

# ●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



送迎対応可

身体も 脳も 心も  
元気 いきいき!

※ 利用の際は介護予防ケアマネジメントが必要です。

こんな方に特にオススメ 🙌

- ・ 転ぶことが心配で外出が減った方。
- ・ 旅行に行きたいが歩くことが心配な方。
- ・ 座って過ごすことが多く物忘れが増えて認知症が心配な方。

専門職が集中的なりハビリテーションを提供し、生活機能の向上を図ります。

※口腔機能向上、栄養指導等の単発訪問指導も可能です。お問い合わせ下さい。

対象者	要支援1・2の方または事業対象者
利用期間	3ヶ月～6ヶ月
利用頻度	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） 火曜または金曜 14時～16時
利用者負担	1回当たり 400円

## ◆見学随時受付中◆

- ・ 見学の希望は実施会場へ電話でお気軽にお問い合わせ下さい。
- ・ ご自宅まで説明にうかがうことも可能です。

## ◆送迎の範囲◆

- ・ 会場からおよそ片道10分送迎可能な主な地区

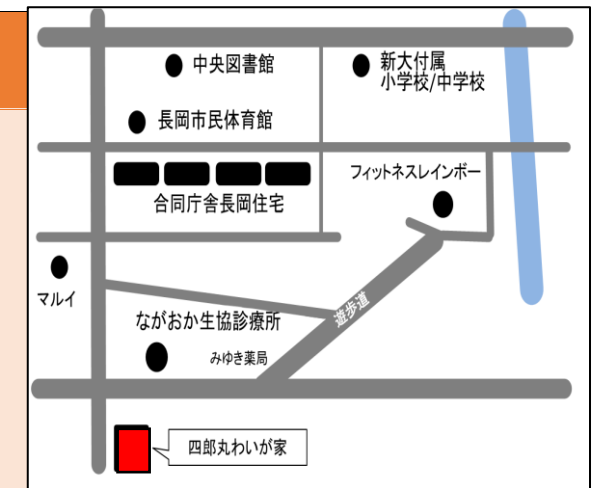
千手・三和・宮原・南町・山田・長町・表町  
 阪之上町・神田・今朝白・川崎・中沢  
 悠久町・西片貝・栖吉・四郎丸・学校町  
 花園・高町・下条・宮内・撰田屋・曲新町

・詳細は実施会場へお問い合わせください。

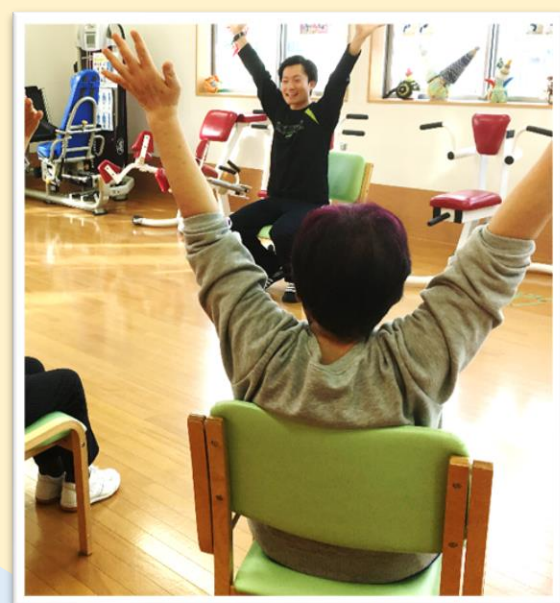
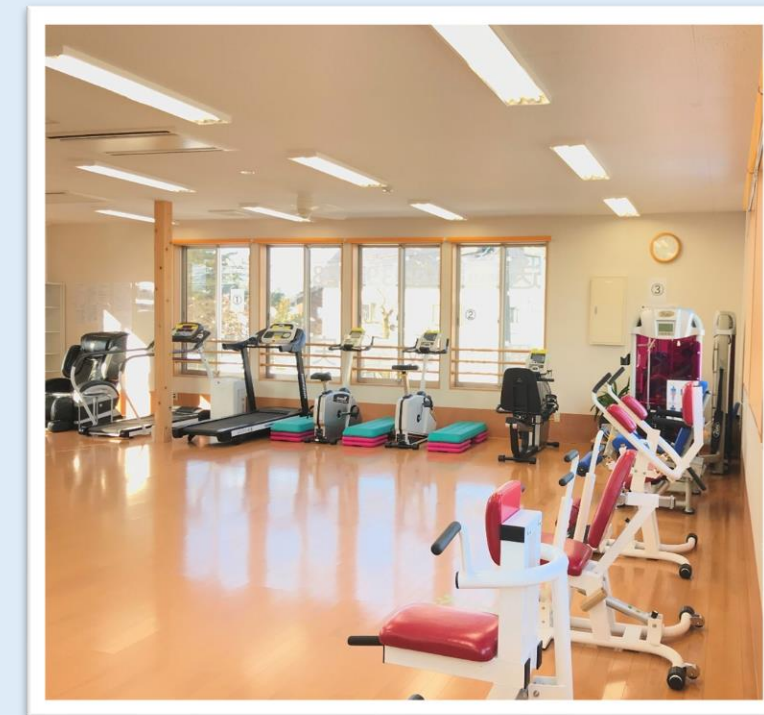
## ●参加希望は、お住まいの地区の地域包括支援センターへご連絡下さい●

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

実施会場 連絡先
ながおか医療生活協同組合 地域交流空間 四郎丸わいが家 940-0043 長岡市土合 4-1-14 ☎39-2882 担当: 木村・高橋・谷内田







足腰を丈夫に！筋力・歩行力維持や改善

ふらつきを改善・バランスを良くしたい