

2023
令和 5 年度

在宅介護者 リフレッシュ事業

◆◆◆ 開催のお知らせ ◆◆◆

介護者同士の交流や日頃の介護疲れを癒していただくことを目的に在宅介護者リフレッシュ事業を開催します。
奮ってご応募ください!!

【利用対象者】 介護保険制度において要介護 1 ～ 5 と認定された方を、**在宅で介護している方**

※要支援 1・2 の方、および要介護 1 ～ 5 であっても施設入所中や施設入所待ちを目的とした長期入院中の場合は対象外

プラン	日程	目的地・内容	定員	参加費
温泉プランA	①6月15日(木) ②6月16日(金)	八幡温泉 名月の里 ホテルうづらや（千曲市）	各日程 12名	2,000円
温泉プランB	①7月13日(木) ②7月14日(金)	鵜の浜温泉 美味海食 汐彩の湯 みかく（上越市）	各日程 12名	2,000円
温泉プランC	①9月26日(火) ②9月27日(水)	地蔵温泉 信州最大級の露天風呂 十福の湯（上田市）	各日程 12名	2,000円
観光プラン	①10月10日(火) ②10月13日(金)	おぶせまちさんぽ 小布施の名所見学 昼食は桜井甘精堂「北斎亭」	各日程 12名	1,000円
体験プラン	①11月6日(月) ②11月7日(火)	数珠づくり体験 & 善光寺参拝 昼食は精進料理	各日程 12名	1,000円
商品券プラン	令和5年12月末 まで利用可能	町内の飲食店、マッサージ店、理美容 店で利用可能な商品券 1000円分	120名	-

■**ご利用方法** 各プランから 1 つの日程を選んでお申し込みください。温泉プラン・観光プラン・体験プラン・商品券プランは同時にお申込みいただけます。
各プランの詳細は裏面をご覧ください。

■**申込み** 下記連絡先にお電話にてお申込みください。

【外出するプランの締め切り】開催日の 1 か月前

【商品券プランの締め切り】 6 月末

ただし、各プラン定員になり次第、締め切ります。

■**お願い** 新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては事業を中止することがあります。あらかじめご了承ください。

【お問い合わせ・お申込み】飯綱町社会福祉協議会 地域福祉課

TEL.026-253-1001 FAX.026-253-1002

〒389-1206 飯綱町普光寺 920 メーラプラザ内

★温泉プランA：ホテルうづらや（千曲市八幡 3067 電話 026-272-1008）

期日：①6月15日(木) ②6月16日(金)	参加費：2,000円	定員：各日程12名
町内各乗車場所＝9：45 飯綱町出発＝10：30 ホテルうづらや【入浴・昼食・休憩】14：30 発 ＝15：15 飯綱町着＝町内各降車場所		

○名月の里と言われている更級の地の「ホテルうづらや」。四季折々の旬の食材を使った食事。広々とした内湯で、のんびりと入れる温泉は疲労回復に効果あり。疲れた体と心を癒しませんか。

★温泉プランB：汐彩の湯 みかく（新潟県上越市大潟区九戸浜 239 電話 025-534-2434）

期日：①7月13日(木) ②7月14日(金)	参加費：2,000円	定員：各日程12名
町内各乗車場所＝9：30 飯綱町出発＝10：30 汐彩の湯 みかく【入浴・昼食・休憩】14：30 発 ＝15：30 飯綱町着＝町内各降車場所		

○源泉露天風呂付大浴場を備えた「みかく」。日本海の新鮮な幸、湯気が立ち上がるかまど料理を堪能し、海水の成分に似た食塩を含む源泉 100%かけ流しの温泉で、疲れた体と心を癒しませんか。

★温泉プランC：十福の湯（上田市真田町傍陽 9097-70 電話 0268-75-3855）

期日：①9月26日(火) ②9月27日(水)	参加費：2,000円	定員：各日程12名
町内各乗車場所＝9：30 飯綱町出発＝10：30 十福の湯【入浴・昼食・休憩】14：30 発 ＝15：30 飯綱町着＝町内各降車場所		

○豊かな森と水に恵まれた信州真田の「十福の湯」。四季折々の旬の食事、信州最大級の開放的な大露天風呂と屋外独立の森のひのきサウナで温泉浴と森林浴を楽しみ、疲れた体と心を癒しませんか。

★観光プラン：おぶせまちさんぽ&桜井甘精堂「北斎亭」（ランチ）

期日：①10月10日(火) ②10月13日(金)	参加費：1,000円	定員：各日程12名
町内各乗車場所＝10：00 飯綱町出発＝10：15 フローラルガーデン・高井鴻山記念館・栗の小径【見学】 ＝12：10 桜井甘精堂「北斎亭」【昼食】岩松院【見学】14：30 発＝15：00 飯綱町着＝町内各降車場所		

○秋の味覚、栗を味わいに行こう！みんなで小布施の街並みをさんぽしながら心を癒し、美味しいランチを食ベリフレッシュしませんか。（アルコールは無し）

★体験プラン：数珠づくり体験&善光寺参拝

期日：①11月6日(月) ②11月7日(火)	参加費：1,000円	定員：各日程12名
町内各乗車場所＝10：00 飯綱町出発＝10：30 玉照院【体験】＝11：30 善光寺【参拝】 ＝12：30 常智院【昼食】14：30 発＝15：00 飯綱町着＝町内各降車場所		

○自分だけのオリジナルの数珠をつくり、それを手に善光寺参拝。昼食は精進料理を堪能し、リフレッシュしませんか。（アルコールは無し）

★商品券プラン：1000円分の商品券（令和5年12月末まで有効）

利用可能店舗一覧

	店舗名	店舗名	店舗名	店舗名	店舗名
飲食店	青空カフェ 和夢手	味のさかえや	とちのき食堂	菊寿し	CoCo Café
	三水製パン直売所	食事処 世界一	食事処 未花	ファミリーレストラン白樺	れうりや
	レストランルック	味処ふじよし・音楽堂MAMI	石窯ピザCAFÉ ブレーメン	古民家Cafe&Stay のらのら	
理美容店	あすなろ美容室	髪公房 こもれ陽	シガ美容室 飯綱店	タムラ美容室	ゆき美容室
	ヘアサロン マキ	理容室さとう	美容室 fujisawa		
接骨院	アリーナ接骨院				
マッサージ店等	癒し処 N i c o	関治療院	ソフト整体 幸	ヒューマンステーション安	

※ 各店舗の連絡先などは、商品券と併せてお送りします。