

ご興味のある方は  
まずお電話ください！

参加者募集中

# 山武市短時間型デイサービス

(基準緩和型通所型サービスA)

山武市では、何歳になっても元気で自分らしい生活を送ることができるよう、通所型サービス(介護予防事業)を市内3か所の施設で開催しています。

週に1~2回のペースで介護予防体操やレクリエーションなどを行いながら、楽しく心身の健康を維持できるようお手伝いいたします。

※ご利用の際にはお一人ずつケアプランを立ててサポートします

週に1回(月4回)の  
利用で月に1,391円~!

★対象者★①市内在住の65歳以上の方であり、  
②要支援認定の方または基本チェックリストを実施し事業の該当となった方

## 青松苑デイサービスセンター

「認知症予防の脳トレ」をみんなでやってみませんか？

曜日：日~土曜日・祝日

時間：10:00~11:30

【1日の流れ】 ※送迎あり

健康チェック→脳トレ・体幹強化運動→レクリエーション・交流タイム

## デイサービスセンター海

手作りのゲームなど日替わりのメニューで楽しみませんか？

個別のサービスプログラムを提供します！

曜日：月~土曜日・祝日

時間：13:30~15:00

【1日の流れ】 ※送迎あり

健康チェック→お茶タイム→体操→レクリエーション・ゲーム

## ~実際の参加者の様子~



## 姫島デイサービスセンター

デイサービスと同じ敷地でお仲間とのおしゃべりも楽しめます！

曜日：日曜日

時間：①10:00~11:30②13:00~14:30

③14:40~16:10

【1日の流れ】

健康チェック→簡単な体操→脳トレ・塗り絵など

山武市高齢者福祉課 地域包括支援センター 電話 0475(80)2643  
松尾蓮沼地域包括支援センター 電話 0479(74)3366

平成30年8月1日現在