一緒に笑おう！

きずな　デイサービスセンター

★こんな活動をしています★

毎日元気に過ごしたい方に！

●<u>笑いヨガ</u>・・・免疫力アップ、呼吸機能強化、筋トレに役立つ、今話題の「笑う体操」です！

●<u>シルバーリハビリ体操</u>・・・筋トレ・ストレッチを基本にした、リハビリ専門職がおすすめする介護予防体操です。

午前の活動(笑いヨガ・体操)を地域の皆様へ開放しています

参加無料　どなたでもご参加ください！

きずな　デイサービスセンター

「あなたらしい毎日」をサポートします

きずな デイサービスセンター 3つの特徴

1 自分らしく過ごす

一日の過ごし方、参加する活動は、ご自身で選んでいただきます。「こんなことをしてみたい」あなたの希望がデイサービスの一日をつくります。

2 笑って元気に

「笑う」ことの健康効果を「笑いヨガ」で実感。運動が得意でない方も楽しく取り組むことができ、ウォーキングやジョギングと同じ運動効果があります。

3 自立を支援

リハビリ専門職が日々の生活の困りごとや、「こんな生活を目指したい」という希望に対し、きめ細かく相談に乗り、リハビリのメニューを提案します。

ごあいさつ

きずなは介護認定の軽度の方と介護予防対応の施設として2018年7月より新たにスタートしました。笑いヨガ、シルバーリハビリ体操など新しい活動を取り入れ、利用される方が主人公となるデイサービスです。地域に施設や活動を開放し、人と人の「絆」が生まれる場所になっていけたらと願っております。今後ともよろしくお願い致します。

ご利用日

要介護1・2の方：月曜・木曜

要支援の方、一般の介護予防を希望される方：火曜・金曜

より多彩な内容を提供するために、ご利用曜日を変えています。
詳しくはお問い合わせください。

きずな デイサービスセンター

〒930-0016　富山市柳町1丁目2-18

☎ 076-439-3650

FAX 076-439-3654

富山医療生活協同組合
TOYAMA HEALTH COOPERATIVE SOCIETY