

# ～みんなかつ～ みんなの活動教室

生活支援サービス事業(総合事業)  
通所型サービスA1 運動型通所サービス

今後曜日  
増回予定

令和4年6月1日より開始!!

日時 月・水曜日 9:30～11:30

場所 静岡市駿河区池田761番地

対象地域 / 原則自力で通える範囲(必要に応じて無料直行バス有)

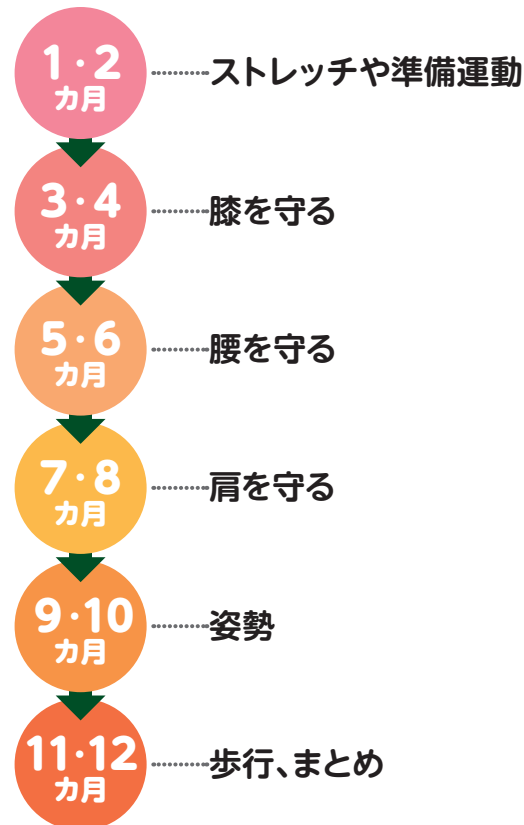
対象者 / 事業対象者、要支援1、要支援2



定員  
16名

みんなで楽しく頭の体操や体の体操を行ないながら、生活機能の低下を  
予防していく活動です。心も身体も鍛えていくことで地域づくりの担い手として  
活躍できる場所を提供していきます!

## 年間スケジュール



## 1日(2時間)のスケジュール

- ① 頭の体操休憩
- ② ストレッチ
- ③ 体の体操
- ④ しぞ〜かでん伝体操



詳しい内容は  
裏面をご覧ください



特定非営利活動法人(NPO法人)

こころしさ

〒422-8005 (事務所) 静岡市駿河区池田765番地  
(活動拠点) 静岡市駿河区池田761番地

TEL:054-295-9900 FAX:054-295-9901

# みんなの 目的

## 生活機能の低下の予防

頭の体操や体の体操を行う事で  
身体機能の低下や関節の痛みによる  
生活機能の低下や狭小化を予防する。

## 地域づくりでの活躍を促進

みんなに通う事でできた仲間と共に、自ら進んで地域づくりの担い手として活躍できるような活動の促しの場を提供する。

### 単位数 ●事業対象者、要支援1

運動型通所サービス費(Ⅰ) 1,337単位(1月につき)

サービスコード:A6 1211 運動型通所サービスⅠ

### ●要支援2

運動型通所サービス費(Ⅱ) 2,742単位(1月につき)

サービスコード:A6 1221 運動型通所サービスⅡ

自己負担額  
(1月につき)  
(1割の場合)

事業対象者・要支援1	1,373円
要支援2	2,816円

2次予防対象となる方々の  
身体機能面での健康を促し、  
地域への参加のきっかけとなる活動が  
出来るようにがんばります!!

事業所名 運動型通所サービスみんなの活動教室  
実施事業者 特定非営利活動法人(NPO法人)こころしざ  
事業所番号 22A4200152  
営業日 月・水曜日(今後曜日増回予定)  
営業時間 9:30~11:30  
対象地域 原則自力で通える範囲(必要に応じて無料直行バス有)  
対象者 事業対象者、要支援1、要支援2  
定員 16名

管理者/上田 大吾  
(理学療法士)



お問い合わせ

特定非営利活動法人こころしざ  
(月曜日~金曜日 8:00~17:00)

☎054-295-9900