

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。)

♪ 会 場 ♪ 大東支所3階 市民交流センター 会議室

(送迎はありません。各自でお越しください。)

♪ 持 ち 物 ♪ タオル、飲み物、不織布マスク

(ご自身を感染から守るため、マスクの着用が効果的です。)

♪ 参加申込み・問い合わせ先 ♪

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

担当課
掛川市役所 長寿推進課
予防支援係
電話：0537-21-1364

実施概要

♪ 利用料 ♪ 無料

♪ 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。

会場案内図 掛川市三俣620

