

函館いきいきライフ

HP 元気なうちからはじめましょう ~65歳からの健康づくり~

介護予防教室(1~3月開催)

対象 要介護・要支援認定者および基本チェックリスト該当者を除く65歳以上の市民  
 ※ 医師から運動を制限されていないこと  
 参加料・回数 無料・全10回(週1回)

教室名(定員)	会場名(住所)	実施期間	曜日	実施時間
転ばない! からだづくり教室 (定員各30人)	ルネサンス函館(鍛冶2-6-15)	1/12~3/16	金	9:30-11:00
	フィットネススタジオジョイ(五稜郭町22-16)	1/9~3/13	火	13:30-15:00
	特別養護老人ホーム「松濤」(松風町18-15)	1/12~3/16	金	10:00-11:30
	函館市地域交流まちづくりセンター(末広町4-19)	1/11~3/15	木	10:00-11:30
マシンで!筋力アップ 教室(定員各20人)	ルネサンス函館(鍛冶2-6-15)	1/12~3/16	金	9:30-11:00
	ルネサンス函館(鍛冶2-6-15)	1/12~3/16	金	14:30-16:00
	ルネサンス函館(鍛冶2-6-15)	1/12~3/16	金	12:00-13:30
	函館市民プール(千代台町22-25)	1/10~3/28	水	12:30-14:30
泳がない! プール運動教室 (定員各20人)	ルネサンス函館(鍛冶2-6-15)	1/12~3/16	金	12:00-13:30
	函館市民プール(千代台町22-25)	1/10~3/28	水	12:30-14:30
	テオースポーツクラブ(海岸町11-38)	1/9~3/20	火	14:30-16:00
わくわく! 脳力アップ教室 (定員各30人)	ルネサンス函館(鍛冶2-6-15)	1/12~3/16	金	12:00-13:30
	フィットネススタジオジョイ(五稜郭町22-16)	1/10~3/14	水	13:30-15:00
	特別養護老人ホーム「松濤」(松風町18-15)	1/11~3/15	木	10:00-11:30
	函館市地域交流まちづくりセンター(末広町4-19)	1/11~3/15	木	13:00-14:30
歌って♪お口 元気アップ教室 (定員各10人)	ルネサンス函館(鍛冶2-6-15)	1/12~3/16	金	14:30-16:00
	特別養護老人ホーム「松濤」(松風町18-15)	1/11~3/15	木	13:00-14:30
	特別養護老人ホーム「俱有」(松風町19-18)	1/12~3/16	金	13:30-15:00

※ 会場の都合により「曜日の変更または休み」となる週がある場合があります。

お申込み 12月1日(金)~13日(水)(必着)に、はがき(1人1枚)に希望の教室名・会場名・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・住所・電話番号を明記し、〒040-8666(住所不要)高齢福祉課(☎21-3081)へ。

※ 申込み多数は抽選。1人につき1教室のみ参加可能(第2希望までの教室名・会場名をお書きください)で、年度内に2度同じ教室を受講できません。

介護支援ボランティア研修会~ボランティアで健康づくり~

対象 要介護・要支援認定者および基本チェックリスト該当者を除く65歳以上の市民  
 ※ すでにボランティア登録済みの方を除く

日時 1月26日(金) 午後1時半~5時(受付1時~)

会場 あいよる21

お申込み 1月19日(金)までに、はがき、FAXまたは直接、住所・氏名・生年月日・電話番号を函館市社会福祉協議会(若松町33-6 ☎23-2226 FAX 23-2224)へ。

お問合せ 高齢福祉課 ☎21-3081



1月号は12月30日(土)までに配布します



広報市政はこだては環境に配慮した植物性インキを使用しています

人口と世帯

世帯数

143,445世帯 (22増)

人口

総数 262,969人(132減)

男性 119,752人(50減)

女性 143,217人(82減)

平成29年10月末現在

( )内は前月比

HP 「民事訴訟管理センター」からの架空請求はがきは無視して!

「民事訴訟管理センター」と名乗る機関からはがきが届いても、決して相手に連絡せず、支払わずに無視してください。不安を感じたり対処に困ったりした場合には、すぐに消費生活センター(☎26-4646)にご相談を!

総合消費料金未納分訴訟最終通知書 訴訟番号〇〇〇〇

この度訴訟通知しましたのは、貴方の未納された総合消費料金について契約会社、ないしは運営会社から民事訴訟とした裁判の提出をされた事を訴訟通知します。以降、下記に設けられた裁判取り下げ最終期日を経て訴訟を開始させていただきます。このまま連絡なき場合には、原告側の主張が全面的に受理され裁判後の結果として給付の差し押さえ及び強制執行、不動産の差し押さえを執行させていただきます。

無視してください!

け騙りや詐欺行為で職員までお問合せ下さい。尚、書面での連絡となりますので、プライバシー保護の為、必ず本人様から御連絡頂きますようお願い申し上げます。以上を待ちまして、最終連絡とさせていただきます。

裁判取り下げ最終期日 平成29年〇月〇日

民事訴訟管理センター

東京都千代田区九段南1- [ ]  
 消費者相談窓口 03-[ ]  
 受付時間 9:00~20:00



町会・自治会に加入しましょう 子どもたち 地域で守り 育む未来

医療、福祉、介護で皆様のパートナーを目指します。 <広告>

**医療法人社団 向仁会**  
 函館市栴檀1丁目14番1号 TEL.0138-46-0310

高齢者介護・医療・生活支援型総合施設 寛ぎの翔輝 はこだて

住宅型有料老人ホーム 泰(ゆたか)

デイサービス 寛ぎの翔輝(くつろぎのとき)

居宅介護支援事業所 函館在宅ケア

よろこび定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業所

高齢者介護・医療・生活支援型総合施設 寛ぎの翔輝 喜郷

ユニット型介護療養型老人保健施設 喜郷

住宅型有料老人ホーム ききよう

指定(介護予防)訪問リハビリステーション 絆(きずな)

函館ファミリークリニック

高齢者介護 あんしん相談窓口 函館市地域包括支援センターよろこび

サービス付き高齢者向け住宅 いこい 函館市谷地頭町31番12号 TEL.(0138)83-2855

(介護予防)認知症対応型 ■よろこびの家 ■よろこびの家 栄景  
 共同生活介護グループホーム ■よろこびの家 日吉 ■よろこびの家 住慶

株式会社 サポートライフ 函館本社  
 函館市栴檀1丁目14番1号 TEL.0138-46-0255

特定施設入居者生活介護施設 小樽市若竹26番1号 TEL.(0134)31-6620  
 介護付有料老人ホーム 泰安の郷 和華竹

特定施設入居者生活介護施設 函館市船見町5番20号 TEL.(0138)24-0088  
 介護付有料老人ホーム 泰安の郷 舟海

グループホーム 函館市海神町9番30号 TEL.(0138)62-5577  
 認知症対応型共同生活介護 泰安の郷 海願

サービス付き高齢者向け住宅 小樽市若竹26番1号 TEL.(0138)83-1355  
 福寿庵

サービス付き高齢者向け住宅 函館市神山町24番1号 TEL.(0138)55-0220  
 なごみ

【介護付有料老人ホーム施設概要】●類型/介護付有料老人ホーム●居住の権利形態/終身建物賃貸方式●利用料の支払方法/月払い方式●入居の要件/要支援1~2・要介護1~5●介護保険/北海道指定介護保険特定施設(和華竹)・函館市指定介護保険特定施設(舟海)●居室区分/全室個室●介護にかかわる職員体制/3:1以上