

あなたが元気になれる方法が ここにある！

まずはお電話を！！
お問合せは各事業所へ

・エンジョイ
トレーニング
サークル

☎ 751-1922

・メモリーカフェ

☎ 751-1922

・ひまわりの会

☎ 070-1275-
6801

・総合事業生活支援型
・昼食サービス

☎ 751-1020



介護予防に取り組みましょう！



医療法人 若愛会

社会福祉法人 敬愛会

・総合事業 生活支援型



毎週、水曜日・土曜日に 3 時間半の利用時間を使って総合事業生活支援型を行っています。栄養士による食事の管理、食事の楽しさやおいしさを知っていただき、看護師による体調管理を行っています。生活支援型を通じ、みなさまを共に介護予防を目指しています。

・屋食サービス

地域の方向けの食事です。
前日までに予約をお願いします。
実施日：月曜～土曜日
料金：1食 450円 ご予約



減塩食・糖尿病食の準備もできます。また、アレルギーの方にも対応しています。お気軽にご相談して下さい。



お問合せ・ご予約は

デイサービスセンターけやきの杜 093-751-1020

若松区西小石町 17-27 FAX 093-751-5111

介護予防教室 ひまわりの会



転倒や骨折防止
の為に楽しく体
操しましょう！



偏った食事を見直
し、ストレスをた
めず、毎日を楽し
く過ごしましょう

開催日時

第2・第4木曜日(要予約)

12:00~13:30

参加料 1回400円(食事付)

どなたでも参加できます

ひまわりの会とは…

- 1、理学療法士による寝たきり予防体操
- 2、山内クリニック 山内院長先生からの健康をテーマとした講座
- 3、管理栄養士や看護師による栄養指導と手作り健康ランチ

この3つを中心にひまわりの会は毎月2回（第2・第4木曜日）小石公民館で開催しています。

お問い合わせ先

介護老人福祉施設あじさい
ひまわりの会

☎070-1275-6801

認知症や障がいを持たれている方
やそのご家族も含め地域の方が気
兼ねなくご利用できます。

時には健康に過ごすための情報発
信をさせて頂いたり、バスに乗っ
てお出かけしたりとイベントもありま
す。

開催日時
毎月第2土曜日
13時～15時



メモリーカフェ Memory Cafe



エンジョイトレーニング



ゴムバンドやマットを
使った体操を中心
に介護予防にかかわ
るお話などを行いま
す。無理なく皆で会
話を楽しみながら、
体を動かしています。

開催日時
毎週 火曜日
10:00～11:30



コミュニティハウス けやき

若松区原町 16-11 TEL 751-1922