

# 桐生市通所型サービスC事業

通所型サービスC事業とは、保健・医療の専門職により提供される支援で、日常生活にお困りの方を対象に介護予防プログラムを実施します。

## からだも脳も若返る！

### 運動器の 機能向上



体力・認知機能のUPを目指します。  
ホームエクササイズの指導も行いま  
す。  
(さくら苑 理学療法士)

### 栄養改善

一人ひとりの食生活を見直すお  
手伝いをします。  
(さくら苑 管理栄養士)



### 口腔機能 の向上



口腔内の健康保持やお手入れ  
方法を指導します。  
(群馬県歯科衛生士会)

- 1 日時・内容 … 裏面参照
- 2 会 場 … 新里総合センター(旧新里支所)大会議室
- 3 対 象 … 要支援1・2の方、事業対象者(65歳以上で基本チェックリストに該当された方)
- 4 定 員 … 15名
- 5 利用料金 … 350円/回 (2割負担者は700円/回、3割負担者は1,050円/回)
- 6 服装・持物 … 動きやすい服、はきなれた靴、タオル、水筒等(水分補給)、マスク
- 7 送 迎 … 有り (送迎範囲については要相談)
- 8 問合せ先 … 介護老人保健施設 さくら苑 (総務 大川・山根)

桐生市新里町新川2488

TEL:74-1165 FAX:74-4155



※事前にご自宅で検温を行い、体温 37.5 度以上もしくは平熱より 1 度高い熱、息苦しさや風邪症状のある場合は、参加を見合わせて頂きます。

※参加中のマスク着用等感染対策は、状況に応じてご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染状況により中止となる場合がありますことを予めご了承願います。

# 相生市通所型サービスC事業

## 日時（全12回）

9月1日(金)	(14時~16時)	オリエンテーション	運動
9月15日(金)	(14時~16時)	口腔	運動
9月22日(金)	(14時~16時)	栄養	運動
9月29日(金)	(14時~15時30分)	運動	
10月6日(金)	(14時~16時)	口腔	運動
10月13日(金)	(14時~15時30分)	運動	
10月20日(金)	(14時~15時30分)	運動	
11月10日(金)	(14時~16時)	運動	栄養
11月17日(金)	(14時~15時30分)	運動	
12月1日(金)	(14時~16時)	口腔	運動
12月15日(金)	(14時~16時)	運動	栄養
12月22日(金)	(14時~16時)	運動	オリエンテーション



**年齢になんて負けない！！**

老化によって起こりがちな症状を「歳だからしょうがない」とあきらめがちですが、身体をお手入れすることで予防・改善することができますと言われています。