

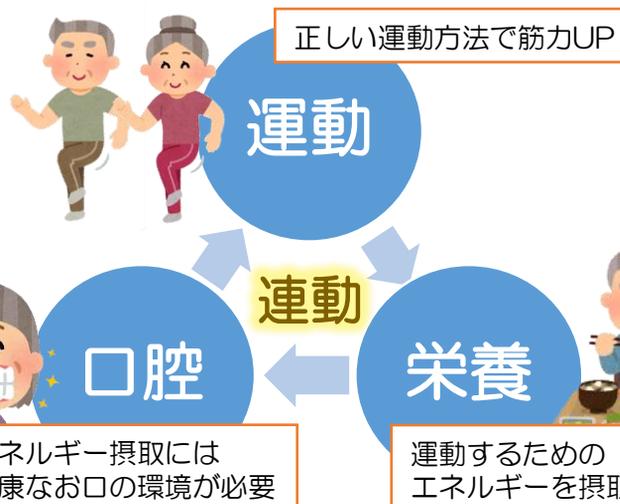
3か月間の短期集中プログラム

大阪狭山市

短期集中予防サービス事業

スーパーまで買い物に行けなくなった、長時間立つことができず料理をしなくなった...など、これまでできていたことができなくなった、ということはありませんか？

理学療法士などの専門職による集中的な指導により、効率的に短期間で筋力アップし、以前の元気な姿を取り戻しましょう！



教室に通うだけでなく、自宅で取り組む運動指導や普段の食生活を踏まえた栄養摂取や口腔環境維持のアドバイスを受けることができます。

- 対象者** 要支援1、要支援2または事業対象者
- 利用料** 3,000円
- 期間** 3か月間(毎週火曜日午前10時～正午・計12回 ※事前事後訪問あり)
- 送迎** あり
- 場所** 特別養護老人ホームファヴォーレ狭山 地域交流スペース
- 申込方法** 地域包括支援センター または 担当ケアマネジャー
- ※運動を禁止されているなど心身の状態より、申込みができない場合があります。
※通所系介護サービス利用中の方は申込みできません。

<高齢者の身近な相談窓口>

大阪狭山市地域包括支援センター

住所 大阪狭山市狭山1-862-5[市役所南館]

電話 072-368-9922

開所時間 午前9時～午後5時30分

※土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始(12月29日～1月5日)を除く)

<プログラム内容に関する問い合わせ>

大阪狭山市役所 健康福祉部高齢者福祉グループ

電話 072-366-0011(代表)