

# 1 月 生きがい健康クラブ

有田川町社協吉備事務所デイサービスでは元気な高齢者の為の介護予防サービスを開催します！  
このサービスは介護保険を利用していない方を対象に、生きがいを持って生活できるよう支援することを目的としています。

★ 利用対象者

65歳以上の方で要介護・要支援認定を受けていない方  
(事前訪問させていただきます。)

★ 時 間

1月24日(土曜日) 午前9時30分から午後12時30分まで

健康ヨガを行います。

★ 対象地区

吉備・金屋地域在住の方です。

★ 基本利用料

1回あたり 500 円

★ 送 迎

送迎はありませんが、必要な方はお申し込み時にお伝えください。

★ 場 所

きび保健福祉センター



1 月は、前回ご好評いただいた「資格を持った職員による健康ヨガ」を行います。

椅子に座ったままでもできるのでお気軽にご参加いただけます！

皆さんで楽しく体を動かしたりフレッシュしませんか？

水分は各自ご用意ください

その他各種相談も受け付けています。(介護の相談・スマホの使用方法など)

※ご相談の内容によっては回答が後日になる場合がございます。

## お申し込み期間

令和7年1月5日(月曜日)～1月16日(金曜日) 定員 20名

定員になり次第締め切ります。

## 申込み・お問合せ先

社会福祉法人有田川町社会福祉協議会 吉備事務所

〒643-0853 和歌山県有田郡有田川町角75番地1 有田川町きび保健福祉センター内

☎ 0737-52-8886