

一般介護予防事業のご案内

◎一般高齢者運動器機能向上事業（元気もりもりクラブ）

☆定員25名

高齢者の運動機能向上と介護予防を目指します。

※プログラムの内容によって、個別の状況等により利用できない場合があります。

地域	実施曜日	場所	時間	対象者	内容	回数	参加費	利用期間	送迎	事業所申込先
木津東	火	木津老人福祉センター2階	9時30分～11時00分	65歳以上の 人	<ul style="list-style-type: none"> ・運動器機能向上プログラム ・講和 ・交流会 ・レクリエーション ・体力測定 	週1回 1時間半程度	250円	6ヶ月（半年経過後再度参加可能。※新規優先）	無	(株)ルピナス TEL73-1023
木津西	火	相楽老人福祉センター	9時30分～11時00分							(有)コクセイ TEL090-1714-7429
加茂	火	(株)アクティブ（南加茂台）	13時00分～14時30分							(株)アクティブ TEL76-2323
山城	火	市役所山城支所別館	13時00分～14時30分							(株)ルピナス TEL73-1023

◎生きがい対応型デイサービス事業（元気デイサービス）

☆定員25名

高齢者の健康で生きがいのある自立した生活と、閉じこもり防止を目的として実施しています。

※プログラムの内容によって、個別の状況等により利用できない場合があります。

地域	実施曜日	場所	時間	対象者	内容	回数	参加費	利用期間	送迎	事業所申込先
木津	水	木津川市中央体育館	9時15分～11時15分	65歳以上の 人	<ul style="list-style-type: none"> ・運動 ・口腔機能向上栄養改善 ・趣味活動等 	週1回 2時間程度	200円	制限なし	拠点送迎有	(株)アクティブ TEL76-2323
	木	相楽老人福祉センター	9時30分～11時30分							
			13時30分～15時30分							
加茂	月	(株)アクティブ（南加茂台）	13時30分～15時30分							
	火		9時30分～11時30分							
	金		13時30分～15時30分							
山城	木	山城保健センター1階	9時30分～11時30分							
			13時00分～15時00分							