

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福社会館 ②湘南バンク港ベイサイドホール ③西部福社会館
④余熱利用施設リフレッシュプラザ平塚

※各福社会館・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。

【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。

※体調が優れない場合は（身近な方の体調不良なども含みます）ご遠慮ください。

また通院・ケガをされている方は、医師にご確認うえご参加ください。

※マスク着用は個人の判断です。

※ベッドに敷くバスタオル、ハンカチや小さめのタオルをご持参ください。

※換気をしますので、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（平塚市福社会館内）

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

午前4名・午後3名まで申し込みが可能です。

1月15日・3月12日は、3名まで申し込みが可能です。

1月26日は2名まで申し込み可能です。

福 祉 会 館

会 場	開 催 日	開 催 時 間	
福祉会館 2階 第二会議室	1月9日(金)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~	① 13:30~ ② 14:15~ ③ 15:00~
	1月15日(木) 1階集会室 (3名まで)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~	
	1月26日(月) (午後各時間2名まで)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~	① 13:30~ ② 14:15~ ③ 15:00~
	2月6日(金)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~	① 13:30~ ② 14:15~ ③ 15:00~
	2月16日(月)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~	① 13:30~ ② 14:15~ ③ 15:00~
	3月6日(金)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~	① 13:30~ ② 14:15~ ③ 15:00~
	3月12日(木) 1階集会室 (3名まで)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~	
	3月23日(月)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~	① 13:30~ ② 14:15~ ③ 15:00~

住所：平塚市追分1-43

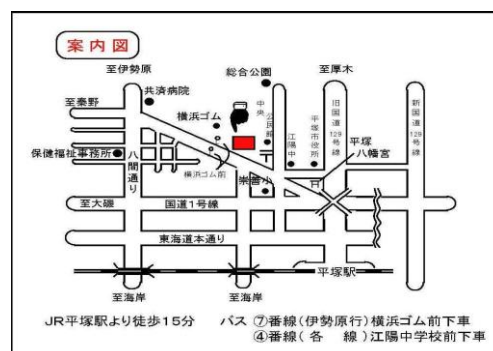
電話 33-3100

福祉会館への行き方

☆平塚駅より徒歩 約15分

☆バスでお越しの場合☆

- ・平塚駅北口 2、7番乗り場（平88系統は除く）
「横浜ゴム前」下車
- ・平塚駅北口 4番乗り場（各線）
「江陽中学校前」下車（67系統 神明経由は除く）



湘南バンク港バイサイドホール

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
湘南バンク 港バイサイドホール 2階 中会議室	1月14日(水)	①10:00~ ②10:45~ ③11:30~
	1月29日(木)	①10:00~ ②10:45~ ③11:30~
	2月18日(水)	①10:00~ ②10:45~ ③11:30~
	3月11日(水)	①10:00~ ②10:45~ ③11:30~

住所：平塚市夕陽ヶ丘66-1 電話 23-0046

湘南バンク港バイサイドホール

☆平塚駅より徒歩 約13分

☆バスでお越しの場合☆

・平塚駅南口 21番乗り場 平13

↓
「長姫町」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22日(木)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~
	2月13日(金)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~
	2月25日(水)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~
	3月18日(水)	① 9:30~ ② 10:15~ ③ 11:00~

住所：平塚市公所868

電話50-5525

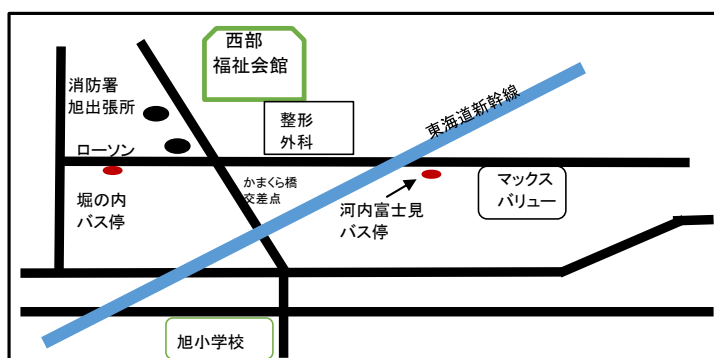
西部福祉会館への行き方

☆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21日（水）	① 9:30～ ② 10:15～ ③ 11:00～
	2月19日（木）	① 9:30～ ② 10:15～ ③ 11:00～
	3月4日（水）	① 9:30～ ② 10:15～ ③ 11:00～
	3月24日（火）	① 9:30～ ② 10:15～ ③ 11:00～

住所：平塚市大神4-20-8

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50、53、54系統）

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 7分

