

4月から総合事業が始まりました！

鹿児島市では、4月から介護予防・生活支援サービスにおいて運動型通所介護サービスが始まりました。運動型通所介護サービスとは、短時間（2時間）の機能訓練サービスで運動器の向上のための支援を行うことです。

対象 要支援1, 2の方、事業対象者（生活機能の低下がみられる方）

費用 1回3370円 送迎込（介護保険適応となりますので1～2割負担となります）

まずは、長寿あんしん相談センターに相談し、介護認定後対象となれば参加できます。

コース

月木午前（すばる）	コース・・・タイヨー花棚店近く	定員 8名
月木午後（サテライト）	コース・・・タイヨー花棚店近く	定員 8名
火金午前（ろうけん青空）	コース・・・睦園前	定員 15名
火金午後（ろうけん青空）	コース・・・睦園前	定員 15名

**内容**

- ・運動や体操の内容を知っていただき、自宅でも継続して行えるよう働きかけます。
→1つ1つの体操を説明し、どこの筋肉に効くのか動作の指導を行います。
ご本人に応じた目標設定を行い、達成できるように支援いたします。
- ・自宅で出来るよう個別プログラムを理学療法士、作業療法士（リハビリ専門職）が作成し、1人1人に合った体操を指導します。
- ・看護師による体調管理と指導を行います。
- ・年一回の同窓会や各種イベント等も企画しております。

練習風景

5月よりサテライトコースが始動しました！少ない人数ですが楽しく頑張っています。

