



▲「介護予防」みんなでやるから続きます

市内に居住で
65歳以上の方

どなたでも

- 介護保険のサービスを使ってもOKです。
(ただし、個別ケアなどの対応はできません)
- 「送迎」と「入浴」はありません。
- ご自身で来て帰ることができる方。

参加費用・参加費 300 円・昼食代 500 円

体験・見学大歓迎!!
お気軽に

神戸市委託事業 地域拠点型一般介護予防事業

高齢者生協 いきいきサロン

ほのぼの住吉

毎週 月曜日 10時～15時 会場 住吉地域福祉センター(住吉宮町 3-2-18)

〈祝祭日〉フレール住吉宮町住宅集会所(住吉町 2-14)

いきいきサロンの一日

10時

●始まり

●健康体操

●レクリエーション

12時

●昼食

●和みの時間

●レクリエーション

●ティータイム

15時

●終了

※介護予防強化メニューはレクリエーション時に実施します。

介護予防 強化メニュー

介護予防講座

原則月 1 回実施します

専門職をお招きして介護予防に関するテーマについて取り組みます。



通常メニュー

レクリエーション

内容は参加者の皆さんと一緒に決めます

- 健康体操
- 生ギターで合唱
- 認知症予防活動
- 趣味活動
- 地域交流



▲クリスマスイベント バンド演奏



▲お花見



お問合せ

ほのぼの住吉

☎090-9878-8117(尾西) ☎080-1519-9208(佐藤)

兵庫県高齢者生活協同組合 〒653-0037 神戸市長田区大橋町9-4-6