

理学療法士の指導で

元気はつらつなカラダをつくりませんか？

3ヶ月間の短期集中トレーニング

いきいき健康トレーニングで健康アップ

(堺市短期集中通所サービス)

◆ 介護サービスです。ご利用には条件があります。

(詳しくは裏面をご覧ください)

10名限定



個別に目標を設定し、お身体の状態に合わせた無理のない個別トレーニングです。

理学療法士 田所 紀孝 Amuru (アムール)

・ 日 時：令和7年11月4日（火）～ 令和7年12月23日（火）

※毎週 火曜日 10：00 ～ 12：00

令和8年1月10日（土）～ 令和8年1月31日（土）

※毎週 土曜日 10：30 ～ 12：30

・ 場 所：堺市立堺老人福祉センター
堺市堺区協和町3丁128-4

・ 対象者：要支援1・2の方、基本チェックリストの実施により事業対象者に該当した方。

・ 利用者負担：1回 300円

お問合せ：堺市立堺老人福祉センター

堺市堺区協和町3丁128-4

TEL：072-244-7155