

リハビリテーション活動支援事業

# かけがわ健康カレッジ

南部校

♪ こんな方におすすめ ♪

- ・自分に合った体操をしたい方！
- ・自分の健康について見直したい方！
- ・リハビリ専門職と会話を楽しみたい方！
- ・いろいろな人と関わりを持ちたい方！
- ・短期集中型サービスを終了した方！

◎専門職のサポートのもと、  
皆さんと楽しく健康づくりをしませんか？

♪ 内 容 ♪

・ 集団体操 30分  
→ 個々の状態に応じて体操  
の方法を変えて行います。

・ 集団活動 30分  
→ 活動を通じて皆さんとの  
交流の輪を広げましょう。

♪ 対象者 ♪ 65歳以上の掛川市民

♪ 定 員 ♪ 30名

♪ 開催日時 ♪ 毎週木曜日 14:00～15:00  
(年末年始、祝日はお休みです。)

♪ 場 所 ♪ 大東支所3階 市民交流センター 会議室  
(掛川市三俣620)

(送迎は行っておりません。各自でお越しく下さい。)  
※南部大東ふくしままでの案内図は裏面にあります。

◎当日は、体調を確認した上でご参加ください

♪ 参加申し込み・問い合わせ ♪

東部地域包括支援センター	61-5050
西部地域包括支援センター	23-8669
中部地域包括支援センター	21-1338
南部大東地域包括支援センター	72-6640
南部大須賀地域包括支援センター	48-5370

♪ 持 ち 物 ♪

上履き、タオル、飲み物  
マスク着用

担当課

掛川市役所長寿推進課  
予防支援係

電話：0537-21-1142



## 実施概要

- ♪ 利用料 ♪ 無料  
→ 集団活動に掛かった材料費等を別途請求する場合があります。
- ♪ 講師 ♪ リハビリテーション職 2名  
※ リハビリテーション職とは…  
理学療法士・作業療法士・言語聴覚士のことを言います。毎週、講師は変わります。
- ♪ テスト ♪ 入学・半年・卒業時に身体測定及び目標設定の確認をおこないます。
- ♪ 在学期間 ♪ 1年間（留年はありません）  
→ 卒業時は卒業証書をお渡しします。  
卒業後はボランティア活動、スクエアステップ筋ちゃん体操など様々な進路を提案します。

## 案内図

