

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（よってみんなね）

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。

■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：月曜日

■時間：9時30分～11時30分

■実施場所：農村環境改善センター2階

■料金：無料

■準備品：飲み物、タオル、筆記用具（鉛筆、赤鉛筆、消しゴム等）など

■内容：いきいき百歳体操（介護予防体操）、脳トレ、レクリエーション



【利用までの流れ】



【よってみんなねの特徴】

スタッフはおらず、参加者自ら取り組みます。体操に必要な物や、脳トレ素材の配布は町地域包括支援センターが行います。



<お問い合わせ> 東彼杵町 地域包括支援センター TEL：0957-46-1173（直通）