

介護予防リハビリ教室

基準緩和型通所サービス

～キャンパスライフ～



- ❖ この頃、健康や体力に自信がもてなくなってきた…
- ❖ 日々の生活のなかで困ることが増えてきた…
- ❖ 外出するのがおっくうになってきた…
- ❖ 物忘れが多くなってきた… などなど

思い当たることはありませんか？

キャンパスライフでは、専門のスタッフと一緒に簡単な体操や運動を行ったり、健康づくりのサポートをしています。

キャンパスライフに参加して皆さんと一緒に楽しく体や頭を動かしてみませんか？



メインプログラムとして、理学療法士による転倒・腰痛予防等のストレッチや筋力トレーニング

看護師や管理栄養士によるミニ講座

認知症予防のためのプログラムとしてコグニサイズを取り入れています。

「基準緩和型通所サービス」とは、秦野市独自の基準の新しい介護予防サービスです。
なるべく介護を必要としない暮らしを送り続けられるよう、
リハビリ専門スタッフが一緒に介護予防に取り組んでいます。

- 開催日時：毎月第2・第4（日曜日）
9:30～11:30
- 開催場所：ライフプラザ鶴巻1階（リハビリテーション室）
- 参加対象者：要支援1・2、または総合事業対象者

※動きやすい服装でお越しください。



お申し込みは下記の連絡先までお電話ください。

【お問合せ先】 介護老人保健施設 **ライフプラザ鶴巻**

電話：0463-69-3036 通所リハビリ

※不明な点等ございましたらお気軽にご連絡ください。