

短期集中予防サービス(通所型サービス C)

☆こんな方におすすめです



- * 足腰が弱くなって、外出しづらくなった
- * お茶や汁物でむせることがある
- * バランスの良い食事を生活に取り入れたい

希望されるサービスがございましたら、
裏面の地域包括支援センターまでご相談ください。

パワーアップ教室

健康運動指導士により、トレーニングやストレッチの基本を習得し、正しく運動できる能力を身につけ日常生活の中で意欲的に運動を取り入れ、体力や筋力の維持向上を目指します。

- **実施期間** 1クール約3カ月間
- **実施頻度** 週2回(火・金、全20回)
- **開催場所** 八寿園(男山美桜18)
八幡市文化センター(八幡高畑 5-3)
福祉会館(八幡東浦 5)
- **利用者負担** 200円/回(1割の場合)
- **送 迎** 200円/片道(必要な方のみ)



いきいき笑って教室

健康な生活を送るために、適度な運動・お口の機能・栄養の知識を学び、閉じこもりや認知症の改善・予防を図ります。

- **実施期間** 1クール約3カ月間
- **実施頻度** 週2回(月・木、全18回)
- **開催場所** 八寿園(男山美桜18)
八幡市文化センター(八幡高畑 5-3)
福祉会館(八幡東浦 5)
- **利用者負担** 200円/回(1割の場合)
- **送 迎** 200円/片道(必要な方のみ)



※利用者負担は1～3割です。
一般介護予防事業の通所型サービスとの併用はできません。

対象者 要支援1・2の方

事業対象者の方(基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方)

☆利用までの流れ

地域包括支援センターの職員が、心身の状態や生活の状況を確認させていただき、サービスが必要であると認められた場合に利用できます。

希望されるサービスがございましたら、地域包括支援センターにご連絡ください。

名称	住所	電話番号	担当圏域
地域包括支援センター梨の里	八幡柿木垣内25番地1	982-0125	男山中学校圏域
地域包括支援センターやまばと	男山金振24番地1	982-8000	男山第二中学校圏域
地域包括支援センター美杉会	男山泉19番地	971-3576	男山第三中学校圏域
地域包括支援センター有智の郷	内里北ノ口5番地の1	972-1000	男山東中学校圏域

☆お住まいの圏域が分からない場合は、下記の連絡先までご連絡ください。

問い合わせ先
八幡市 健康福祉部 高齢介護課
(電話)075-983-5471(直通)