



～たのしく けんこう! のびしろ こうじょう!～

たけのご教室

1 対象者

- 65歳以上で、筋力低下、お口の機能低下、栄養のことが気になる方など
- 介護保険サービス未申請、非該当、要支援1・2の方で、通所サービス、訪問リハビリを利用していない方
(訪問介護や福祉用具貸与のみ利用の場合は参加可能)

2 日程・会場

毎週木曜日(全15回) 13時30分～15時30分

【開始日: 4月23日、12月3日】西目地区集会施設

【開始日: 8月20日】折多地区集会施設

3 講師

健康運動指導士、管理栄養士、歯科衛生士

4 参加費

無料

5 用意するもの

シューズ、飲み物、タオル

6 その他

●タクシー送迎を希望される方は、自宅から近い会場にご参加ください。自家用車の方は、どの会場でも参加可能です。

●体験として参加することも可能です。その場合は、自家用車でのご参加をお願いします。

※タクシー利用は要相談

7 申込先

阿久根市地域包括支援センター 電話: 73-1272