



～介護予防普及啓発事業～

かたろう会 みんなで楽しく元気に！！

「いつまでも元気で暮らしたい」「少し体を動かしたい」「たまには外出したい」

などの要望はありませんか？

閉じこもりや認知症予防などを目的とし、いつまでも元気で暮らせるように交流の場を提供しています。

- 対象者
- ・65歳以上のお元気な方
 - ・筋力維持、保持が十分で日常生活動作が自立した方
 - ・住民主体の通いの場（百歳体操が実施されている地区サロン等）が実施されていない地区の方
 - ・閉じこもりがちな方
 - ・その他（上記に準ずる市が認める者）

*地域包括支援センターからの面談が必要です

- 会場
- 三角町：三角保健センター（月・火）
不知火町：十五社公民館（月）
大見公民館（木）
松合西公民館（金）
松橋町：宇城市老人福祉センター（水・金）
小川町：小川総合福祉センター（火・木）
豊野町：豊野公民館（水）

○時間 9：00～14：30

○利用料 900円（送迎・昼食代込み）

※ 昼食持参のかたは、利用料500円のみ

内 容

- ☆ 健康チェック
軽い体操・脳トレーニング
- ☆ レクリエーション
- ☆ 季節の行事や制作など
- ☆ 体力測定（4月・10月）



問い合わせ先 宇城市社会福祉協議会 代表 TEL 32-1316

地域福祉課 直通 TEL 32-1055