

一般介護予防事業

通所型サービスとの併用はできません。

●介護予防普及啓発事業（よんなっせ）

要介護状態になることを予防することを目的としています。

どんな方でも参加可能な内容の体操を実施し、運動が習慣化できるよう支援します。また、介護予防に関する知識を習得する機会を提供します。


■対象者：65歳以上のすべての方

要支援1・2の方も利用できます（移動等の介助が必要な方は除く）。

■実施曜日： **火曜日 木曜日 金曜日** 週に1回利用できます。

■時間：10時30分～15時00分

■実施場所：総合会館1階 和室研修室1・2

■送迎：あり 

※基本チェックリストに該当する方が対象です。

■料金：50円／回

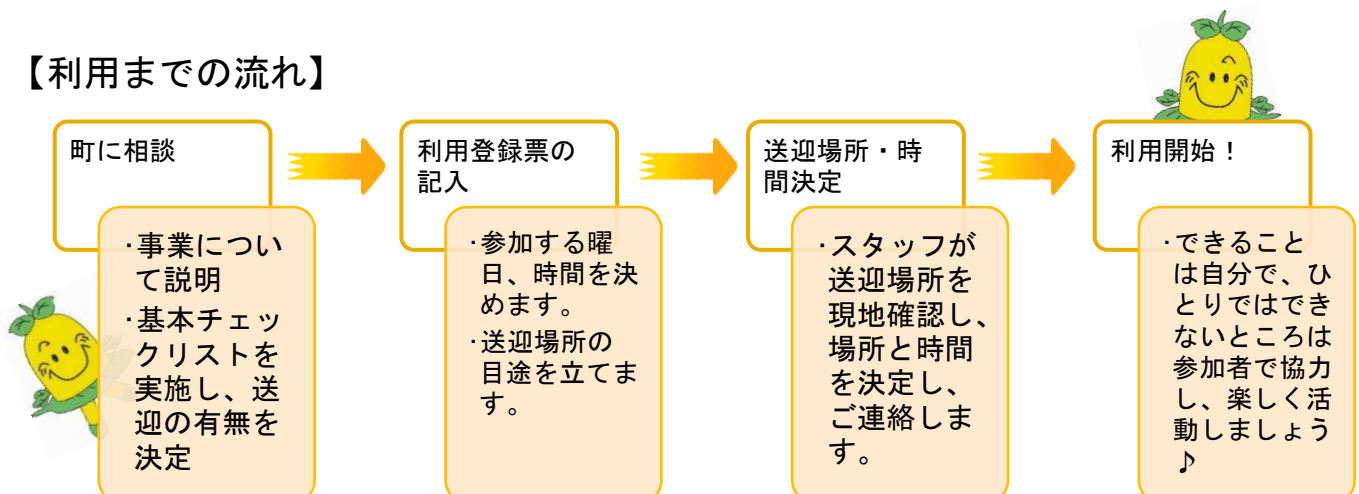
午前の中のみの参加の場合、無料

■持ってくる物：昼食（お弁当を注文することもできます）、飲み物、タオル、
筆記用具（鉛筆、赤鉛筆、消しゴム等）、色鉛筆 など

■内容：＜午前＞健康チェック、いきいき百歳体操（介護予防体操）、
口腔体操

＜午後＞脳トレ、レクリエーション、制作、健康・栄養相談、
各種講話、ぬりえ、ペン習字 など

【利用までの流れ】



【よんなっせの見学について】

利用を検討されている方には、見学をお勧めしています。

見学する場合、事前に日にちをお知らせください。

【送迎についての詳細】

送迎を利用できるのは、基本チェックリストに該当する方です。

送迎は朝からのお迎えと、夕方の送りのみです。

そのため、午前からの参加者、午後からの参加者は、行きまたは帰りはタクシーや家族の送迎が必要となります。

