

長野市指定通所型基準緩和サービス

富竹の里

いきいきクラブ

実施場所： 富竹の里デイサービスセンター

富竹の里いきいきセンター（長野市富竹1621）

開催曜日： 月曜日から金曜日まで

開催時間： 午前10:00～11:30 または

午後 1:30～ 3:00

費用： 1回300円程度（長野市が定める金額）

対象者： 指定の基本チェックリストを受けて

事業対象者と認定された方、又は要支援1、2の方

定員： 15名（各回）

持物： 汗拭きタオル、飲み物 運動のできる服装でおいでください

利用方法： 利用を希望される方は最寄りの地域包括支援センターへご相談ください

【富竹の里「いきいきクラブ」の特徴】

- 健康運動指導士等による、その人の体力に合わせた運動やレクリエーションで、笑顔と健康づくり。
- 初めての人でも安心して、楽しみながら運動ができます。
- 家に帰って一人でも運動が継続できるよう、わかりやすく説明します。

〒381-0006 長野県長野市大字富竹1621

富竹の里デイサービスセンター

連絡先：026-296-2867

（富竹の里デイサービスセンター 渡辺）

