

『いきいきシルバーサポートひない』で

介護予防・健康づくりに取り組みませんか？

『いきいきシルバーサポートひない』は、旧筒井商店を改装し、12月20日にオープンしました。

高齢になっても在宅で、安心して暮らせる地域を目指して、健康づくり・介護予防に取り組んでまいります。

また、地域包括支援センターの事務所もこちらに移転しました。介護のことだけでなく、医療など生活全般の相談も受け付けています。

介護予防・健康づくりプログラム

- ・血圧測定
- ・体力測定
- ・健康体操
- ・脳トレ
- ・創作活動
- ・レクリエーション

などのメニューを準備していますので、健康づくりの仲間になりませんか？

その他、こんなこともやっています！！

- ・見守り支援（ご自宅を訪問し安否確認）
- ・オレンジカフェ（認知症、障がい、病気に関係なく、すべての方が立ち寄れるカフェです。お飲み物やお菓子も準備しております。何でも話せる息抜きの場として、情報交換の場としてご利用ください。）

お気軽にお立ち寄りください！！

