

福岡和仁会病院が

プロデュースする、

健康運動指導士による

生活支援型通所サービス。

健やかな毎日を

エンジョイしましょう！



ご自宅まで
送迎します！

平成29年5月1日(月)

OPEN!

10:30~12:00



福岡和仁会病院の「生活支援型通所サービス」とは

従来の介護保険サービスとは異なり、予防の視点をより重要視し、お元気な高齢者が要介護状態とならないよう取り組んでいくものです。

今回プロデュースする「生活支援型通所サービス」では、「メディカルフィットネスセンター三幸」の『健康運動指導士』が、お一人おひとりの心身の状態に応じた運動をご提案します。

これまで培ってきた医療・福祉・運動療法の知識と経験を地域の皆さまに還元すべく取り組んでまいります！

ご利用までの流れ

要支援1、2の方
総合事業事業対象者

介護予防サービスが利用可能
基本チェックリストでの判定

介護予防ケア
マネジメント

介護予防・生活支援
サービス事業が利用可能

— 医療法人和仁会 和仁会にここに地域支援センター —

このような方にオススメです！

「生活支援型通所サービス(介護予防・生活支援サービス事業)」は、団塊世代が75歳以上となる2025年の超高齢社会を見据え、地域でのワンストップサービスを目指した、福岡市の行政サービスです。

医療・介護・予防・住まい・生活支援が包括的に確保され、住みなれた地域で、お一人おひとりを地域で支えていく取り組みとなります。

サービスを受けるためには、要支援1、2の認定を受けている方、もしくは総合事業の事業対象者となります。

下記のチェック項目に4つ以上該当する方は、福岡和仁会病院のスタッフにお気軽にご相談ください。

チェックしてみましょう！

- 最近、腰が痛い・・・、膝が痛い・・・
- 運動不足が気になって
- 医師から適度な運動を進められた
- 生活習慣を改善したい
- 社会交流を増やしたい
- 寝たきりになりたくない
- 最近ふらつくような気がする
- 動くのが億劫に感じる
- 将来が不安
- 転びたくない など

ご利用時間

10:30~12:00

※週1回、月に3~4回のご利用となります

一日の
ながれ

送迎

バイタルチェック

血圧、脈拍、体温などをチェック

運動プログラム

メディカルフィットネスセンター三幸で勤務する2名の健康運動指導士がプログラムを担当します。「楽しく動かす」をテーマに、しっかりと身体を動かします。

レクリエーション

脳トレを取り入れたレクリエーションも行ないます。

送迎

プログラムの
ご紹介！

ロコモステップ

簡単なステップで構成された踏み台昇降運動を音楽に合わせて行なうレッスンです。

脳活体操

脳トレと運動を組み合わせたトレーニング！運動不足予防と認知症予防におすすめです！

イストレ

椅子に座ったまま行うトレーニングです。立位や床座位に不安のある方でも安心して行えます！

ご質問やご利用に関するご相談などお気軽にお問い合わせください。

TEL 092-895-3105

和仁会にこここ地域支援センター
福岡市西区生の松原1-33-1