

先着16名

参加費500円

夏だ!

ヒスイ海岸へいこう

夏

のイベントGoトレ

日時

8月22日(金) 9:30-14:30

集合場所：黒部市福祉センター（黒部市金屋464-1）

対象：黒部市在住で65歳以上の方



飲食スペース
あり



サイクリングも
できます!



栄食堂(タラ汁)
まで徒歩20分

近くに温泉あり♨️



「Goトレ」とは、
介護予防を目的とした外出
自主トレーニングプログラ
ムになります。

夏のイベントGoトレに参加しませんか?

現地では集合時間まで、各自自由行動となります。

ご自身のペースでヒスイテラスや宮崎海岸を散策し、お食事やお
しゃべりなど、おでかけプログラムを満喫しましょう。当日はGo
トレスタッフが添乗しますので、安心してご参加いただけます。

8/8(金)
〆切

定員になり次第、
申込みを終了いたします。

申込・問合せ先

黒部市金屋77-2

SMARTふくしらぼ

お申込みは、福祉センター受付または
お電話または右記の二次元コードから
お願いします。



090-5754-3888

申込フォーム



暑さに負けず！楽しもう！

1 日の流れ

集合場所

黒部市福祉センター
(大布施公民館横)

9:30

黒部市福祉センター集合、生地駅へ9:45出発 

センター前にて受付、オリエンテーション後、ジャンボタクシーで生地駅まで移動

10:00

生地駅着 生地駅 10:13発 ⇒ 越中宮崎駅 10:55着 

各自切符(往復780円)を購入し、生地駅からあいの風とやま鉄道に乗り、泊駅で乗り換え

11:00

ヒスイ海岸着 (越中宮崎駅から徒歩1分)

Goトレスタート、ヒスイ海岸周辺で自由行動 (滞在時間：約2時間)



13:15

集合(駅へ移動) 越中宮崎駅 13:35発 ⇒ 生地駅 14:05着

あいの風とやま鉄道に乗り、途中泊駅で乗り換え、生地駅で降車



14:10

生地駅から黒部市福祉センターへ出発

ジャンボタクシーで黒部市福祉センターへ移動



GOAL

黒部市福祉センター 14:20 到着・14:30 解散

体調確認・体験アンケートの記入



・参加については完全予約制となります。参加をご希望される方は、電話または黒部市福祉センター受付まで事前にお申込みをお願いいたします。(8/8〆切)

・参加にあたり、参加費500円と参加同意書が必要となりますので、当日忘れずにご持参ください。また、電車代780円(生地駅⇔越中宮崎駅 往復)は、別途ご負担いただく形となります。

・イベント当日は、スタッフが添乗しますが、現地での行動は本人の責任による自由行動(ご自身でトレーニング)となります。ご理解いただいた上で、参加をご検討ください。

この事業は、黒部市の介護予防おでかけ移動支援事業として一般社団法人SMARTふくしらボが委託を受けて実施しています。

問い合わせ先

スマート
SMARTふくしらボ



090-5754-3888

黒部市金屋77-2 まじわるパーク「MAJIPA」内