

足腰おたつしゃクラブ



このようなお悩みを抱えていませんか？

ケガ（病気）をきっかけに、体力が落ちたな



今までできていた動作が、難しくなってきたわ

転倒の不安、買い物・掃除のしづらさなど

生活のしづらさを改善しましよう！

【おすすめポイント】

その1 理学療法士による専門的な指導

その2 短期(3ヶ月間)集中トレーニング

その3 希望者には送迎対応(追加料金なし)



<対象者> 要支援認定者 または 総合事業対象者

<参加費> 1コース(3ヶ月) 3,000円 ※途中キャンセルの場合、返金はできません

<内 容> ストレッチ・ゴムバンドを使った筋力トレーニング・健康講話など

※希望者には送迎します

※医師から運動を禁止されている方や、急性期の疾患のある方等は参加いただくことができません

愛泉館コース

<開催日>

毎週火曜日：午後2時から4時まで

(利用開始日は、お住いの地区的

地域包括支援センターと要相談)

<会 場>

老人保健施設 愛泉館

(米野木町南山 987-44)

<実施者>

医療法人財団 愛泉会

(☎0561-74-1711)

日進ホームコース

<開催日>

毎週木曜日：午前10時から正午まで

(利用開始日は、お住いの地区的

地域包括支援センターと要相談)

<会 場>

特別養護老人ホーム 日進ホーム

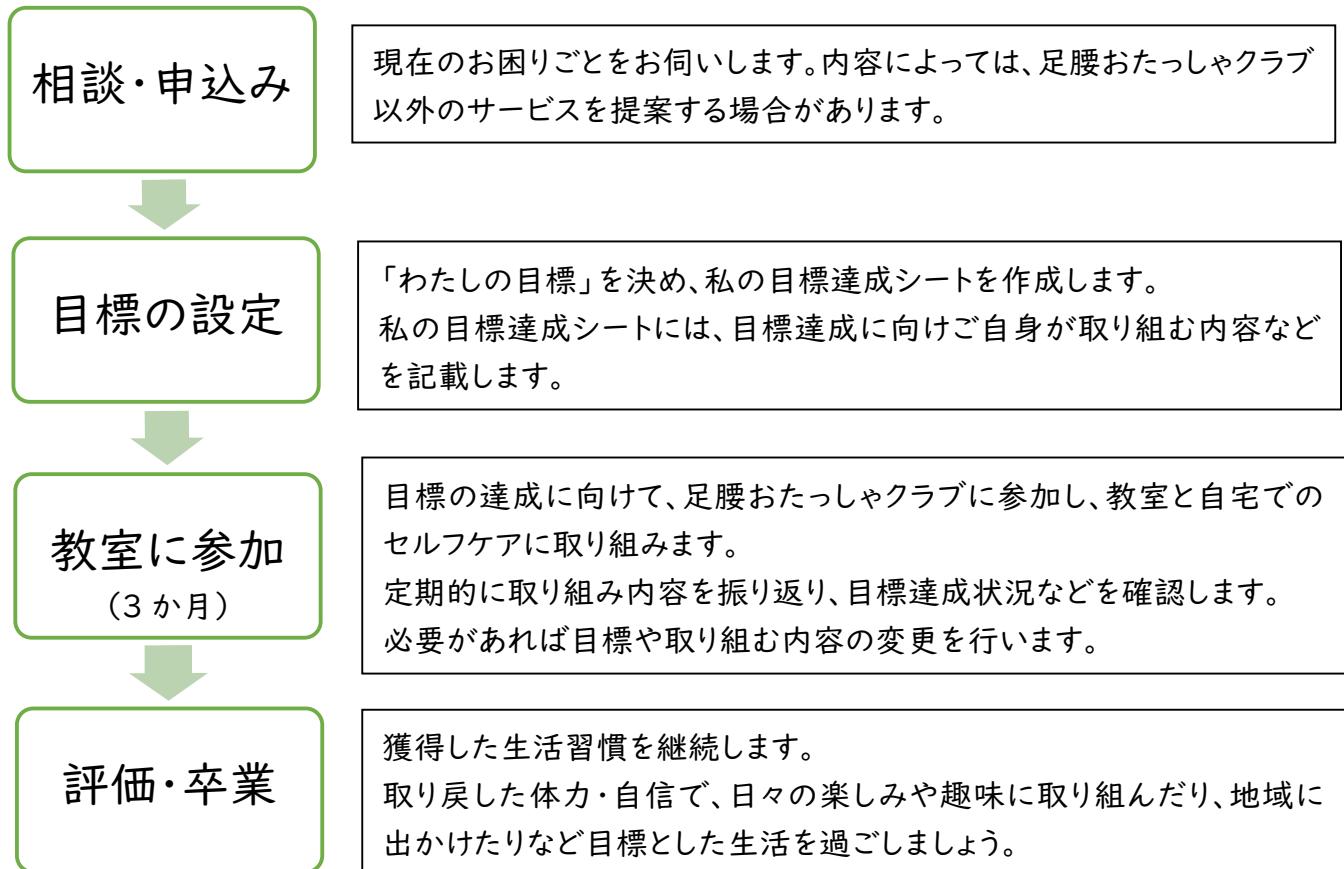
(浅田平子2丁目20)

<実施者>

社会福祉法人 日進福祉会

(☎052-806-2600)

足腰おたっしゃクラブ参加の流れ



**教室への参加を希望する場合は、
お住まいの地区の地域包括支援センターにご連絡ください**

	担当地区	住所	TEL
中部地域包括支援センター	蟹甲・折戸・栄（1、2丁目） 本郷・岩崎・岩藤・南ヶ丘 東山・藤塚・竹の山	蟹甲町中島22 (中央福祉センター内)	0561-73-4890
東部地域包括支援センター	藤枝・米野木・米野木台 三本木・藤島・北新・五色園 栄（3～5丁目）	米野木町南山987-44 (老人保健施設 愛泉館内)	0561-74-1300
西部地域包括支援センター	赤池・赤池南・浅田 浅田平子・梅森・梅森台 野方・香久山・岩崎台	浅田平子2丁目20 (特別養護老人ホーム 日進ホーム内)	052-806-2637

日進市 地域福祉課

電話:0561-73-1484 ファクス:0561-72-4554



令和7年10月