

3か月間で
改善！

令和7年6月～

短期集中 いきいき教室

★利用できる人

- ・要支援1、2または事業対象認定者の人で、福祉用具のレンタル以外のサービスを利用していない人



★サービス内容

短期集中いきいき訪問と一緒に利用するサービスです。

- ①短期集中いきいき訪問で、リハビリ専門職が困りごとの確認と改善に向けた取組を提案します。
- ②短期集中いきいき教室で、**運動・栄養・口腔・社会参加**の取組を行いながら、困りごとの改善を目指します。



★教室の利用回数

週1～2回 3か月間

★料金

<短期集中いきいき教室>

送迎ありの場合 250円/回

送迎なしの場合 150円/回

必要な方は
タクシーで
送迎します



事業所	場所	曜日	教室の時間
日高見中央クリニック	北鬼柳22-46	火・金	10:00～11:30
			14:45～16:15
特別養護老人ホームさくら爽	さくら通り3-7-7	火・金	10:30～12:00

お問い合わせ先



お住まいの地区の地域包括支援センター

または、北上市長寿介護課包括支援係 ☎ 0197-72-8221

短期集中 いきいき教室

取り組みを一部紹介

体を動かす

きたかみいきいき
体操で筋力・体力
をつけます



まなぶ

普段の生活を振り
返り、元気を保つ
ための食事やお口
の健康づくりにつ
いてまなびます



情報提供

地域で運動や趣味活動をしている場
などについて情報提供します



短期集中 いきいき教室 利用者の声

以前は台所に立っているのが大変でしたが、教室に通って体力がついたことで、調理の間立っているのが楽になりました。



おかげさまで体を動かすのが楽になりました。教室が終わっても、近くの公民館でいきいき体操を続けたいと思います。



利用した人から嬉しい声が届いています。
短期集中いきいき教室をぜひご利用ください。