

通所サービス(運動型)『みんなの教室』～利用のご案内～



**みんなで一緒に体を
動かしましょ～☆**

こんな方におススメ!!

- ・日頃の運動が不足している
- ・運動したいが意欲が湧かない
- ・最近物忘れが増えてきた
- ・以前できていたことがだんだん出来なくなってきた

私
が
い
る
か
ら
大
丈
夫
!!



(上の写真は理学療法士の石毛 巖先生です☆)

**理学療法士・作業療法士の教員が、リハビリの
専門スタッフとして個別に対応!!**

スケジュール

8:45～	送迎
9:30～	バイタルチェック
9:50～	集団体操
10:30～	個別トレーニング
12:00～	送迎

※個別トレーニングは、エアロバイク、バランス運動、筋トレ、ストレッチなど個々に合ったメニューを作成し、対応します

対象者

- ・七尾市内にお住まいの方
 - ・介護予防サービス計画を受けた方
- ※送迎はこちらで行いますので心配いりません!!

営業日

- ・毎週火曜日 9時30～12時
- (祝日・年末年始は休業)

持参物

- ・ご利用時間に必要なお薬(飲み薬 等)
- ・タオル1枚、内履きスリッパ

利用料金

- ・利用料金 1回 343円

例)月4回の利用の場合

$343 \times 4 + 297 = 1,669$ 円

(1ヵ月単位で297円の加算が追加されます)

お申込み・お問い合わせ

デイサービス『みんなの教室』

電話：0767-54-0177 FAX：0767-54-0215

七尾市藤橋町西部1番地

(能登総合病院の正面にあります)