

袋井市

＼いつまでも元気で楽しく！／

しあわせ元気アップ教室

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

担当 袋井市総合健康センター健康長寿課 地域包括ケア推進係

電話:0538-84-7534 FAX:0538-84-7582