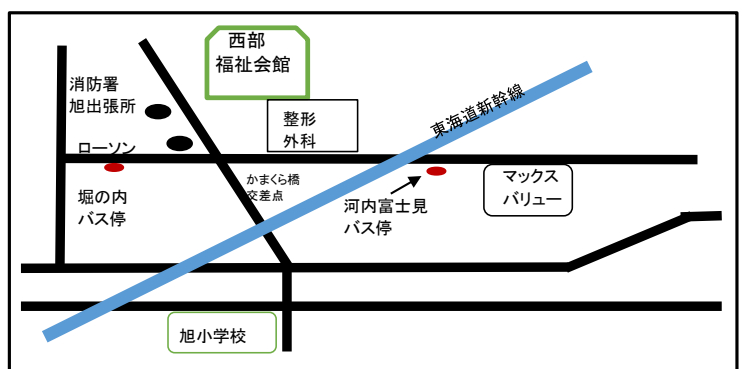
西部福祉会館への行き方

☆バスでお越しの場合☆

- ・平塚駅北口 1・2・11番乗り場

↓
「堀の内」下車

↓
徒歩 約5分



余熱利用施設

リフレッシュプラザ平塚

各時間2名まで申し込みが可能です。

会場	開催日	開催時間
リフレッシュプラザ平塚 1階 機能回復訓練室	1月16日(火)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~
	2月8日(木)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~
	3月6日(水)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~
	3月21日(木)	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~

住所：平塚大神3344-4

電話51-1280

余熱利用施設リフレッシュプラザ平塚への行き方



☆バスでお越しの場合☆

- ・平塚駅北口 6番乗り場
- 平53本厚木駅南口行 大神・旭町
- ↓
- 「柳の内」または「寄木神社前」下車
- ↓
- 徒歩 約10分

