

セカンドライフ準備セミナー 「フレイル」と「コロナ」と「サ高住」と。

健康と要介護の中間の段階と言われるフレイル（虚弱）。新型コロナ対策のための自粛生活長期化で、高齢者のフレイル化が深刻視されています。

このセミナーでは、フレイルについての基礎知識や自己診断方法、感染リスクを避けつつできるフレイル予防、また「元気なうちから入居できる」サービス付き高齢者向け住宅についてわかりやすく学びます。



フレイルにならない、フレイルになっても悪化させないことが大事なのね！

施設のお世話に高年齢者向け住宅で元気で暮らす方もアリか！

8月22日 土

13:30~14:30

事前の申し込みが必要です

セミナー終了後住宅見学、入居相談も可能です

※9月19日 土 にも開催します。
(内容に一部変更の可能性あります)

当日はマスク着用、検温・手指消毒のご協力をお願いします。

申込要項

対象者：50歳以上の市民 (50歳未満は要相談)

申込期限 8月21日 (金)

定員：8名 (先着順)

参加料 無料

会場：サンタハウス弘前公園 (弘前市元大工町26-1 裏面記載の周辺図をご参照ください)

生涯活躍のまち

サンタハウス弘前公園 (社会福祉法人弘前豊徳会) は弘前市と連携し、高齢者の移住・Uターンを受け入れるとともに、移住者と地域住民とが交流しながらいきいきと安心して住み続けられるまちづくりに取り組んでいます。

「元気なうちに」住み替えて、健康寿命を延ばす。
地域内の住み替えと移住・Uターン両方に対応。

健康維持と介護予防に適したサービス付き高齢者向け住宅

サンタハウス弘前公園



立地最高
弘前公園
徒歩2分

建物を出て100歩で外濠。



すぐ住める
家具家電付
部屋4室

8月から2室空きます!!



浴室
完備

24時間いつでも入浴可能。



運動
設備

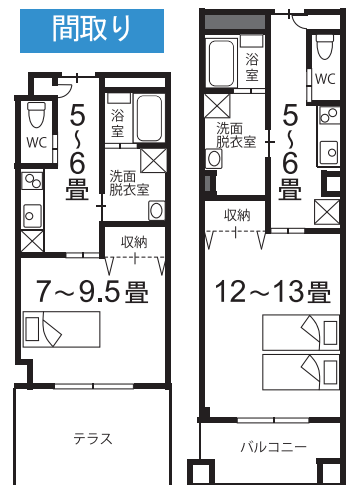
1階で運動・交流も可能。コロナ対策とフレイル予防が両立できる安全安心の「住宅」です。



交流・談話
スペース



図書コーナ
「坪田文庫」



Aタイプ

Bタイプ

Aタイプ居室には、隣同士で行き来可能なコネクティングルームもございます。(5階残1組のみ)

居室により、広さ、向き、テラス/バルコニーの種類が異なります。家賃の他、居室水道光熱費、食事代(食数分)が別途請求となります。

長期入居・短期滞在 募集中

★長期入居

入居条件 50歳以上

入居時費用 敷金1カ月

家賃 115,700円～(共益費・生活支援サービス費込)

空室状況(Aタイプ) 2・3階…× 4・5階…○

空室状況(Bタイプ) 2階…○ 3階…×

★家具付居室短期滞在コース (最短30日からのご利用になります。)

6,000円/日

・食事、光熱水費別
・2人目+257円/日

お問い合わせ・お申し込み
☎0172(88)7707

社会福祉法人 弘前豊徳会
サービス付き高齢者向け住宅 サンタハウス弘前公園
〒036-8202 弘前市元大工町26番地1
✉santa-kouen@gaea.ocn.ne.jp

