

長岡市  
介護予防・日常生活支援総合事業  
短期集中レベルアップ事業

# Vインボー

## 介護予防教室

専門職が集中的なリハビリテーションを提供し、  
生活機能を向上する教室です。

送迎付で楽々通えて、楽しく運動できます。



<b>対象者</b>	利用の際は地域包括支援センター等による介護予防ケアマネジメントが必要です。 ・基本チェックリスト該当者(事業対象者) ・要支援1または2の方	送迎 対応可
<b>会場</b>	地域交流空間 四郎丸わいが家 2階 940-0043 長岡市土合 4-1-14	
<b>利用期間</b>	・3ヶ月～6ヶ月	お問い合わせ ☎39-2882 ながおか医療生協 担当:木村
<b>利用頻度</b>	・週2回(開始～3ヶ月目) 火曜・金曜 14時～16時 ※生活機能の改善状況により期間延長の場合・週1回(4～6ヶ月目)	
<b>プログラム</b>	①通所・訪問コース ・生活機能向上トレーニング(グループ指導/個人指導) ・認知症予防トレーニング(コグニエクササイズ) *状況によりリハビリ専門職が自宅で訪問指導を行うことができます。 ②訪問のみコース ・専門職による口腔機能向上・栄養指導等の単発訪問指導を行います。	
<b>利用者負担</b>	1回当たり 400円 (他材料費等は実費徴収します)	

地域包括支援センター	連絡先	担当地区
なかじま・おもてまち	☎30-1121	千手・阪之上の一部(JR線西側)表町・中島・神田・新町
けさじろ	☎37-5700	四郎丸・豊田・阪之上の一部(JR線東側)・川崎
ふそき	☎25-3354	栖吉・富曾亀・山本・新組・黒条
みやうち・やまこし	☎39-0080	宮内・十日町・六日市・太田・山通・山古志

●参加希望は、お住まいの地区の地域包括支援センターへご連絡下さい●