



安心の少人数制

スマイルサポート教室

無料

「自分でしっかり歩きたい」
「楽しみを見つけない」
をサポートします！

対象

- ☐ 要介護認定の要支援1または要支援2の方
- ☐ 65歳以上で生活機能の低下がみられた方
(聞き取りをして該当した方)

※他の通所型サービスをご利用中の方は、ご参加いただけません。

内容

- ☐ 専門職と楽しく学ぶ運動・認知症予防・栄養・お口の話
- ☐ 週1回の6か月間コース

【持ってくるもの】

上履き、タオル、水分(お茶等)

開催場所・時間

※送迎はありません

場所		曜日	時間
中央保健センター	3階トレーニングルーム	水曜日	10時～11時30分
西部保健センター	1階 機能訓練室	木曜日	14時～15時30分

お問合せ・申込

西条市役所 介護保険課 包括支援係

TEL:0897-52-1412

参加者の声

専門の先生(理学療法士)が自分に合った運動を紹介してくれるのがよかった



参加して、姿勢がよくなった



脳のトレーニングができてよかった



友人もでき、運動を続けられる場所も見つかった！



見学・体験できます

利用するには

お住いの地区を担当する西条市地域包括支援センターでもご相談いただけます。

担当地区	名称	所在地	電話番号
西条・玉津・神拝	西条市地域包括支援センター 西条北部	西条市朔日市269番地1 (済生会西条病院内)	0897-55-5359
飯岡・大町・神戸・加茂	西条市地域包括支援センター 西条南部	西条市福武甲162番地1 (西条愛寿会病院横)	0897-55-0630
氷見・橘・禎瑞・大保木 小松地区全域	西条市地域包括支援センター 西条西部・小松	西条市小松町新屋敷甲496 小松サービスセンター1階	0898-52-8221
東予地区全域	西条市地域包括支援センター 東予	西条市三芳1535番地1 (亀天会内)	0898-66-5520
丹原地区全域	西条市地域包括支援センター 丹原	西条市丹原町池田1733-1 丹原サービスセンター1階	0898-35-3427