

あなたも 介護予防はじめませんか？

いつまでも趣味や生活を楽しんだり、住み慣れた地域で生きがいを感じながら暮らすためには心や体の衰えを予防・回復することが大切です。

神崎市では市内在住の65歳以上の方を対象に、さまざまな教室等を開催しています。お一人で、ご夫婦で、ご友人と、ご近所の方と・・・、まずは興味のあることから始めてみませんか？



65歳
以上の

あなたにおすすめの 介護予防事業は？



短い時間や集中的に取り組みたい

1日を通して介護予防に取り組みたい

送迎が
あった方がよい



送迎は
なくてもよい



※送迎を利用しない方も参加できます。

プールで
介護予防教室

しゃんしゃん
教室

筋力アップ
養成塾

脳若教室

おたっしゃ
いきいきクラブ

おたっしやいきいきクラブ

送迎有

要介護認定を受けていない方を対象に、認知症予防や運動機能、口腔機能などの維持・向上を目指し、運動やレクリエーションなどの活動を行っています。



お住まいの地区	実施場所	実施曜日	参加費
青 振 町	そよかぜ荘	週1回	1回800円 (入浴・昼食含む)
神 埼 町	仁比山温泉 もみじの湯	(お住まいの地区 によって曜日が決 まっています。別紙 ご参照ください。)	
千代田町	千代田町福祉センター 千代田町東部地区生きがいセンター 千代田町西部地区生きがいセンター		



ふれあいサロン

社会福祉協議会から各地区公民館で行われている老人クラブの会合などを訪問し、楽しいレクリエーションや簡単な手工芸教室などを行います。



- 実施場所：各地区公民館など
- 時 間：9：30～、2時間程度
- お申込、お問い合わせ：神崎市社会福祉協議会（神埼支所） ☎ 0952-51-1822



■相談窓口・お問い合わせ

- おたっしや本舗 神埼北（神崎市役所青振支所内） ☎ 0952-59-2005
- おたっしや本舗 神 埼（神崎市役所高齢障がい課内） ☎ 0952-37-0111
- おたっしや本舗 神埼南（神崎市役所千代田支所内） ☎ 0952-34-6080



<おんぶん>



<おんニヤン>