

# 医療生協嶺南ブロック便り

発行：医療生協嶺南ブロック TEL (0770) 21-7020 2024年 5月 NO69

## ハーツ健康チェック

日時 2024年 6月 6日(木) 10:00~11:30

場所 ハーツつるが店 多目的ホールオアシス

内容 血圧・体脂肪・骨密度・血管年齢・握力



健康づくりのきっかけにぜひ一度受けてみませんか？

### 《支部活動のご案内》

- ☆中郷支部 6月 7日(金) ストレッチと体操をご一緒に！ 13:30~ 中郷公民館
- ☆栗野支部 6月 7日(金) 敦賀駅舎と駅周辺探索しませんか？ 9:30~11:30
- ☆松陵支部 6月 22日(土) 健康についての学習会 松原公民館で行います。
- ☆角鹿支部 6月中に曙会館で実施予定です。

詳細は各支部・晴ればれにお問合せください。0770-21-7020



### 《班活動だより》 《 検温・マスク着用など感染予防をして活動しています 》

- ☆脳いきいき班会 毎週月曜日 14:00~ 晴ればれにて
- ☆なごみ会(クラウトゴルフ) 毎週火曜日 13:00~ ひばりが丘ランド  
※雨天は体育館で行っています
- ☆健康で長生き班会 毎月第3金曜日 10:00~ 晴ればれにて
- ☆ひまわり班 毎月第1・4金曜日 10:00~11:30 晴ればれにて
- ☆しの笛班 毎月第1・4木曜日 11:30~12:30 晴ればれにて  
興味のある方ご連絡お待ちしております。

お問い合わせは晴ればれ(0770-21-7020)まで

### 《晴ればれより》 おしゃべり喫茶 月・火・水 9:30~11:30

コーヒー1杯 100円 受診の待ち時間を過ごされてはいかがですか？どなたでも大歓迎です！

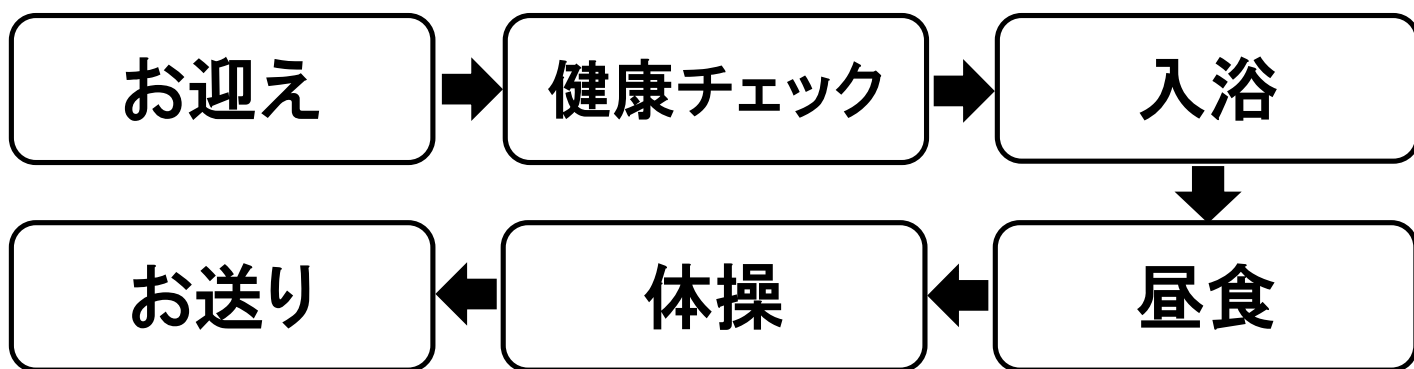
### 《手の輪会より》 たすけっとさん募集中です！

嶺南社会保障推進協議会 晴ればれにて無料相談会行っています(毎月第2or3木曜日)  
お気軽にお問い合わせください TEL:0770-21-7020

# デイサービスてくてくのご案内 是非ご利用ください

## 1日の流れ

自宅で生活しながら日帰りで施設に通い、体操や食事、入浴などのサービスを受けることができます。



要介護度	基本利用料金	
要支援1	1,798円	1月あたり
要支援2	3,621円	1月あたり
要介護1	658円	1回あたり
要介護2	777円	1回あたり
要介護3	900円	1回あたり
要介護4	1,023円	1回あたり
要介護5	1,148円	1回あたり

※7時間以上8時間未満の利用の場合  
※別途食事代等が必要となります

てくてくではご利用者様のお身体の状態に応じて集団浴・個浴・リフト浴・ミスト浴の4つの入浴をご用意しております。是非お試しください！



西野(管理者)



東(相談員)

つるが生協  
デイサービス  
てくてく

敦賀市公文名1-6

ご利用のご相談は 0770-21-6111 東まで

営業時間 8:20~17:20  
営業日 月曜日~土曜日  
休業日 日曜日