

3ヶ月の短期集中利用で心身をリフレッシュ！

あなたの健康状態に合わせたトレーニング♪

嬉野市 介護予防事業

けんかっ

「健活ジム」

始めました。

健活とは“健康に向けた前向きな活動”を意味します。

“健康長寿”を目標に運動に取り組んでみませんか？



【場 所】リハプライド 嬉野（嬉野町吉田丁4535-2）

【曜 日】毎週土曜日

【時 間】1回2時間程度（9：30～11：45目安）

【料 金】自己負担額300円/回（計12回実施）

【対象者】嬉野市民で以下いずれかに該当する方

①要支援1・2の認定を持っている

②65歳以上で身体に衰えを感じる（事業対象者該当）



お申込み・お問合せは嬉野市役所《福祉課》へ!!