



☎ 地域包括支援センター ☎27-1158

## 『通所型サービスC』をご紹介します。

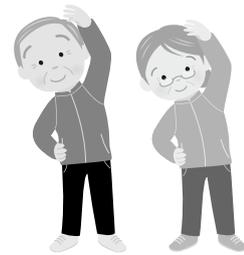
通所型サービスCとは・・・

加齢や病気、ケガなどによって、「立つ」「歩く」など、運動機能の低下が進んでいる方が、専門のスタッフのもとで、毎週1回、3か月間、集中的に運動習慣を身につけることができるプログラムです。好きな音楽を聴き、会話を楽しみながら体をうごかすことであなたに合った運動習慣を作ることができます。

- 日 時 毎週木曜日 午後2時～4時
- 場 所 黒川胃腸科外科クリニックリハビリステーション みどりの郷  
神戸町北一色14
- 費 用 4,800円（週1回×3か月間）
- 内 容 準備体操、運動プログラム、個別メニュー作り、雑談会など
- 申 込 健康福祉課窓口にて、申込書の記入が必要です。

- ※ 送迎はありません。個人または、ばらタクをご利用ください。
- ※ サービス開始前にご自宅に訪問をさせていただき、状況確認等を行います。

参加者からは  
 「毎週木曜日が楽しみだった」  
 「運動することが毎日の習慣になった」  
 「運動することで身体の調子がよくなった」  
 とのお声をいただきました♪



## 今月の『通いの場』 通いの場は年齢問わず誰もが気軽に集える場です。お気軽にご参加ください♪

ローズカフェ	てらカフェ	つなぐかふえ	カフェひだまり
<b>日時</b> 10月23日(木) 13:30～15:00 <b>場所</b> ばらの里 運動室 (入館料不要、喫茶代100円) ☎27-7774	<b>日時</b> 10月18日(土) 9:30～11:30 <b>場所</b> 正覚寺 (北一色674-2) (参加費 100円) ☎27-2446	<b>日時</b> 10月25日(土) 9:30～11:00 <b>場所</b> 図書館 多目的ホール (北一色821-1) (参加費 100円) ☎27-1130 (社会福祉法人善心会 浅野)	<b>日時</b> 10月3日(金) 11月7日(金) 13:30～15:00 <b>場所</b> 中央公民館 学習室2 (参加費 100円) ☎090-4086-8345 (男性介護ネットひだまり 若山)
太陽さろん	グラシアスカフェ	おれんじカフェ	かあさ Cafe
<b>日時</b> 10月4日(土) 11:30～13:30 11月2日(日) 9:30～11:30 <b>場所</b> 太陽キューヴ (丈六道173-1) (参加費 500円) ※事前予約が必要です。 ☎090-1748-2787 (宮川)	<b>日時</b> 10月4日(土) 11月1日(土) 9:30～11:00 <b>場所</b> いろどり (神戸204-5) (喫茶代100円) ☎51-4847	<b>日時</b> 10月15日(水) 13:30～15:00 <b>場所</b> 神戸町社会福祉協議会 (デイサービスセンター内) (八条258-2) (参加費100円) ☎28-0223	<b>日時</b> 10月19日(日) 9:00～12:00 <b>場所</b> 神戸178-1 (参加費 200円) ☎090-9180-0247 (馬淵) <b>内容</b> 健康麻雀等

### 活きサポくらぶII

気軽に通える介護予防教室として、社会福祉協議会の運営で行われています。

**日時** 10月2日(木)、9日(木)、16日(木)、30日(木)、11月6日(木) 13:30～15:00  
**場所** ばらの里 運動室 (※別途入館料が必要です) ☎27-7774

※ローズカフェ、活きサポくらぶIIにおいては介護に関する相談をお受けします♪

