

株式会社タンバンベルグ

兵庫県丹波市「丹波ゆめタウン」を通じて
地域社会に貢献しています

2023年活動実績

長寿の秘訣は フレイル予防教室

丹波医療センター
主任理学療法士
谷垣 佑樹氏
yuki tanigaki

参加無料

フレイルとは
「フレイル（虚弱）」とは健康と要介護の中間の状態とされており、「寝る重ねることで心と体の動きが衰えたり、人と交流が減少した状態」のことを指します。改善をせずにそのまま放置すると介護が必要になる可能性が高く、「早期発見と適切な予防・改善をしておくことが大切」と言われています。

フレイル予防について
わかりやすく、
おもしろく、
お伝えします！

3月12日 日曜日 10時30分から（約1時間）
ゆめタウン ポップアップホール

当日の流れ

受付 → 講話 → 体操 → 質疑応答

●教室が中止となった場合に御連絡致しますので、参加をご希望の方は予めお電話にて「お名前」「御連絡先」をお願いいたします。
予約電話番号：0795-72-2256（丹波市医師会事務局）

受付時間 月～金 9時～16時（土曜・日曜・祭日は受付不可） **定員80名**

🚌ウイング神姫の路線バスを使ってフレイル予防教室に参加すると
お帰りのバス乗車券
800円
ゆめタウンへ 出かけよう！ プレゼント！

新型コロナウイルス感染症に係る対応により、中止又は内容を変更場合がございます。密状態を避けるため、時間に余裕をもってご来場ください。

ポップアップホールは貸し出し専用施設として丹波市と協定を締結してあります。丹波市より開催所開設の要請があった場合、イベントを中止させていただきますので予めご了承ください。

主催 兵庫県医師会 共催 一般社団法人丹波市医師会・株式会社タンバンベルグ（丹波ゆめタウン） 後援 丹波市・丹波市教育委員会 協賛 神姫バスグループ

イベントに
参加いただく
お客様へ

大衆危険ですので、お子様が乗車車両により登る、車両の
のりこまり込まれ事故等がないようお願いします。
また、乗車中に緊急ブレーキ等の操作は行っていただきま
すよう、ご理解・ご協力の程、よろしくお願ひします。

消防用バイク
近SAM
93式定額制地対空訓練機
丹波ゆめタウンにはたらくるものがあつまよう！
ちかちかで見たい！さわりたい！きになることをお楽しみ！

第4回 丹波ゆめタウン はたらくくるま大集合

2023年 9月17日 10:00～15:00まで

ゆめタウン西側駐車場 イベント当日、西側駐車場は
兵庫県丹波市水上町本郷300 全面駐車いたします。
ゆめタウン「お楽しみ」をプレゼントさせていただきます！
参加の車両は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

消防用バイク
CCV
郵便バイク
白バイ
消防ポンプ車
高規格救急車
ミニカー車
高規格救急車
消防ポンプ車
ミニカー車
消防ポンプ車
ミニカー車

特別企画
丹波市消防本部 特別企画
救助隊
子どもレスキュー体験コーナー
子どもレスキュー展示

エアシート展示
子ども用防火服
自衛隊ミニ制服
職業説明ブース
水消火器体験
職業説明ブース

協力：丹波市消防本部、丹波市医師会、丹波市教育委員会、丹波市消防本部、丹波市消防本部、丹波市消防本部、丹波市消防本部、消防団ウイング神姫、消防団ウイング神姫、消防団ウイング神姫

大雨、台風などの荒天時・警報等発令時等の緊急時には、内容を変更または中止する場合がございます。
体調不良の方、発熱されている方は参加をご遠慮ください。よろしくお願いいたします。

主催：株式会社タンバンベルグ（丹波ゆめタウン） ●後援：丹波市教育委員会 ●お問い合わせ：0795-82-8600

第7回 **フードドライブ**

おうちで余っている
食料品をご提供ください

食支援を必要とする丹波市民の方々に提供する食料品を集めます。
皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

とき 2023年11月12日(日) 10時～16時

ところ ゆめ広場 特設会場

フードドライブ・・・家庭で余っている食品を2人に1つ、それを必要とする
福祉団体等へスポンサー等を通じて提供する活動です。
食品の削減を促す手段となります。

ご家庭
ゆめタウン
お楽しみ
お楽しみ
お楽しみ

ご提供いただきたい食料品

2ヶ月以上賞味期限が残っており、常温で保存ができるもの。

レトルト食品
インスタント食品
乾燥麺
瓶詰め食品
飲料
お菓子
缶詰類

×受付ができない食品
×賞味期限が2ヶ月を切っているもの ×開封されているもの ×生鮮食品（生肉・魚介類・生野菜）
×アルコール ×調味料 ×粉類

主催：株式会社タンバンベルグ（丹波ゆめタウン） 協力：社会福祉法人丹波市社会福祉協議会

