

▶ 短期集中型プログラム(サービスC)は こちらでやっています。



なでしこ青空支援センター

大野畑/月・水・金曜日 午前9時30分～11時30分
※無料送迎サービスあり



指定通所リハビリテーション富永草野

興野二丁目/木曜日 午後2時～4時
※無料送迎サービスあり

短期集中型プログラム(サービスC)を利用するには

まずはお近くの地域包括支援センターに相談してください



ホームページ

● 第一中学校区・本成寺中学校区

- ところ 地域包括支援センター嵐南(大野畑6-86-7 特別養護老人ホーム長和園内)
- 問い合わせ ☎36-5001
- 相談時間 月～土曜日(祝日及び年末年始を除く。) 午前8時30分～午後5時30分

● 第二中学校区・第三中学校区

- ところ 地域包括支援センター嵐北(東裏館三丁目6-58 特別養護老人ホームうらだての里内)
- 問い合わせ ☎36-0620
- 相談時間 月～土曜日(祝日及び年末年始を除く。) 午前8時30分～午後5時30分

● 第四中学校区・大崎学園区・大島中学校区

- ところ 地域包括支援センター東(塚野目2380-2 特別養護老人ホームつかのめの里内)
- 問い合わせ ☎38-4455
- 相談時間 月～土曜日(祝日及び年末年始を除く。) 午前8時30分～午後5時30分

● 栄中学校区

- ところ 地域包括支援センター栄(福島新田丁1481-1 特別養護老人ホームさかえの里内)
- 問い合わせ ☎45-7600
- 相談時間 月～土曜日(祝日及び年末年始を除く。) 午前8時30分～午後5時30分

● 下田中学校区

- ところ 地域包括支援センター下田(荻堀830-1 市役所下田庁舎内)
- 問い合わせ ☎46-3193
- 相談時間 月～金曜日(祝日及び年末年始を除く。) 午前8時30分～午後5時30分

▶ どのような人が利用できるの?

次のいずれかに該当する方が対象です。

- 1 簡易なチェック項目(基本チェックリスト)で生活機能の低下が見られた方



- 2 要支援1・2の認定を受けている方
※通所サービス利用者を除く



INTERVIEW

「これならできそう」と 思える内容を提案

令和8年度から受け入れ人数を拡大して実施しています。自宅で行える運動指導と、足の筋力強化の器具を使った運動プログラムを提供しています。利用される方に合わせて、「これならできそう」と思える内容を提案し、前向きに取り組んでいただけるよう声がけをしています。教室終了後も、元気な状態を維持できるよう支援していきます。



前向きに取り組めるよう声がけも

運動指導を担当

ほんま ななえ
長和園 本間 奈々恵さん



楽しく参加
いただけるよう支援



運動指導を担当

通所リハビリテーション 富永草野
なぐも きよし
南雲 清志さん



「なりたい自分」に 近づけるようお手伝い

エアロバイクなどを用いた有酸素運動や集団トレーニングでの心肺機能アップ、バランストレーニングでの動作の改善を中心として、お一人お一人の状態に合わせたプログラムを提供しています。利用される皆さまが、楽しみながら「なりたい自分」に向かって取り組むことができ、運動習慣が身に付くよう、元気な声がけでお手伝いしています。