

すこやか倶楽部に 参加しませんか

在宅介護支援センターでは、外出の機会の少ない高齢の方が、いつまでも元気で暮らすために、地域の方々と一緒に楽しいひとときを過ごす「すこやか倶楽部」を行っています。

対象者 おおむね60歳以上の外出の機会の少ない方、健康面で不安のある方

場 所 地区会館や集会所など、歩いて参加できる身近な場所で行います

費 用 基本的には無料ですが、食事代などをいただくことがあります

内 容 ・体が軽くなる体操や、転ばないための運動
・創作活動や趣味活動
・食事会や交流会



※在宅介護支援センターでは、次のような事業も行っています

- ・介護や福祉に関する相談（24時間対応・無料）
- ・市が行っている各種サービス利用申請のお手伝い
- ・福祉用具の展示・相談
- ・家族介護者教室の開催

お申し込み・お問い合わせ

●地域型

| 名 称 | 所 在 地 | 電 話 |
|----------------|------------------------|----------|
| 在宅介護支援センター円山 | 円山西町4丁目3-20 西円山敬樹園内 | 633-6056 |
| 在宅介護支援センター北一条 | 北1条東1丁目2-3 時計台病院内 | 251-1340 |
| 在宅介護支援センター旭ヶ丘 | 旭ヶ丘5丁目6-51 慈啓会内 | 532-6110 |
| 在宅介護支援センター宮の森 | 宮の森1238番地1 えん内 | 611-7741 |
| 在宅介護支援センター大通公園 | 北1条西9丁目 リンテージプラザ4階 | 271-1294 |

●基幹型

中央区基幹型在宅介護支援センター ☎281-6113
南2条西10丁目 中央区民センター1階 中央区社会福祉協議会内

広 告 欄