

袋井市

／いつまでも元気で楽しく！／

しあわせ元気アツプ教室

誰かと話したい 😞

膝が痛い ⚡

お風呂に入るのが
大変になってきた 💧対象
要支援1・2
事業対象者2～6か月の短期
集中！専門職と
一緒に運動しま
しょう 💪参加費 🍅
1回300円

場所

さわやかアリーナ・浅羽保健センター 等

回数

全8～24回(週1回)

持ち物

室内用運動靴・水筒・動きやすい服装

申込先

お住まいの地区の地域包括支援センター

地区	地域包括支援センター	電話番号
今井・三川・上山梨・ 下山梨・宇刈	袋井北部地域包括支援センター	0538-48-5335
袋井・川井・袋井西・方丈・ 袋井北・袋井北四町・ 袋井東一・袋井東二	袋井中部地域包括支援センター	0538-43-0326
駅前・高尾・高南・豊沢・ 愛野・田原	袋井南部地域包括支援センター	0538-42-7939
笠原・浅羽北・浅羽西・ 浅羽東・浅羽南	浅羽地域包括支援センター	0538-23-0780